

# 「心」愛著你

## 第二十四集 「死」：面對死亡 - 告別

- 死是生命無可避免的事，是人生最難面對的分離
- 要和至親告別分離，難免心如刀割，極之難受

### 當至親即將離世（資料來自衛生署長者健康服務網站）

醫療安排	病者、家人及醫護人員共同商議治療意向及臨終時的照顧計劃。了解病者對後事的意願，如殯葬、器官及遺體捐贈安排等等。
照顧身體	保持病者的身體清潔及溫暖；幫助減輕因痛楚、氣促、口乾等身體狀況帶來的不適。
照顧心靈	協助病者回顧一生，尋找工作意義；幫助病者完成未了心願，以減少不必要的遺憾；陪伴病者並運用身體語言或透過按摩及身體接觸等來表達關心。
跟至愛道別	按病者意願通知親友來探望及送別；如病者身體許可，鼓勵對方坦誠分享喜、樂、悲、憂；親友亦可向病者表達心意，包括道謝、道愛、道歉及道別。

**道謝：**謝謝你，出現在我的生命裡

**道愛：**對親人說出藏於心底的真心話，表達關愛祝福

**道歉：**請求對方原諒過錯，同時也寬恕對方的錯失，釋放愧疚，放下恩怨

**道別：**與親友說再見

## 當至親離世後（資料來自衛生署長者健康服務網站）

親人離世後有不少實際事務須要處理，喪親者可根據重要性安排緩急先後，有需要時尋求其他親友或團體的協助。

<b>告知壞消息</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 隱瞞離世消息會對在世親人的身心造成不良影響、破壞家庭關係，甚至造成一生的遺憾。</li><li>● 選擇適當的時間及場合，並在熟悉的親人陪同下才告知消息，有助長者面對喪親的打擊。</li></ul>
<b>出席喪禮</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 出席喪禮有助接受死亡的事實，並提供空間去抒發情緒。</li><li>● 預先諮詢醫護人員，決定長者身體狀況是否適合出席喪禮。</li><li>● 告知長者有關喪禮程序，有需要時安排親友在過程中陪伴。</li></ul>
<b>住屋安排</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 共同商議，可考慮讓長者在親友家中暫住，家人亦可到長者家中留宿陪伴，讓他們逐漸適應轉變。</li></ul>
<b>處理遺物</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● 處理過程情緒難免波動，家人宜協助長者將有紀念價值的物品收藏起來；將沒有用途或重要性的丟棄或捐贈；將不確定的先收起，待日後處理。</li></ul>

## 人生兩大課題

- 如何生存得有意義
- 如何面對死亡而不失寧定安然