

關懷病人常識手冊

Caregiver Handbook

角聲癌症關懷

Herald Cancer Care Network

「角聲癌症關懷」的主旨是協助華人癌症病患和家屬，克服文化、環境、語言和心理的障礙，面對癌症的歷程。「角聲癌症關懷」提供中文癌症資訊、諮詢、電話講座、支持團體，並藉著關懷義工為患者和家屬提供心靈的支持。我們提供的服務是完全免費，對象也不分宗教、語言、或社會背景。

3131 Bowers Ave., Santa Clara, CA 95054

Tel: (408)986-8584

Fax: (408)986-8581

E-mail: cancercare@cchc.org

Website: cancer.cchc.org

November 2010

關懷病人常識手冊

Caregiver Handbook

目錄

前言.....	3
關懷的觀念和方式.....	4
病人的難處和憂慮.....	5
關懷技巧：聆聽、回應、問合宜的問題.....	6
可以說與不該說的話.....	8
按病人的實際需要幫助他.....	9
靈性支持：見證與代禱.....	10
關懷末期病人須知.....	13
關懷者應有的特質.....	15
關懷者可為與不可為.....	16
降低風險及疾病傳染.....	16
醫學上的資訊和建議.....	17
關懷或安慰病人有關的聖經章節.....	18
結語.....	19
參考資料.....	19

前言

據保守估計，50%的基督徒信主的原因之一，是與自己生病或親友患病有關；原因是當人面對重病時，既無助又無奈，導致他們思想人生的意義、生命的真理、死後何去何從等嚴肅的問題。當他們要尋找人生的答案時，基督徒的愛心關懷，所傳達的生命訊息，很容易便會吸引他們到耶穌面前來。因此關懷病人，不但是遵從耶穌基督「愛人如己」、「施比受更為有福」的吩咐，還是帶領人全家歸主的好機會。神可以透過順服祂帶領的基督徒來關心生病的人，而這本手冊就是為關懷者提供一些重要的觀念、技巧、和須知。

探訪及關懷病人，需要有一些常識。一般人去探病時，會對病者說些鼓舞或安慰的話，例如：「你氣色不錯，比我還好。」「別擔心，不會有事的。」或是「你對神一定要有信心。」甚至有人會說些不合適的話，例如：「你如果看開些就沒事啦。」「你以前是不是……所以現在才會……」或「神允許這樣的事發生在你身上，為要讓你經歷祂的慈愛。」說這些話的人，通常都是出於好意，但這些話卻不合宜。

有時，你因對病人的痛苦感到乏力無助，你會說些表示同情的話，例如：「你好可憐。」或「看了你之後，我吃不下、睡不著。」有時，你因太急於為病人解決困難，而提供醫療的意見、偏方、未經證實的食療物品。有些人過於熱心和固執，要病人照著他的意思去做，好像他的意見是最好的。這些都是一般人常犯的錯誤，希望這本常識手冊，能為有心關懷病人的基督徒，提供一些合宜的觀念和實用技巧，使神的慈愛和恩惠，透過你的真心關懷，傳達到病人及其家屬身上。

如果你所關懷的對象有許多身、心、靈的需要是超過你個人能夠承擔的，你可以參考角聲癌症關懷編寫的另一本『關懷團隊手冊』，協助病人和家屬組織一群義工來提供他們所需要的支持。願神祝福你！

角聲癌症關懷 敬上

關懷的觀念和方式

(1) 關懷者所扮演的角色可能包括：

- 導航員——藉提供正確的資訊和指引，讓病人做出合宜的決定，避免無謂的痛苦和損失。
- 啦啦隊員——藉著鼓勵，幫助病人積極地面對疾病或治療。
- 安慰者——有時，病人需要的是一位陪伴他度過病痛憂傷的人。

一個關懷者，雖不能替病人做決定或擔當其疾病痛苦，但藉著關懷者的陪伴，可以給病人正面、積極的鼓勵。

(2) 關懷者的動機與目的：

一般基督徒關懷病人，總有一個動機或目的，就是希望把福音傳給非基督徒或把神的安慰帶給病人。通常以「達到目的為主導」的關懷方式，有下列特徵：

- 以關懷者自己的動機為主導。
- 主動積極，希望達到目的。
- 有時忽略病人的感受或實際的需要。
- 覺得自己有責任改變對方，為他解決問題。
- 甚至有時想操縱對方，要他按你的意思去做。
- 重視結果或有時希望馬上看到成果。
- 通常缺乏長期關懷的後勁。

如果關懷者只是一味要達到自己的目的，而不顧對方的需求或感受時，通常這種方式比較不容易被對方接受，甚至容易產生反感。若關懷者希望藉著關懷，來傳遞神的愛或安慰，他應委身於病人和家屬：

- 藉持續的關懷，先建立關係。
- 聆聽對方的需求，確認對方的感受。
- 按對方當時的需要提供他願意接受的支持。
- 無條件地接納對方。
- 給與關愛和安慰。
- 多為對方禱告，祈求和明白聖靈的引導。

