

## 试行年余惠及逾300病人及家属

# 居家护理业者学习纾缓疗护在家安老更容易

前年启动的“综合居家护理”试点计划，让居家护理或医疗服务的业者获得资助，与纾缓疗护专科业者合作，提升属下职员对临终护理的知识与技能。

齐翔宇 报道  
hsiangyu@spoh.com.sg

护康中心和卫生部展开试点项目，支持居家护理和居家医疗服务业者提升能力，为有需要病人提供更好的纾缓疗护，让他们可继续在家中或社区安享终老。这个项目试行一年多来，已惠及超过300名病人及家属。

为期三年的“综合居家护理”（Integrated Home Health）试点计划前年启动，持续至明年9月。参与项目的社区护理机构共有七家，即慈惠基金会（新加坡）、家护基金会、职总保健合作社、仁惠医院、圣路加乐龄关怀、圣路加医院，以及德教太和。截至去年12月底，这些机构已为超过300名病人提供纾缓疗护服务。目前，本地提供居家护理和居家医疗的业者有近30个。

按试点计划，这些提供居家护理或医疗服务的业者获得资助，与纾缓疗护（palliative care）专科业者合作，提升属下职员对临终护理的知识与技能。这些机构照看的病人一旦病情发展至需要纾缓疗护时，就可由现有护理团队继续照料，只要没有出现复杂状况，病人就不必转移至临终关怀机构接受居家或住院护理。临终机构接收的病人一般上预期生命剩下三至六个月或不超过一年。

这个试点计划获得赛马博彩局社区保健基金的资助。护康中心和卫生部受询时说，它们会在项目结束后评估成效。

### 临终机构提供专科纾缓居家护理试点侧重全科

以参与试点项目的家护基金会（Home Nursing Foundation）为例，它的纾缓疗护团队所照顾的病人包括年迈体弱或慢性疾病的者；他们正逐渐走向生命尽头，但不少人的病情还算稳定。截至今年4月，这个机构为近180名病人提供了这项服务，当中约六成已离世。家护基金会负责协调居家纾缓

疗护服务的是高级护士被曼婷。她受访时说，相对于临终机构（hospices）提供的专科纾缓疗护，家护基金在试点项目中提供的是全科性质的纾缓疗护。

### 家护基金24小时热线支援陪伴人生最后一程

家护基金之前专注于居家医疗与护理，当病人需要纾缓疗护时，就安排他们转入临终机构或由病友接手提供居家疗护。自从参与试点计划后，家护基金提升了团队能力，如今也能够为病情较不复杂的病人提供一般的纾缓疗护。较复杂案例指的是病人需要持续输药等较高要求的情况。

“我们团队服务的病人可能在多年前患病以来就一直接受我们的居家护理，他们以前不需要纾缓疗护，但病情一旦发展到有这个需要时，我们内部会协调，让病人可顺畅过渡到纾缓疗护。病人仍会有医生和护士上门提供照料，不同的是，我们提供24小时全天候热线支援，照顾他们走完人生最后一程。”

若病人的病情复杂化，需要专科纾缓疗护时，团队还是会安排他们转入临终机构。

目前有数家临终服务业者与社区护理机构合作。其中，HCA临终护理项目为四家居家护理业者提供支持，除了设计短期课程，也安排实习项目，让这些机构的护士或社工等人员与HCA团队一起登门家访病人。

HCA护理主任吴佩贞说，居家护理与医护人员通常照顾中风等慢性病患；她策划培训课时，也考虑了这些病人临终阶段的需求。

课程内容包括纾缓疗护概念、病人临终时会出现的症状、可通过哪些药物或非药物方式来照顾，如何鼓励与支持病人和看护者，以及怎么判断病人是否适合转介临终机构等。HCA鼓励学员完成培训后，持续回来提升技能或参与实习项目。



高龄98岁的许世雅（右）有家护基金高级护士曼曼等纾缓疗护人员定期上门，为她检查身体和提供照料，加上家中有家人照顾和陪伴，她压老弱但健康状况稳定，心情也好。许世雅身上穿的和在旁边的衣裳，都是她过去自己缝制的。（马琳摄）

## 纾缓疗护上门 98岁阿婆生活质量更佳

近百岁的许世雅两年前曾因健康状况恶化而多次进出医院，病情很不稳定。然而，自从接受居家纾缓疗护服务之后，她的健康状况和生活质量都有明显改善。

98岁的许世雅有轻微失智迹象，但目前没有严重或急性疾病。她自知时日有限，已向子女清楚交代，希望“闭上眼睛”那一天是在家中。

许世雅有子女六人。长女吴乾美受访时说，母亲两年多前因体弱无力、肺部受感染等问题而频频进出医院，后来还患上带状疱疹（俗称生蛇）。

她说，母亲很抗拒住院，经

医生介绍，家护基金的纾缓疗护团队前年开始定期上门提供照料，包括物理治疗；开始是每隔一两周，直到母亲情况稳定后，改为每周三两个月一次。

“有了这个团队的支持，我们若有疑问，就会通过电话或发短信息询问。护士教导我们如何用药以及通过饮食，帮母亲调养。大约半年至一年后，母亲的情况好转并保持稳定，精神也好了很多。”

### 环境熟悉家人陪伴延年益寿 家属：减少奔波压力递减

吴乾美感谢家护基金团队伸出援手。她说，居家疗护使母亲

能在熟悉的环境中，有家人的关爱和陪伴，因此感到更舒适自在，有利于延年益寿。

“这项服务也为我们看护者提供许多便利，减少在医院和住家之间奔波，让我们更有信心应对照顾亲人的责任。我们内心的压力得以缓解后，这份责任不再是沉重的负担，而是对母亲的温馨陪伴。”

吴乾美说，母亲身体比较硬朗的时候非常独立且活跃，喜爱烹饪和缝纫；在父亲前年过世之前，父母每年都到中国海南岛的祖居探亲三四次。

“母亲如今可说所有的心愿

都了。一两年前，她的心智能力还没退化时，她从不避讳谈论死亡，也做好了预先护理计划。她说过，万一她有什么事，不要送她去医院……我们也希望她在家中安宁终老。”

她和家人已经做好心理准备，直到母亲临终那一天，大家都能够淡定平静应对。

根据这个试点项目，社区护理机构病人若接受纾缓疗护，可按支付能力调查获得津贴。公众若要了解有关服务的详情，可拨打护康中心热线（1800-650-6060），或向公共或社区医院的护康中心资讯站查询。