

安寧緩和醫療 >>>

圓滿人生手冊

臨終前事務準備、如何陪伴臨終家人
後續辦理各項事宜所需證件
從失親的傷慟痛中成長



醫療財團法人正德癌症醫療基金會

佛教正德醫院

Buddhist Chengte Hospital



「你是重要的，因為你是你。
即使活到最後一刻，你仍然是那麼重要！
我們會盡一切努力，幫助你安然逝去；
但也會盡一切努力，讓你活到最後一刻！」

You matter because you are you,
And you matter to the last moment of your life.
We will do all we can, not only to help you die peacefully
But to live until you die.

安寧療護之母 - 英國桑德絲醫師
(Dame Cicely Saunders)

臨終前事務準備

相片

1. 生活照，收集成冊以利日後紀念。
2. 半身正面彩色照 (放大 12 吋) 以備喪禮懸掛。

遺屬及遺產規劃 (尚能言語時進行)

1. 表達對生命的回顧，留給後人座右銘及教導期望，可錄影或錄音，提供家人留念。
2. 遺贈及遺物處理，財產分配和債務等。
3. 對後事處理的看法。

臨終衣物

1. 乾淨的內外衣、褲及鞋襪或病人平時喜愛的衣物各一套，以備臨終時換穿。
2. 高齡長者壽衣 (入殮時可用)。
3. 個人喜歡的衣服、西裝、鞋、襪及領帶。

預先規劃喪禮方式

可多加比較，討論協商合理價格及需要的儀式 (內政部全國殯葬入口網 <https://mort.moi.gov.tw/>)

宗教習俗之準備

當臨終前，可依個人宗教習俗預作準備，可於臨終前在信仰的支持下，安詳面對死亡。

佛教

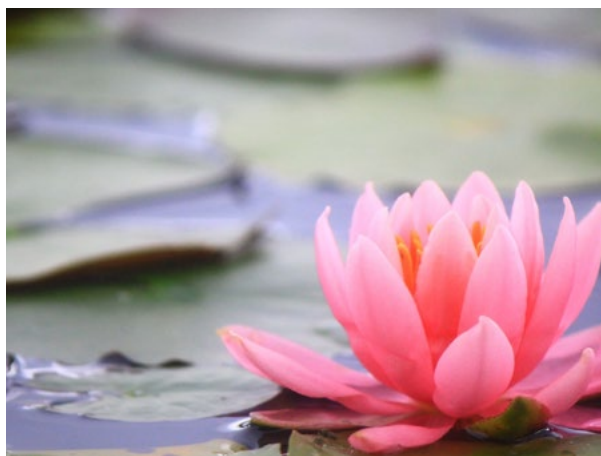
1. 準備念佛機，耳聞佛音，請親友輪流於其身旁，協助念佛 (助念)。
2. 予短暫開導，語句儘量簡短切要，陪同病人念佛持咒 (病人本人可默唸)。
3. 往生後 8-12 小時神識尚未離開肉體，這時碰觸可能會讓他感到不舒服，故衣服可在快往生前先穿好，若來不及，亦可往生後，助念完 8 小時之後再穿衣服。
4. 蓋上往生被，保護身體。

道教及一般民間信仰

1. 以溫水毛巾將病人的臉及身體擦乾淨，並且說明每個動作。向離世的親人「四道人生」。
2. 民間信仰有穿什麼得什麼之說，故衣服可以在往生前先穿好，依平時喜歡的就好，不需再買新的。
3. 手尾錢裝紅布袋中，放在病人手中或口袋，日後分給子孫，入冰櫃前記得拿起來。

基督教天主教

可播放聖樂陪伴及祝福。臨終彌留時，除親人隨伺在旁，也可邀請教會的牧師或神父、修女前來給予禱告、安慰、唱詩歌等。若沒趕來，家屬或親友也可代替，陪伴在病人耳邊細語，請他放心。祈求主保佑到最後一刻，牽他的手，抱他走天路。



臨終覺知

病人顯得躁動不安而拉緊床單，看到一些幻影或說出奇怪的話，可能是所謂「臨終覺知」。此時和病人講話要當作他的聽覺正常，即使病人聽不到，也須向他解釋正在做的事，說出內心話，鼓勵親友也這麼做。溫柔而有耐心的告訴他正確的人、時、地，提供安全舒適的環境，用毛毯或枕頭墊住床欄以免病人碰撞受傷。

