衛教編號：HOSP-004

2004.10.01訂定
2023.07.29(6 修)
2020.12.25(9 審)

惜別手冊

臺中榮民總醫院
緩和療護病房

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經安寧療護團隊專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

「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！」

安寧療護之母---

英國的桑德絲醫師（Dame Cicely Saunders）

一、臨終前之準備

（一）相片：多收集照片及生平資料

1. 生活照，收集成冊以備日後紀念。
2. 半身正面彩色照，放大 12 吋以備葬禮懸掛。

（二）錄音或錄影：

如果病人能言語，可協助錄音或錄影，提供日後家人留念。

（三）生平紀錄：

1. 出生年月日、出生地、兄弟子女情形。
2. 就學經過。
3. 就業經過、成長、專長。

（四）遺囑：

1. 留給後人的座右銘和教導期望。

2. 財產分配或債務等。

（五）衣服準備：

1. 上衣、褲各一至二套，尿布，如遺體入冰櫃，多備一套，入殮時更換。

2. 高齡者壽衣（入殮時可用）。

3. 個人喜歡衣服、西裝、鞋、襪及領帶。

（六）梳理頭髮、儀容、必要時化妝。

（七）葬儀社：多方比價葬儀社之合理費用。

二、臨終時刻

當我們心愛的親人瀕臨死亡時，可能會出現一些所謂的「瀕死現象（症狀）」，導致的原因及處理原則如下：

（一）瀕死症狀、原因及處理原則

症狀/原因	處理原則
睡眠時間越來越長且不易叫醒	
中樞神經系統衰竭	˙若無任何不適，不需特別叫醒病人 ˙當病人清醒時，多與其溝通，也可安排活動讓其參與。
喃喃自語或人事物混淆不清	

症狀/原因	處理原則
代謝減慢或腦部受侵犯	˙提醒病人時間，日期和地點。 ˙協助其認出周遭的人。 ˙提供熟悉或喜愛的物品。
✚ 躁動不安、爬上爬下或看到幻影	
血液循環變慢引起腦部缺氧	˙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。 ˙安排家屬陪伴，提供一個安全舒適的環境，避免碰撞受傷。
✚ 呼吸困難不規則，如：加速、暫停或嘆氣式呼吸	
血液循環變慢引起腦部缺氧	˙可將床頭搖高或枕頭墊高頭部，幫助呼吸。 ˙保持室內空氣流通，提供電扇維持涼爽通風。 ˙必要時使用蒸氣吸入或氧氣治療。
✚ 死前的嘎嘎聲：呼吸時喉嚨產生的吵雜聲	
肌肉漸漸無力使得口水無法吞下去，積在喉頭而發出聲音	˙此種聲音為去世前徵兆，不會讓病人感到不舒服或是嗆到。 ˙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。 ˙可採側臥以利口水流出或把頭抬高以利吞嚥。 ˙通常出現在臨終 48 小時左右
✚ 聽力、視力的減退	

症狀/原因	處理原則
神經機能退化	˙保持室內燈光明亮， ˙聽覺是所有感覺中最後消失的，鼓勵小孩、親友持續和病人講話，像平常一樣表達內心感受。 ˙提供音樂。
沒有食慾或無法進食	
腸蠕動減少，吞嚥能力減弱	˙勿強迫進食或喝水，因無法消化、吸收造成腸胃道負擔。 ˙接近臨終時，會連水分也無法吸收，可不必打點滴，因循環衰竭點滴也無法良好吸收，反而增加呼吸道分泌物、水腫和腹水的機會。 ˙若口腔、嘴唇乾燥時，可用棉枝潤濕或塗擦護脣膏。
大小便失禁和尿量減少	
神經肌肉退化而失去控制能力	˙協助使用尿布或看護墊。 ˙注意皮膚照護，避免浸潤、潮濕。 ˙評估解尿情形，必要時使用導尿管或尿套。
手腳冰冷，肢體末梢膚色漸深、出現紫斑及皮膚濕冷	
血液循環變慢或血壓變低	˙保暖，勿使用電毯以防電傷害。 ˙協助翻身的舒適擺位。 ˙維持皮膚潔淨，給予溫水擦澡。
大出血	

症狀/原因	處理原則
腫瘤在大血管旁破裂	˙握住病人雙手及陪伴，降低害怕。 ˙必要時依醫囑給予鎮靜劑。 ˙減輕疼痛。 ˙準備深色包布覆蓋，避免淺色床單鮮血致病人及家屬焦慮、害怕。

（二）臨終覺知

病人顯得躁動不安，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，以毛毯或枕頭罩住床欄以免病人碰撞受傷。

「臨終覺知」可以分為三種：

1. 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。
2. 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。
3. 第三種病人「若有自覺」，在生命的最後幾