當關懷者用「以神為中心」的關懷方式，來關心病人時，會有下列特徵：

- 尊重神的主權，關懷者只是神的器皿。
- 關懷者的角色，是去關心和愛對方。
- 重視對方的感受和需要。
- 幫助對方看到自己的需要，並尋求解決辦法。
- 鼓勵對方做決定並享受其結果。
- 尊重對方的自主權和神在他身上的工作。
- 控制自己想要操縱對方的行為舉動。

- 持續與對方聯絡，長期關懷。
- 藉關懷贏得對方的信任和分享神的愛的機會。

病人的難處和憂慮

關懷者了解自己的角色和關懷的觀念後，還需要了解一般病人的難處和憂慮，和學習關懷病人的技巧。

北美華人尤其是老年人、新移民、和勞工階層的人，在面對重大疾病時，常遇見的難處包括：

- 對西方醫學和醫療系統認識不夠。
- 與醫護人員語言溝通的障礙。
- 不了解社區的資源。
- 缺乏就醫治療的交通接送。
- 缺乏親友的支持。
- 有些人沒有醫療保險。
- 因成為家人的負擔，自責與被責。

一般病人心裡的憂慮有：

- 肉體和精神上的痛苦。
- 憂慮失去經濟來源或造成家庭經濟負擔。
- 害怕連累家人。
- 失去自主能力和尊嚴。
- 與醫護人員溝通有困難。
- 對醫療問題一知半解。
- 對醫藥的副作用缺乏認識，不知如何處理。
- 懷疑治療的效果。
- 疼痛或身體衰弱。
- 感到無助、無望、沮喪。
- 想放棄治療或生命。
- 憤怒。
- 擔心死亡。
- 有未完成的心願。
- 不知道死後靈魂的歸宿如何。

當病人面臨重大疾病時，他可能會有下列的表現或徵兆：

- 社交上：退縮、孤立自己、工作效率降低。
- 生理上：疼痛、消化不良、睡眠品質差、疲憊、藉菸酒消愁。
- 心理上：精神意志無法集中、焦慮、敏感、易怒、悲觀。

- 靈性上：憤怒、懷疑，拒絕神或更依靠神。

雖然重大疾病，可能是個「危機」，但它也是個「轉機」。因此，關懷者要從身、心、靈三方面來幫助病人。藉著持續的關懷，了解病人在不同階段的需求，才能提供適當的支持。

關懷技巧：聆聽、回應、問合宜的問題

關懷最重要的技巧之一是「聆聽」。「聆聽」的定義是：「隨著對方的思想、感情和觀點，來了解他所說的話和意思。」當一個人不注意聆聽對方時，通常會有下列的問題，例如：心思飄蕩、批評或論斷對方、焦慮、緊張、只想自己要說的話、或過分注意自己的感受。

聆聽需要練習。聆聽的基本要素包括：

- 營造一個適當的環境——消除影響聆聽的雜音（例如：找一個安靜的房間或把電視關掉）。
- 身體的姿態——調整你與對方的距離、高度、身體的角度、眼目的接觸。
- 全神貫注——使用你的意志力，用心默記交談的重點，以便進一步了解。
- 設身處地——將心比心去了解和體會對方的感受。
- 注意你自己的感受和情緒——對方所講的如何影響你？
- 鼓勵對方繼續分享——藉著合宜的問題和肢體語言（態度）。
- 適當的回應——用自己的話告訴對方，你所聽到的內容和感受。
- 聖靈的引導和幫助——讓你進一步了解事情真相或對方未表達的事。