「臨終覺知」可以分為三種：

第一種病人，能「自知時至」，主動告訴家屬或醫護人員，還有幾天或指出某月某日將會死亡。

第二種病人「若有所見」，看見已往生的親戚朋友來看他或說要帶他走，沒有多久就去世了。

第三種病人「若有自覺」，在生命的最後幾天吵著要回家，回到家有時病情會稍微好轉，就是一般常說的「迴光返照」，時候一到就永別了。



臨終時刻

有一天我們關愛的人瀕臨死亡，病人或許會出現一些不尋常的現象或症狀，每個人的情況都不一樣，可能幾個星期前就出現一兩種跡象，也可能臨終前不久才有跡象，當出現這種跡象時候醫護人員盡力控制病人不適，家屬也做好準備，想像臨終者的感受，與他坦誠溝通，給他多一些選擇和自主權，即使病人逐漸失去身體功能，仍擁有內在的尊嚴

症狀：睡眠時間越來越長

原因：中樞神經系統衰竭

處理原則：

1. 若無任何不適，不需特別叫醒病人。且也不易叫醒。
2. 若清醒時，多和病人溝通，也可安排活動讓其參與。

症狀：喃喃自語或人事物混淆不清

原因：代謝減慢或腦部受侵犯

處理原則：

1. 提醒病人時間日期和地點。
2. 協助其認出周遭的人。
3. 提供其熟悉或喜愛的慰藉物品。

症狀：躁動不安，爬上爬下或看到幻影

原因：血液循環變慢引起腦部缺氧

處理原則：

1. 保持鎮定，慢慢且自信地與病人說話。不需認同其幻覺，溫柔而有耐心的告訴其正確的人、事、物。
2. 安排家屬陪伴，提供一個安全舒適的環境，避免碰撞受傷。

症狀：呼吸困難或不規則，如：呼吸加速或嘆氣式呼吸或呼吸暫停

原因：血液循環變慢引起腦部缺氧

處理原則：

1. 可將床頭搖高或用枕頭把頭墊高，以幫助呼吸。
2. 保持室內空氣流通，提供電扇維持涼爽通風。
3. 必要時使用蒸氣吸入或氧氣治療

症狀：死前的嘎嘎聲：呼吸時喉嚨產生的吵雜聲

原因：肌肉漸漸無力使得口水無法吞下去，積在喉頭而發出聲音

處理原則：

1. 此種聲音為去世前徵兆，不會讓病人感到不舒服或是噁到。
2. 不需要抽痰，抽痰對病人並沒有幫助，反而會造成更大的不舒服。
3. 可採側臥以利口水流出或把頭抬高以利吞嚥。
4. 必要時可每 4 小時給予 1-2 滴 Atropine 眼藥水滴於舌下，或使用 Scopolamin 貼片貼於耳後。