天吵著要回家，回到家病情短暫好轉現象，但在數天或數小時內迅速惡化，離開人世，像是一般常說的「迴光返照」。

以上，並非「怪力亂神」或「危言聳聽」，在美國也有「臨死覺知」。

（三）如何陪伴臨終親友

1. 可以與病人有肢體的接觸，如：握著病人的手、輕觸臉頰等。
2. 即便病人處於嗜睡或昏迷狀態，他(她)的聽覺仍在，可透過說話來表達對病人的愛，例如:「我們都好愛您」、「我們會記得您的交代」或「媽媽，讓我們相約在主的天家再會」。
3. 一如往常與家人互動，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。

（四）如何知道病人已經死亡

當死亡來臨時，您將會見到下列現象：

1. 雙眼直視，眼皮微微的睜開。
2. 沒有呼吸、沒有脈搏。

3. 搖晃病人或與他對話沒有反應。

4. 大小便失禁。

5. 下頷關節鬆弛，嘴巴微張。

（五）病人快臨終時

隱私及安靜環境，依病人宗教信仰舉行儀式。

1. 佛教：

（1）準備念佛機，耳聞佛音，請親友輪流陪伴在旁，協助念佛（助念）。

（2）先給予短暫開導，語句儘量簡短切要，之後陪同病人不斷念佛持咒。

（3）往生後 8-12 小時靈魂尚未離開肉體，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）將往生被(陀羅尼經被)覆蓋在遺體上。

2. 道教及一般民間信仰：

（1）有穿什麼得什麼之說，故衣服在往生前

先穿好，病人喜歡的就好可以不用買新的或壽衣。

（2）把口袋縫起來（留給子孫更多）。

（3）手尾錢：可放在病人手中或口袋中放錢（裝紅包袋），日後分給孩子，送冰櫃前記得拿起來。

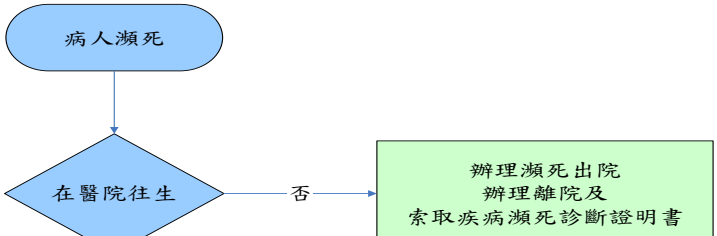
3. 基督教、天主教：

臨終彌留時，除親人隨侍在旁。可邀請教會牧師或神父前來（若牧師或神父沒趕來，其它家屬或親友代替）一方面禱告唱詩歌，在病人耳邊細語，請他放心。祈求主保佑到最後一刻，安慰牽他的手，抱他走天路。

三、當病人往生後

★. 往生後以溫水遺體護理，穿乾淨衣物。

★. 於安寧病房去世的病人，若需使用往生室助念，可向護理站登記，收費標準：8 小時內 1200 元；超過 8 小時每一小時加收 150 元（自費），最多只能停留 12 小時。（一）往生處理



流程：

（二）注意事項：

1. 辦理遺體放行條

（1）上班時間：門診大樓後棟 2 樓大廳 12 號窗口。

（2）假日及晚間(晚上 12 點前)：門診大樓後棟 2 樓大廳 2 號窗口。

2. 辦理死亡證明書

（1）直系血親親屬才能辦理，請攜帶：

病人身分證、辦理人身分證、死亡診斷書換領證明

（2）辦理時間：同上。

備註：戶口名簿可代替身分證，證件以正本為主，不可影印。

（三）宗教禮俗：

1. 一般民俗

鋪板床移病人至正廳（搬鋪）→ 淨身更衣化妝 → 聚集全家（舉哀）→ 以紅紙或米篩（遮神）→ 置腳尾燈、腳尾飯、燒腳尾錢（辭生）→ 門口（示哀）→ 入殮 → 告別奠禮 → 安葬。

2. 一貫道

家人或請道親至佛堂為病人燒大把香，謝請仙佛慈悲接引 → 連絡道親在旁助念經典 → 結合一般民俗處理 →49 天居喪期全家素食。

3. 天主教

請神父為病重的人準備妥善的和好聖事，領臨終傅油 → 請神父或教友和家人做道別祈禱，念玫瑰經，唱聖歌 → 入殮禮 → 殯葬彌

撒，告別奠禮，安葬禮。

4. 佛教

聯絡蓮友助念佛號 8 至 12 小時，不移動身體，家人不要哭泣，立即開始頌念佛號（最好在往生前就開始念）→ 置西方三聖像於死者視線所及之清靜處，蓋上往生被 → 往生 24 小時方可入殮 → 最好於 8 至 14 天內火化 →49 天居喪期全家素食。

5. 基督教

聯絡牧師或長老在旁做禱告祝福，唱詩求逝者得永生 → 入殮禮 → 追思禮拜，安葬禮。

四、病人往生後各項手續之申請要件

（一）辦理死亡證明書

1. 病人在醫院死亡者，由醫院開立死亡證明書；病危返家者，在家中死亡時，可持出院時所取得之病歷摘要或診斷書，至當地衛生所，由衛生所醫師開立死亡證明書，必要時知會村里長及管區警員。