所以真正的聆聽，包括設身處地以對方的角度，來看他的世界和體會他的感受。

聆聽時的回應有很多種：

(1) 內容的回應：以你自己的話，重複你所聽到的「內容」，以確定你聽到的的訊息是對方所表達的（好讓你可以再問一些能夠幫助你更了解實際狀況的問題）。

例如：病人：「自從我生病後，就沒人來看我。」

關懷者：「你的意思是最近很少人來探望你。」（回應你所聽到的內容。）

(2) 感受的回應：以你自己的話說出你所體會到對方的「感受」。

例如：病人：「自從我生病後，就沒人來看我。」

關懷者：「你是不是覺得很寂寞？被忽略了。」（回應你所體會的感受。）

(3) 澄清你所聽到的話：以自己的話把聽到的內容、感受告訴對方，以便澄清你所了解的是正確的。

例如：關懷者：「聽起來，你好像覺得……」

關懷者：「你的意思是不是……？」

關懷者：「你是不是覺得……？」

(4) 問合宜的問題，使對方願意多分享他的感受，以便對他身、心、靈的需要，有更清楚的認識。

使用開放式的問句，而不是關閉式的問句，會讓對方有機會多講，並讓你對病人的情況瞭解得更清楚。下面的例句說明開放式問句和關閉式問句的差異。

例如：開放式問句：「當你聽到消息後，你有什麼感受？」（鼓勵對方闡述。）

關閉式問句：「當你聽到消息後，你難過嗎？」（對方的回答可能很簡短：「是」或「不是」，因此不能鼓勵對方闡述。）

例如：病人：「最近我一直睡不好。」

關懷者：「這個現象有多久了？」

關懷者：「有什麼事情讓你睡不著呢？」

關懷者：「當你睡不著時，你心裡想些什麼？」

關懷者：「這樣對你白天有何影響？」

關懷者：「你如何處理這個問題？」

關懷者可從許多不同的角度，去了解一個現象或感受。但切記不要使用一連串的問句，免得讓病人覺得有壓迫感。

一些參考的問句

■ 關於病情

- 你最初怎樣發現自己生病了？
- 你上次見醫生，他對你說了甚麼？
- 你在那裡就醫？
- 有那些醫療人員處理你的病？
- 最近睡眠好嗎？胃口如何？
- 除了醫療人員外，還有誰在幫你？
- 醫生用甚麼方法為你治療？治療已進行到那個階段？
- 你經歷了些甚麼治療可能產生的副作用？
- 是否疼痛？是否與醫生談過？如何處理？

■ 關於病人心理的健康

- 你對現在的治療有何感受？
- 這段期間你覺得最難處理是甚麼？
- 甚麼可以讓你心情鬆弛？
- 甚麼對你沒有幫助？
- 對親友的探訪，你覺得如何？
- 我想聽聽你的工作。你最滿意的成就為何？

■ 關於病人靈性的光景

- 生病過程中是否引發你思考人生的意義和價值？
- 可否談談你的信仰對你的影響？
- 可否談談你對神的觀念？
- 你自己想向神說甚麼話？
- 我可以如何為你禱告？

關懷者可靈活地運用「聆聽」、「回應」、「問問題」三樣技巧，來了解對方的需求和感受，並且不會給對方帶來壓迫感。以上的關懷技巧，可運用在面對面交談或電話交談。

(5) 保守隱私：若關懷態度真誠，會讓對方知道關懷者值得信賴，他會比較願意表達他心裡的想法和感受。有時在關懷過程中，關懷者會知道一些對方的隱私，若這些隱私不涉及個人或他人的安全（例如：自殺或傷害他人，若有這些現象應報告醫師或有關當局），關懷者應替對方保守隱私。切記不可傳播對方的隱私，否則對方可能不會繼續信任你。當對方不信任關懷者時，就不會將心事說出來，關懷者就無法有效地支持對方了。如果你希望找別人為病人代禱，你也應先取得病人同意。

關懷探訪病人時，要有合適的禮儀：

- 先徵求對方的同意再去。
- 事先約好探訪的時間和長短。
- 穿著整潔樸實，不要抹香水或戴貴重的首飾。
- 準時到達，入門前先禱告求聖靈引導。如攜帶手機，請暫時關機。
- 探訪長短要有彈性，尤其是對方覺得累或很勉強時，就要適可而止。
- 態度端莊，適當的寒暄就進入關懷正題。
- 除了疾病外，談些對方當時想談的或切身相關的話題。

可以說與不該說的話

(1) 關懷者可以說的話

藉著開放式的問句和積極聆聽，幫助你在適當的時機，說合宜的話。除了話語之外，你的真誠和愛心，也會影響對方。箴言十五章 23 節說：「口善應對，自覺喜樂；話合其時，何等美好。」下列的範例，可幫你開始一個對話：

- 問他今天（胃口、身體、心情…）如何？
- 肯定他的感受和體會。
- 詢問他的需求，及他如何滿足這些需求。如他無法滿足這些需求時，可與他一同討論從哪裡尋求幫助。
- 表達你的關懷。
- 談談他的興趣、嗜好、家人、成就、事業、信仰…。
- 允許沈默或流淚，或與他一同哭泣。

- 當你瞭解他真正的狀況和感受後，你可以講一些安慰、鼓勵、肯定、讚美、感謝的話、或為他禱告。
- 在適當的時機，你可以作見證，分享神的愛和救恩，或鼓勵他信靠耶穌。

(2) 關懷者不該說的話

任何你不希望別人在你生病時對你說的話，就不宜對你所關懷的病人說。下列的例子應當避免：

- 否定對方的感受、體會或經歷：「噯呀！不要這麼想。」「不要擔心，不會有事的。」
- 將對方與第三者比較：「你這一點算什麼，某某人更慘…」
- 可憐對方：「真慘！你怎麼會遇上這樣的事…」
- 使對方有罪惡感：「你是不是以前…，所以你現在才…」
- 給忠告：「我告訴你…」「你要聽我的…」「我覺得你應該…」
- 評論醫師或療法：「你的醫師真糟…」「某某人也是看你的醫師，他…」
- 質疑對方：「你為什麼會有這種奇怪的想法？」
- 述說別人的恐怖遭遇：「某某人做治療時，副作用好厲害，頭髮也掉光了…」
- 把病痛神聖化：「你要有信心，神才會醫治你。」「神允許這病臨到你是為了…」