症狀：聽力、視力的減退

原因：神經機能退化

處理原則：

1. 保持室內燈光明亮，聽覺是所有感覺中最後消失的，所以仍可以繼續和病人講話，就像平常一樣表達內心感受，並鼓勵小孩、親友一起陪伴。
2. 提供音樂。

症狀：沒有食慾或無法進食

原因：腸蠕動減少，且喉嚨吞嚥肌肉能力減弱，身體機能漸漸衰竭

處理原則：

1. 勿強迫進食或水，因即使進食也無法消化、吸收。
2. 有口腔、嘴唇乾燥時，可用棉枝潤濕或塗擦護脣膏。視情況，約每三十分至二小時一次。

症狀：大小便失禁

原因：神經肌肉漸漸退化而失去控制能力

處理原則：

1. 協助使用尿布或看護墊
2. 隨時注意皮膚的照護，保持通風乾燥。
3. 評估解尿情形，必要時可導尿。

症狀：手腳冰冷，身體靠床側的皮膚顏色漸漸變深，或是一直冒冷汗

原因：血液循環變慢或血壓變低

處理原則：

1. 予病人保暖，但勿使用電毯以防造成傷害。
2. 協助翻身注意舒適的擺位。
3. 隨時維持皮膚的潔淨，可給予溫水拭浴。

症狀：大出血

原因：腫瘤在大血管周圍破裂

處理原則：

1. 減少害怕，可握住病人雙手並陪伴在其身旁。
3. 降低病人的清醒度。
4. 準備深色包布覆蓋，減少淺色床單上鮮血造成病人及家屬焦慮、害怕





臨終者心理需求與處置

在身體功能變差過程，臨終病人經常會產生心裡害怕、擔心受苦、憤怒……等情緒，在過程中若有親友陪伴，臨終者會感受到家人的愛與關懷，讓臨終者在這個過程裡不覺得孤單。

1. 當邁向死亡過程，臨終者難免會出現許多被壓抑的情緒包括挫折、憤怒、失望，當這些痛苦與悲傷的情緒爆發時，請不要壓抑他，尊重並接受這樣的情緒，也不要試著找一些話來安慰他，也許你只要握著他的手說：「這陣子你辛苦了！」，或只要靜靜的在旁邊陪伴他，讓他好好宣洩自己的情緒，理解臨終者的想法、接納尊重這些情緒反應，當情緒慢慢退去後，就能讓你與臨終者的心更接近。
2. 臨終者往往最能了解自己的身體變化，因為感受到身體一天天的虛弱，大部分的臨終者都知道自己即將往生，家人對他的態度及照顧行為的改變，以及互相交談時音量的降低，都讓臨終者更確信自己正在接近死亡。

臨終者要準備的不只是身上的、物質上，更重要的是臨終者本身心理的準備，因此，家人互相坦承是很重要的，若沒有被告知事情，臨終者無法好好為自己失去的生命作準備。

3. 每個人心中都有一些未完成的事，曾有生命末期的病人因為身體不適住院，因病情一直無法回家，當他提起想回家看看，這可能就是他的心願；也可能想跟以前吵架的朋友和好。若此，可以用筆或錄音的方式，請臨終者寫下或說出心裡想完成的事或對某人說的話，並教導陪伴者明確告訴臨終者，會將盡力讓這件事圓滿達成，若是超過能力範圍，也會盡最大努力嘗試。有時你會訝異發現，當臨終者說出自己的心願之後，其內心的不安與焦慮會放下許多。
4. 當臨終者越來越接近死亡，也許身體與心理都已經準備好要迎接這一刻的到來，但是家人的不捨，常會讓臨終者很難安詳的離世。因此臨終者需要「家人允許他離去?!」，可請家人保證：「在他走後，家人會互相扶持、互相照顧。」



如何陪伴臨終家人

在身體功能變差過程，臨終病人經常會產生心裡害怕、擔心受苦、憤怒……等情緒，在過程中若有親友陪伴，臨終者會感受到家人的愛與關懷，讓臨終者在這個過程裡不覺得孤單。

可以與病人有肢體的接觸，如：握著病人的手、輕觸臉頰等。持續和其他家人說話、維持互動，讓病人透過聽覺感受到家人在其身旁，而不是孤單一人躺在病床上。

你可以坐在臨終者的床邊，用最溫暖、柔和的語氣說。「我很幸運，這一生能成為你的□□(丈夫、妻子、兒子…親友)，謝謝你帶給我的一切，雖然希望能永遠與你在一起，但又捨不得看著你繼續受苦，只能祈求你到更好的地方，沒有病痛與折磨。我們相處過的日子，我將永遠的珍惜，我會好好照顧自己，請你放心。」

要嘗試說這些話，不是一下子就能說出口的，但不論是臨終者或家人，都需要互相道別，道別的動作可使臨終者安心的往下一個旅程邁進。

當死亡來臨時，您將會見到下列現象：

- (一) 雙眼直視，而且眼皮微微的睜開。
- (二) 沒有呼吸、沒有脈搏。
- (三) 搖晃病人或與他對話沒有反應。
- (四) 大小便失禁。
- (五) 下頷關節鬆弛，嘴巴微張。

