

溝通篇（一）：敞開心扉、說生活死

溝通篇（一）敞開心扉、說生活死 《工作紙》

在華人社會裏，安寧照顧很多時是一家人的事、一家人的決定，所以家人之間的溝通是非常重要的。影片指出了三個有關安寧溝通常見的「怕」。您有沒有這方面的煩惱？這些顧慮又是否真實存在？不如讓我們做一些 Fact Check 檢查一下。

怕什麼？

有否想過？

「未準備好、接受唔到」

1. 家人或病人真的一點也不知情？他們有沒有問過有關病情、治療安排、照顧方面的問題？或對自己的健康狀況、進行的檢查表示過疑問？
2. 影片中說到：「1996年係香港進行嘅一項調查中，受訪嘅1136人中有95%嘅人表示希望知道自己嘅病情¹」。你的家人是屬於這95%，還是5%？
3. 病人與家人現在的溝通狀況是怎樣？壓抑但很想跟對方坦白？疏離但很想關心對方？這心情好受嗎？

「家人會放棄生命」

1. 每個選擇背後都有原因和代價。對晚期病人來說，選擇「積極治療」可能代表把生命延長一點，讓他/她能夠完成一些心願。而這些「積極治療」的副作用（如活動能力受阻）就是要付出的代價。對病人來說，什麼重要些？生命的長度還是生命的質素重要些？為什麼？有沒有和一家人溝通過？

¹ Fielding R, Hung J. (1996). Preferences for information and involvement in decisions during cancer care among a Hong Kong Chinese population. *Psycho-Oncology*, 5: 321 i/29

	2. 對你來說，在「積極治療」和「拒絕治療」以外還有選擇嗎？「紓緩治療」又是什麼？有沒有跟醫療團隊溝通過各種的醫療方案，療效和副作用是什麼？
「控制唔到情緒」	1. 影片中說到：「情緒冇對或錯，但正正係因為愛，溝通就要及時同坦誠。」你贊同嗎？ 2. 試想像一下，當你和家人說生話死的時候，您的情緒會是怎樣？家人的反應又會是怎樣？這些情緒是否正常？有辦法跨過這些「情緒」難關嗎？歡迎繼續收看溝通篇（二）：勇敢踏步、及時溝通。



試想想：如果我已將自己（或家人）的病情、我的想法和願望都和家人分享和清楚討論了。

我現在的心情會是怎樣？

我和家人現在會一起做什麼？