箴言二十五章 11 節說：「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。」關懷者懂得說合宜的話，病人才會得著安慰和鼓勵。

按病人的實際需要幫助他

透過耐心的聆聽，當你真正了解病人的需求和感受後，你所提供的幫助才能滿足他的需要。關懷者可從下列幾方面來幫助病人：

- 接受現實——若你發覺病人不清楚病況或逃避現實時，你可了解原因再幫助他面對現實。因為當他能接受現實時，他才能尋求幫助或做合宜的決定。
- 尋求與接受幫助——有時病人無法承擔事實，是因他不知如何尋求幫助，或不好意思麻煩別人。關懷者可提供一些社區的資源，讓病人可以得著實在的幫助。
- 了解及掌握自己的實況——或許病人過分依賴醫護人員，或由家人幫他處理醫療的決定；也有些病人覺得無法掌握情況，或覺得無能為力。藉著關懷者的支持和協助，病人可以掌握情況，並為自己爭取權益。
- 為自己爭取權益——有些病人逆來順受，不敢質疑醫護人員，所以不知如何爭取權益。當關懷者遇見這種情形時，可以協助病人爭取合理的權益。
- 仰望神和祈禱——當病人覺得不平安或無助時，關懷者可以幫助病人藉著禱告，將憂慮交給神，仰望神的恩典。

與剛發現重大病症的病人談什麼？

- 認識疾病、診療方案、副作用。
- 尋找正確的資訊。
- 瞭解醫療保險涵蓋的項目和範圍。
- 如何尋找社區資源和社會福利。
- 改善生活、飲食、運動習慣。
- 談談病人、家屬的心情。
- 鼓勵愛的交流和溝通。
- 建立積極面對疾病的心態。
- 調整生活的目標和優先順序。
- 建立支援網絡，例如參加病友互助會或使用心理諮詢。

與末期病人談什麼？

- 醫護的選擇和事前指示。
- 照料的安排及生活品質的考量，例如：飲食與營養、疼痛處理、安寧療護。
- 回顧一生，談談生命的意義和價值。
- 談談病人的心願，事務的處理。
- 處理恐懼、憂慮、憤怒、內疚的問題。
- 修復破裂的關係（與人、與神）。
- 鼓勵愛的交流。
- 藉基督的福音，帶給他靈魂的歸宿與盼望。

靈性支持：見證與代禱

關懷者對生、死、災禍、疾病，要有合乎聖經的認識，並從病人心靈的需求提供關懷。在提供靈性支持時，請注意：

- 你是關懷者，惟有神是醫治者。
- 我們的關懷，是把對方帶到醫治和安慰的源頭——神自己。
- 心靈的關懷，要著重於對方的需要和以他能夠接受的方式提供，而不是滿足你個人的企圖和目的。
- 不要以為你可以回答對方所有心靈的疑問，因疾病苦難是不能避免的，並且每個人的情況和感受都是很獨特的。
- 千萬不要論斷對方。

（一）把握機會

歌羅西書四章 5-6 節說：「你們要把握時機，用智慧與外人交往。你們的話要常常溫和，好像是用鹽調和的，使你們知道應當如何回答各人。」在你與對方交談的過程裡，你要注意和配合聖靈工作的特性和時機，例如：

- 唯有神自己吸引人到耶穌面前。（約翰福音 6：44，65）

- 當他對屬靈的事有興趣。
- 當他希望瞭解屬靈的真理。（約翰福音 16：13）
- 當他為罪、義、審判自己責備自己。（約翰福音 16：8）

當你察覺聖靈開始工作時，你可以：

- 查驗聖靈已經開始的工作為何？
- 禱告尋問神的心意為何？
- 一方面聆聽聖靈的聲音或隨從聖靈的帶領。
- 另一方面問對方合宜的問題，並專心聆聽。
- 當你明瞭對方的屬靈狀況和聖靈的帶領時，再回應對方。

彼得前書三章 15 節說：「只要心裡尊主基督為聖，有人問你們心中盼望的緣由，就要常作準備，以溫柔、敬畏的心回答各人。」

- 曉得把握合適的機會，例如：當對方談論到信仰、人生或心靈的需要時。如果你聽見對方說下列的話，這可能就是一個機會，讓你進一步了解對方的內心世界。
 - 「我真佩服你有這樣的愛心。」（羨慕你有他沒有的愛心。）
 - 「我覺得人生好沒意義。」（失去或在尋找人生的意義。）
 - 「我很害怕一個人獨處。」（心中有無名的害怕或孤寂。）
 - 「我心裡覺得很愧疚。」（心中有罪惡感。）
 - 「我真後悔當初……」（心中有愧疚感。）
 - 「為什麼我心愛的人會死？」（對死亡覺得無奈。）
- 要有準備回答對方的問題，但不是說教。
- 解釋你所擁有的盼望。
- 要溫柔、尊重對方。
- 將心比心。（設身處地為對方著想。）