病人往生後

1. 大體照護：護理人員協助家屬沐浴、更衣。
2. 宗教儀式：聯絡宗教相關人員，舉行宗教儀式，若有宗教習俗必須配合請告知醫護人員。
3. 聯絡殯葬禮儀公司或醫院往生室。
4. 若在醫院去世，需辦理出院手續。
5. 辦理死亡證明書
 - (1) 凡病人在醫院死亡者由醫院開立死亡證明書；
 - (2) 瀕死返家者，當病人在家死亡時，持出院時所辦理的「診斷證明書」，提供當地衛生所醫師相驗開立死亡證明書。

請家屬確認病人臨終時間(含年、月、日、時、分)，並用紙紀錄

平日：

1. 立即以電話聯絡當地衛生所，預約醫師相驗時間。
2. 派員至病人家中時，家屬可示出「乙種診斷證明書」，並向其申請行政相驗，開立死亡診斷書。

需要證件：

- (1) 往生者身分證或相關身分證明文件正本。
- (2) 申請人身分證正本。
- (3) 疾病診斷證明書或生前就診病摘(須加蓋關印)

* 假日或夜間仍也是打給衛生所，值班護理師或是保全會告知如何辦理申請相驗時間。

後續辦理各項事宜所需證件：

死亡證明書大約需要 10-15 份，可多留幾份影印本備用。

終止存款戶頭

申請地點：各金融機構

所需文件：死亡證明書

份數：1 份 / 戶頭

保險中止或申請給付、喪葬補助 (含軍公教、勞、農、國民年金)