2. 申請死亡證明書之份數依個人所需不同，建議

申請足夠份數，以免日後往返機構。

3. 需持死亡證明書辦理如：戶政事務所辦理死者死亡登記與除戶戶籍謄本、各類保險受益人之給付、殯儀館進館或其他相關事宜之使用等。

（二）病人往生後辦理各項事宜所需證件彙整

份數 項目	死亡 診斷證明書	往生者 除戶戶籍謄本	申請人 身分證及印章
遺體入殯儀館	1		1
土（火）葬許可	1	1	1
靈骨塔或公墓地(擇一)	1	1	1
死亡登記 (除戶戶籍謄本)	1		1
終止每一存摺	各 1	1	1
保險給付 (公、農、勞、軍保、國民年金及私人保險)	各 1	1	1
不動產更名-地政事務所	視需要	視需要	
遺產更名(國稅局)	視需要	視需要	

註:受益人可依各保險公司或機構規定辦理撫恤金等。

五、從失親的傷慟痛中成長

摯親過世，在最初幾個月的哀傷期，您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，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等。心理調適在這個階段相對重要，以下提供您走出哀傷參考。

（一）接受失去親人的事實

剛失去親人的前一、兩個小時到數天內，驚嚇而不相信親人已經過世的事實是很自然的反應，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，說出您的感受

說出來可以幫助您接受和釋放您的失落感。需要哭時就哭出來，覺得憤怒的時候就表現出來，越能把痛苦發洩出來，就越能讓自己走出痛苦。傾聽者也請不要評斷哀傷者的情緒，如果這個聽眾會不斷要求您不要哭、不要去想，批評您的哀傷情緒，他就不是好聽眾。

（三）說不出來時，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，但是悶在心裡卻容易悶出病來，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，允許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，對紓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

哀傷或許會讓您失去與朋友接觸的動力，但是別忘了不時鼓勵自己仍然有許多關心自己的親朋好友。主動聯絡真心對待您的朋友，聚一聚，聊一聊，他們可以讓您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，有時候您也需要有獨處的時間。

（十）參加哀傷支持團體

緩和療護病房每年定期舉辦遺族關懷活動及哀傷支持團體，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

透過您所信仰的宗教，幫助自己正向認識生命，在至親死亡中尋求意義，走出哀傷。

六、相關單位聯絡電話

- 臺中市生命禮儀管理處

  地點：臺中市北區崇德路一段 50 號

  電話：04-22334145

- 臺中榮民總醫院懷遠廳（太平間）

  電話：04~24615324

七、結論

養生送死之道在中國社會中有其重要地位，喪葬禮儀也是融入在我們的日常生活中，面對、了解、認識臨終過程，進行喪葬準備，配合宗教選擇適合往生者及其家庭所需要的喪舉，期待喪親者在這一連續的過程中得到充分的悲傷撫慰，並以生死兩相安為依歸。

八、參考資料

方俊凱、李英芬、李佩怡、李閏華、邱世哲、陳虹汶、蔡麗雲、劉姵妤、 劉景萍、賴允亮、顧乃

平(2021)．*安寧緩和護理學*(九版，22-1-22-22頁）．華格納。

內政部民政司（2022)．*殯葬禮俗*．取自 https://mort.moi.gov.tw/frontsite/cms/downAction.do?method=viewDownLoadList&siteId=MTAx&subMenuId=602

劉景萍、沈惠珊（2000)．接受居家照顧之癌末病患瀕死症狀之照顧．*安寧療護雜誌*，*5*(1)，69-72。

人生之旅的終極目的在那裡？

不在別處，就在這裡；

不在過去，不在未來，就在當下。

生活快樂之源是活在當下，

生活完美之泉是感恩祈禱。

飲水思源，時時祈禱，常常感恩：

父母賜給我們生命；

師長賜給我們教導；

朋友賜給我們友情；

地球賜給我們立足的家園；

空氣讓我們呼吸生息；

水使我們活命維生；

陽光為我們保暖，並照亮我們的前路，

感恩讓我們生活覺得完美。

財團法人臺中市私立惠康社會福利基金會

郵政劃撥帳號 02374026

請註明「安寧療護」專戶

諮詢電話：04-23592525 轉 8116 或 8117

臺中榮總 緩和療護病房關心您

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 當親人瀕臨死亡時，睡眠時間越來越長且不易叫醒，若無任何不適，不需特別叫醒病人。

   ◯是　◯否　◯不知道

2. 親人呼吸時喉嚨產生的吵雜聲，是指喉頭肌肉漸漸無力使得口水無法吞下去，積在喉頭而發出聲音。

   ◯是　◯否　◯不知道

3. 當親人瀕臨死亡時，會沒有食慾或無法進食，家人因為擔心營養問題，可以協助強迫進食或喝水。

○是　○否　○不知道

4. 陪伴臨終親友，建議與病人有肢體的接觸，也可透過說話來表達對病人的愛，以及一如往常的互動，讓病人透過聽覺感受到家人的存在。

○是　○否　○不知道

5. 辦理死亡診斷書時，直系血親親友需攜帶病人身分證、辦理人身分證、死亡診斷書換領證明。

○是　○否　○不知道