（二）分享見證

- 在合適的時機，先徵求對方的許可。（一面默禱，祈求聖靈的引導。）
- 以耶穌為中心，分享耶穌如何改變你的生命，如何在困境中幫助你。
- 根據對方的問題或情況，來調整你所作的見證。
- 簡單扼要，避免使用基督教術語。
- 按對方的需求，選擇聖經故事和應許來與他分享。
- 保持開放的態度，不要辯論，多聆聽。
- 視對方的反應來調整你的應對。
- 如果對方不感興趣或拒絕你的見證，不要灰心，仍然繼續提供關懷，全然接納他，等待下次機會。
- 如果對方對基督信仰有興趣，問對方是否願意一起作福音性查經，藉此詳細說明福音的內容。
- 在對方清楚明白真理並有意信耶穌時，才邀請對方禱告接受主。

- 不要急躁地叫人信耶穌，因福音的種子可能落在路旁、土淺石頭地上，要讓聖靈來感動作工，因為惟有被聖靈感動的人，才能說「耶穌是主。」

（三）禱告的服事

禱告的服事是基督徒的特殊恩典，因為我們可以藉著禱告進到神的施恩寶座前為病人代求。當關懷者經過細心的聆聽並瞭解病人的需求時，聖靈常會感動你透過禱告來服事對方。如果你想以禱告來服事對方，你可以先徵求對方的同意。例如，你可以說：「當我聽到你現在的狀況時，我就想到我的神，祂是滿有憐憫、恩典和慈愛的全能神。我可不可以現在在我所信的神面前為你禱告？」如果關懷者真誠地願意為病人代禱時，對方通常願意接受。如果對方不願意時，千萬不要勉強，你要尊重對方，但可以藉機多瞭解他不願意的原因和他的屬靈狀況。

當你預備禱告時，你可以簡短的敘述你所瞭解的情況和需求，你可以再問對方是否有其他事項或感受想加在禱告裡？

如何代禱？

- 誠實地將對方的重擔、困難、煩惱、感受、願望告訴神
- 訴說神的屬性來配合對方的需求
- 按神的話語和應許禱告
- 不是操縱神，而是讓神作主
- 使用對方能夠理解的話，少用基督教術語
- 為對方的身、心、靈代禱、祝福
- 不要將禱告變成講道
- 如果對方是基督徒，可以邀請對方參與發聲禱告

為身體禱告的內容

- 求神醫治身上的疾病和祂寶血的潔淨
- 阻止疾病的擴散或對重要器官的傷害
- 使醫療方法奏效
- 副作用和疼痛降低或消失
- 自身的免疫力增強，器官功能迅速恢復
- 胃口和食慾正常
- 行動不受妨礙

為心理或情緒禱告的內容

- 求主進行內在醫治，醫治我們任何受傷害的記憶
- 除去憂傷憤恨、苦毒的心
- 求神和人的寬恕
- 寬恕一切得罪我們的人
- 讓神所賜的平安充滿我們的心

為靈性禱告的內容

- 回顧我們一生是否有任何拜偶像、淫行、參與邪術、受創傷、懼怕、怒氣、不饒恕人、故意犯罪而給魔鬼留下屬靈的破口
- 向神認罪悔改來堵住這些屬靈的破口
- 奉耶穌基督的名斥責魔鬼一切的侵害離開
- 求基督的寶血來潔淨和遮蓋我們
- 藉著聖靈的內住使我們的靈命復興，對永生有盼望，信心得堅固。

禱告後，你可以再詢問對方的感受。或許聖靈藉著你的禱告觸動了他的心，他有一些感想。或許聖靈在你禱告的過程中啟示你一些有關對方的事，你可以提出來與對方討論。有時，聖靈會提醒你分享一些聖經的經文來安慰對方。當我們禱告時，神樂意垂聽，並且我們要相信神會回應。

如果對方願意，你可以教導對方用自己的話隨時隨地向神禱告。你可以使用下列簡單的模式教他禱告：

- 向天父祈求（我在天上的父：）
- 想說的話（祈求、代求、感恩、認罪悔改、交托、讚美、敬拜）
- 想表達的感受
- 奉耶穌的名
- 阿們！（誠心誠意）

當對方可以自己向神禱告時，他就能夠與神直接建立關係。聖靈自己可以回應他的禱告。

關懷末期病人須知

以下是關懷末期病人的相關事項：

（一）事前指示和安寧療護

- 醫療照護事前指示(Advance Health Care Directive, AHCD)：是一份法律文件，能在人因疾病或意外無法自我表達時，事先寫明希望或拒絕接受的療護方式以及可以代理病患做決定的人。準備好一份「醫療照護事前指示」，有以下幾點好處：
 - 保護你表達自己想接受以及不想接受哪些醫療照顧的權益；
 - 使你的家人、朋友和醫護人員能夠更清楚知道你對於醫療照顧的意願和選擇；
 - 減少親友間因為意見不同而造成的衝突；
 - 減輕家屬和照顧者為你做攸關生死的決定時，心裡可能產生的焦慮和內疚；
 - 避免不必要的治療對你及家屬所造成的經濟負擔；
 - 減輕你對於“過度治療”的恐懼感；