申請地點：各保險公司 / 公會 / 退輔會 / 勞保局 / 農會 / 台灣銀行

所需文件：死亡證明書或除戶戶籍謄本

份數：1 份 / 保單

申請除戶

申請地點：戶政事務所

所需文件：死亡證明書

申請者身分證、印章

份數：1 份

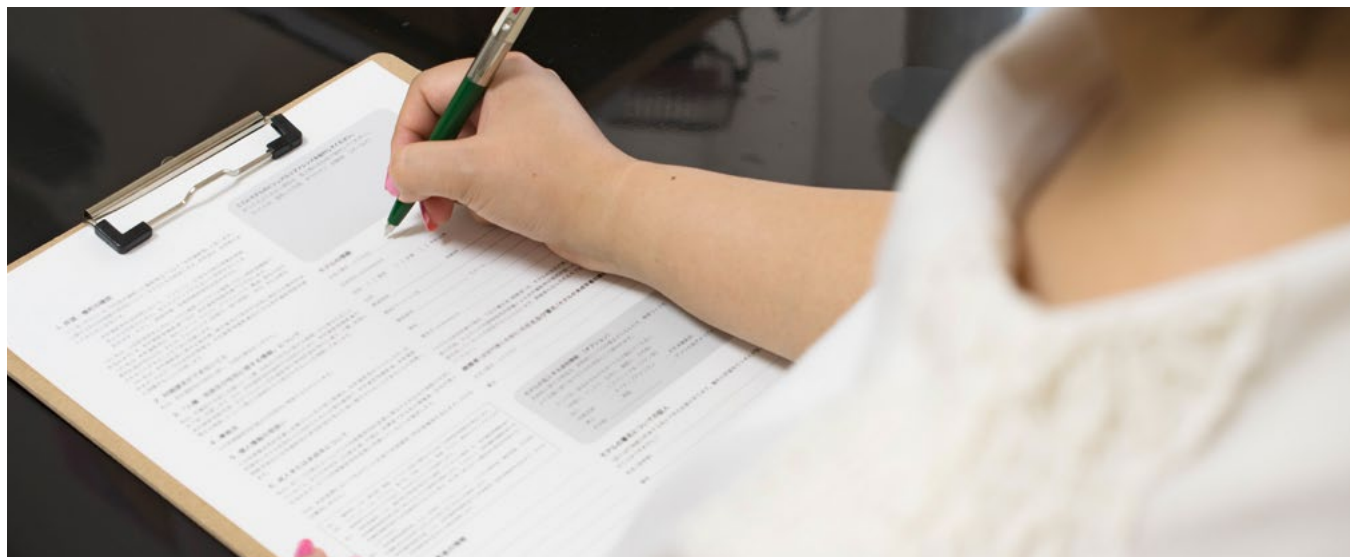
辦理殯儀館入館使用

申請地點：各縣市殯儀館

所需文件：死亡證明書

申請者身分證

份數：1 份



土(火)葬許可

申請地點：火葬：各縣市殯儀館
土葬：各埋葬所在地之公所
所需文件：死亡證明書
除戶戶籍謄本
申請者身分證
份數：1-2 份

墓地或靈骨塔之使用

申請地點：各地公所、殯儀館、禮儀公司
所需文件：死亡證明書
除戶戶籍謄本
土(火)葬許可證明
申請者身分證
份數：1 份

不動產產權變更 / 遺產變更

申請地點：地政事務所 / 國稅局
所需文件：除戶戶籍謄本
份數：各 1 份

家屬請假用

申請地點：醫院或當地衛生所 / 禮儀公司
所需文件：死亡證明書
訃聞
份數：依實際狀況

從失親的傷慟痛中成長

當心愛家人至親過世，會使活著的人落入一種不尋常的傷痛中，在最初的哀傷期，你會覺得一切都顯得很不真實和難以置信，心情感到非常困惑和矛盾，同時也可能經歷哀傷、焦慮不安、憂鬱、罪惡感、懊悔、憤怒、挫折、雜亂無章和手足無措的各種情緒中。失去親人的心理調適非常重要，以下提供一些方向作為調適心情的方法。

一、接受失去親人的事實：

在剛失去親人的前一兩個小時到幾天內，驚嚇而不相信親人已經過世的事實是很自然的反應，但走出哀傷的第一步就是面對現實，雖然理智上很快會知道死者不會再回來，但情感上要接受這個事實，卻往往要花很長的時間。

二、找個好聽眾說出你的感受：

說出來可以幫助你接受和釋放你的失落感。要哭就哭出來，覺得憤怒就表現出來，越能把痛苦發洩出來，越能讓自己走出痛苦。傾聽者也請不要評斷哀傷者的情緒，陪伴才是最深情的禮物。

三、說不出來時也可用別的方法釋放傷痛：
許多人難以用言語的方式表達自己的哀傷情緒，可以表達在各種形式的創作，例如畫畫、捏塑、自由書寫、寫日記、拍照、錄影、唱歌、彈琴、園藝、烹飪、手工藝等等活動，都是很好抒發情緒與懷念親人的管道。

四、有耐心經歷傷痛，哀傷需要時間才能復原：

不要期望出現奇蹟，沒有任何方法與藥物可以快速治好傷痛；也不要嘗試逃避傷痛，唯有充分經歷這些感受，讓自己有充裕的時間去悲傷，才能真正從哀傷中走出來。

五、恢復日常作息在所有喪葬儀式完成後儘快恢復工作：

規律的日常作息，對重建正常生活是很重要的一件事。不建議在剛失去親人時作重大決定，例如搬家、換工作、領養小孩等，最好在熟悉的環境中克服悲傷。

六、多找時間運動：

充沛的運動，對抒解憂鬱和維持身體健康有明顯的幫助，但必須持之以恆有規律的進行，一個星期至少要有三次持續三十分鐘以上的有氧運動。

七、照顧自己飲食：

哀傷之餘，也不要忘了每餐都要吃得均衡，喝足夠的水。

八、旅遊散心走進大自然的懷抱：

適度的旅遊散心，讓自然的美好洗滌安撫受傷的心靈。

九、保持適當的社交生活：

哀傷或許會讓你失去與朋友接觸的動力，但是別忘了鼓勵自己仍然有許多關心自己的親朋好友。主動聯絡那些真心相對的朋友，聚一聚，聊一聊，他們可以讓你避免沉浸在哀傷的孤寂中而造成憂鬱。但也別用過度的人群歡樂來麻痺自己，有時候你也需要有獨處的時間。

十、參加哀傷支持團體：

安寧病房不定期舉辦遺族關懷活動和哀傷支持團體，讓遺族可以透過彼此的分享，找到宣洩的出口與互相扶持的力量與方向。

十一、藉助宗教力量：

透過所信仰的宗教，幫助自己正向認識生命，在至親死亡中尋求意義，走出哀傷。

尊重生命・守護安寧
深耕社區・守護健康

醫療財團法人正德癌症醫療基金會

佛教正德醫院

Buddhist Chengte Hospital

台中市南屯區文心南五路三段100號
TEL:04-3702-6588

ND-006-1