○ 如果你願意，你也可以註明捐贈器官的意願。
藉著「醫療照護事前指示」，病人可以對臨終療護可能發生的情況，預先清楚地表明自己的意願，免得額外地延長人自然死亡的過程，而對家人造成負擔或愧咎。

- 安寧療護（寧養服務，Hospice）：是一組醫護團隊，致力於緩解末期病人身、心、靈的痛苦，改善生活品質，讓患者可以有尊嚴地走完人生的最後一段路程。安寧療護團隊的專長是疼痛的處理（包括提供藥物），症狀的處理（包括提供醫護器材裝備），和心靈的扶持。聯邦和州政府的醫療保險計劃（Medicare、Medicaid）和私人醫療保險，大都支付這項服務費用；無保險或低收入者，也可找非營利性的安寧療護機構接受免費或折價的服務。關懷者可將這項服務，介紹給末期的病人和家屬，請他們與病人的醫師討論這項服務。

（二）瞭解末期病人的心理

末期病人的心理反覆無常，關懷者要懂得分辨，才能按對方的需求提供合宜的支持。常見的心理狀態包括：

- 震驚與否認。
- 害怕、憤怒。
- 有罪疚感，會回顧一生做錯的事。
- 討價還價。
- 意志消沉或憂鬱。
- 接受事實。

當末期病人能接受事實時，他才能坦然面對人生的終點，積極地安排一些重要的事情。

（三）滿足患者靈性的需求

關懷者可從以下幾方面，來滿足末期病人靈性需求：

- 幫助患者和家屬提早對死亡認知，並作好預備。
- 幫助患者肯定其人生價值和意義。
- 協助患者處理人際關係。
- 協助患者完成未了、可及的心願。
- 先瞭解患者的信仰體系，再按患者的需求和他願意接受的方式支持他。
- 藉著幫助患者信靠耶穌，使其享有心靈平安與愛的滿足。

（四）支持病患的家屬

- 陪伴在旁，協助家屬度過哀傷期。
- 瞭解他們的失落和傷慟（在病患死亡之前和之後）。
- 接受他們的情緒和表達。
- 鼓勵他們接受外界的支持。
- 注意憂鬱的徵兆並建議求醫。

關懷者應有的特質

關懷者是一位與神同工的人。你的關懷是生命的流露。因此，關懷者必須與神有親密的個人關係，你的關懷才能持久，並能帶出「有神同在」的生命見證。關懷者要常常到神面前尋求神的心意，並從神那裡得著智慧去關心病人。神的靈是參透萬事的，當我們安靜等候尋求神的旨意時，神必樂意將祂的心意顯明。當關懷者順著神的心意去關心病人時，雙方都會經歷神的同在。這才是「以神為中心」的關懷方式。

（一）關懷者自我認知

- 靈性成熟；
- 心情穩定；
- 願意關心別人；
- 願意付出時間；
- 有願意學習的態度；
- 有責任感；
- 願意保守個人的隱私；
- 常常禱告。

（二）關懷者的態度

- 不是為了滿足好奇心才去探望病人。
- 不是為了滿足短暫的責任感，以為去關心一下就好了。
- 要有恆久的愛心。
- 善於聆聽及使用回應的技巧。
- 明白每位病人的經歷都是獨特的，避免將你關懷其他人的體會，應用在對方身上。
- 善於觀察，體諒病人和家屬，因為家屬也需要支持；不要忽略病人年幼的兒女。

（三）關懷者應正面表達意見

- 清楚了解你的角色和界限。
- 你的關懷，不是去取悅或縱容對方。
- 不要過度認同。
- 你有你的權益。
- 用愛心說誠實話。

（四）關懷者應正面表達界限

- 自己時間的安排。
- 自己能提供關懷的範圍。
- 自己的隱私。
- 自己的限度。

關懷者可為與不可為

關懷者可為之事：

- 為病人和家屬保守隱私；但對方如有傷害自己或他人的企圖時，應向醫師或有關當局報告。
- 將心比心，有禮貌和真誠地對待關懷的對象。
- 按病人和家屬的實際需要，提供正確的資訊和實用的社區資源。
- 協助病人和家屬尋求外界的資源，或提供實際的幫助。
- 守時與守信。
- 為你關懷的對象代禱，求聖靈引導你。
- 有耐心和恆心。
- 要照顧自己，設立合宜的界限，不要疲於奔命。

關懷者不可為之事：

- 不做任何不安全的事（包括不擅自獨立搬動病人）。
- 避免單獨陪伴異性病人上廁所。
- 不餵藥給病人吃。
- 不幫病人注射藥物。
- 不推銷任何健康食品、商品，不宣傳自己的事業或圖謀個人的利益。
- 不介紹偏方，任何另類療法或醫師。
- 不給醫療建議，或評論醫師和療法。
- 不接受金錢酬勞或貴重的禮物。
- 不對病患作個人醫療或其他方面的比較。
- 不要預先設定你的動機或目的。
- 不要一味地傳教，否定對方的宗教或爭論教義。
- 不要一曝十寒。

當你關懷一個有特殊需要的病人時（例如末期病人和其家屬），就需要有團隊的服事。此時，你可以請牧師動員有負擔的基督徒，一起參加團隊來服事對方。

降低風險及疾病傳染

降低意外風險的原則，就是不要做任何對病人、家屬或關懷者造成肉體、精神或財物損害的事。降低意外風險也包括保護自己，你所關懷的對象和你所代表的機構，包括教會。

當你與病人直接接觸時，你應採取防止傳染疾病的步驟：

- 避免赤手接觸病人的體液、血液、排泄物或被污染的物品。

- 如需接觸時應戴手套。
- 常用肥皂或洗潔液洗手。
- 自己生病或感冒時，不探訪病人，以免把病菌傳給病人。
- 可以在車內準備一罐酒精性的清潔液，在探訪病人之前和之後清潔雙手。

醫學上的資訊和建議

除非你是醫療方面的專業人士，且對病人的病症非常熟悉，否則請不要給對方醫學上的建議。你可能滿懷熱忱的想要幫忙，很想給對方一些建議，但是千萬不要！

- 切忌根據你從別的病人身上得到的經驗，來給對方提出建議。
- 疾病的種類很多，即或有些病人成功地使用某種療法，但同樣的療法並不一定適用於別人。對某些人而言，也許某種治療就夠了，但對另一個人，那種治療也許全然不適用！不要告訴你關懷的病人，你知道某某人做了某某治療，就成功的治癒了，因此他也應該要求醫生，給他做同樣的治療。事情絕非如此單純。
- 你的工作是鼓勵病人與他的醫護人員有良好的互動，以確保對方受到良好的治療，而且能夠遵照醫生的指示。你可以幫助對方讓他學習「自己的病，要自己來掌握」。鼓勵對方接受有關的資訊，讓他對於自己所罹患的病症、治療方法及如何照顧自己等，有充分的知識。幫助他向醫生提出好問題，以及表達需求。
- 還有一件事是你辦得到的。你可以幫對方或介紹對方，從信譽可靠的來源或電腦網站中，收集適當的資料與訊息，包括關於病症的基本知識、治療方法，各種診斷病情的醫學檢驗，及有關護理、食品與營養的須知。透過這些正確的資料，患者可以做出合宜的決定。
- 你可幫助病人瞭解更多他罹患的病症，他就比較不會害怕，並對自己要做的治療更具信心。你可幫助對方在做各種治療的決定時，能夠好好地考量利弊得失。然而要記住，最後的決定，還是要讓病人自己去做。無論你的用意是多麼的好，千萬不要替病人做決定。
- 如果你所關懷的病人，考慮要放棄正統的療法，轉而訴求其他的療法（例如：草藥、針灸、中醫成藥、氣功……時）你必須認真地聽他講述理由，看看是不是有道理，幫助對方權衡得失。若對方的醫學知識有不足之處，你可以幫助他補足，讓他清楚地了解拒絕正統療法可能導致的後果。然而，請你不要反客為

主，生病的人是他，必須讓他自己做決定，即使你不贊同他的決定，也不要存著批判、指責的態度，為他禱告就是。

關懷或安慰病人有關的聖經章節

- 因為祂打破，又纏裹；祂擊傷，用手醫治。(約伯記 5 章 18 節)
- 你將生命和慈愛賜給我；你也眷顧保全我的心靈。(約伯記 10 章 12 節)
- 我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。(詩篇 23 篇 4 節)
- 我曾尋求耶和華，祂就應允我，救我脫離了一切的恐懼。(詩篇 34 篇 4 節)
- 耶和華靠近傷心的人，拯救靈性痛悔的人。(詩篇 34 篇 18 節)
- 他病重在榻，耶和華必扶持他；他在病中，你必給他鋪床。(詩篇 41 篇 3 節)
- 祂赦免你的一切罪孽，醫治你的一切疾病。(詩篇 103 篇 3 節)
- 耶和華有憐憫，有恩典，不輕易發怒，且有豐盛的慈愛。(詩篇 103 篇 8 節)
- 因為得著祂的，就得了生命，又得了醫全體的良藥。(箴言 4 章 22 節)
- 喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。(箴言 17 章 22 節)
- 婦人焉能忘記他吃奶的嬰孩，不憐恤他所生的兒子？即或有忘記的，我卻不忘記你。(以賽亞書 49 章 15 節)
- 哪知祂為我們的過犯受害，為我們的罪孽壓傷。因祂受的刑罰，我們得平安；因祂受的鞭傷，我們得醫治。(以賽亞書 53 章 5 節)
- 耶和華啊，求你醫治我，我便痊癒，拯救我，我便得救；因你是我所讚美的。(耶利米書 17 章 14 節)
- 失喪的，我必尋找；被逐的，我必領回；受傷的，我必纏裹；有病的，我必醫治；只是肥的壯的，我必除滅，也要秉公牧養他們。(以西結書 34 章 16 節)
- 所以你們要彼此認罪，互相代求，使你們可以得醫治。義人祈禱所發的力量是大有功效的。(雅各書 5 章 16 節)

- 祂被掛在木頭上，親身擔當了我們的罪，使我們既然在罪上死，就得以在義上活。因祂受的鞭傷，你們便得了醫治。(彼得前書 2 章 24 節)
- 壓傷的蘆葦，祂不折斷；將殘的燈火，祂不吹滅；等祂施行公理，叫公理得勝。(馬太福音 12 章 20 節)
- 神要擦去他們一切的眼淚；不再有死亡，也不再有悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過去了。(啟示錄 21 章 4 節)

結語

馬太 25 章 35-40 節裡耶穌比喻說：「王說：『…因為我餓了，你們給我吃。渴了，你們給我喝。我作客旅，你們留我住。我赤身露體，你們給我穿。我病了，你們看顧我。我在監裡，你們來看我。』義人就回答說：『主啊，我們什麼時候見你餓了，給你吃？渴了，給你喝？什麼時候見你作客旅，留你住？或是赤身露體，給你穿？又什麼時候見你病了，或是在監裡，來看你呢？』王要回答說：『我實在告訴你們，這些事你們既作在我這弟兄中一個最小的身上，就是作在我身上了。』」

願神親自引導並祝福你的關懷工作！讓神的慈愛和恩典透過你傳達到你所關懷的病人和家屬身上，彷彿是作在主耶穌的身上一樣。

參考資料

- 如何發展你的探病恩賜，楊牧谷著，恩谷出版有限公司，2004 年 10 月。
- 佈道，我行嗎？每一位基督徒的關懷佈道指導，威廉·麥克著，新加坡衛理公會華人年議會出版部，1999 年 11 月。
- 做傷心人的好朋友—關懷者實用錦囊，戴勞爾·肯寧著，中國主日學協會，2003 年 11 月。
- Christian Caregiving - A Way of Life, by Kenneth C. Haugk, Augsburg Publishing House, 1984.
- What Can I Say? A Guide to Visiting Friends and Family Who Are Ill, by Simon and Karen Fox, Adventures in Caring Foundation, 2000.
- Communicating with Compassion, How to communicate in ways that ease the pain and lift the spirit, by Karen and Simon Fox, Adventures in Caring Foundation, 1997.

出版：基督教角聲佈道團
Chinese Christian Herald Crusades
156-03 Horace Harding Expressway
Flushing, NY 11367
Tel: (718)359-2030; Fax: (718)359-2130
E-mail: herald@cchc.org; Web site: www.cchc.org

基督教角聲佈道團的宗旨：
結合社會關懷及佈道，領回圈外的羊。在各地華人社區中，建立一個完整清晰的基督徒見證——堅定的信仰、愛心的關懷，活出聖經的價值觀。

撰稿：角聲癌症關懷
Herald Cancer Care Network
3131 Bowers Ave., Santa Clara, CA 95054
Tel: (408)986-8584; Fax: (408)986-8581
E-mail: cancercare@cchc.org; Web site: cancer.cchc.org

角聲癌症關懷的主旨：
協助華人癌症患者和家屬克服文化、環境、語言和心理的障礙，面對癌症的衝擊和治療，並透過關懷義工提供心靈的支持與癌友和家屬同走抗癌路。

基督教角聲佈道團屬下華裔癌症組織：

羅省角聲癌症協會
Herald Cancer Association-Los Angeles
715 E. Mission Road
San Gabriel, CA 91776
Tel: (626) 286-2600; Fax: (626) 286-1306
Web site: cancer.cchc.org/hca

休士頓角聲癌症協會
Herald Cancer Association-Houston
7001 Corporate Dr., Suite 379
Houston, TX 77036
Tel & Fax: (713) 270-8660

達拉斯角聲癌症協會
Herald Cancer Association-Dallas
110 N. McKinney St.
Richardson, TX 75081
Tel & Fax: (972) 690-0100

紐約角聲癌症關懷事工
Herald Cancer Care Ministries-New York
156-03 Horace Harding Expressway
Flushing, NY 11367
Tel: (718)359-2030; Fax: (718)359-2130