

关注人生“最后一公里” 安宁疗护走进公众视野

老林罹患鼻咽癌,治疗手段均已无效后转入安宁疗护中心,在医护人员专业化、人性化的照护下,老林从癌痛中解脱,对生活的感恩替代了对死亡的恐惧,他自己已不能吞咽,却嘱咐妻子给医护人员送去鲜花和蛋糕。与家人享受了人生最后的时光后,老林在一个除夕安详地辞世……

“有时去治愈,常常去帮助,总是去安慰”,这句话诠释了安宁疗护的医学真谛。在日前举办的第三届中国医学人文大会舒缓医疗与人文关怀论坛上,专家表示,我国安宁疗护已迎来发展的春天,下一步需从国家层面规范培养,加强医护人员人才建设,引导社会正确认识。

安宁疗护即临终关怀,旨在为疾病终末期或老年患者在临终前通过控制痛苦和不适症状,提供身体、心理、精神等方面的照护和人文关怀,以提高生命质量,帮助患者舒适、安详、有尊严地离世。

中国生命关怀协会调研部常务副主任、上海市社区卫生协会临终关怀专委会主任施永兴

介绍,安宁疗护自20世纪80年代进入我国以来发展一直缓慢,国际机构发布的2015年度死亡质量指数显示,在80个受访国家和地区中,中国大陆排名第71位,意味着仅有1%的人可以享受受到临终关怀服务。

“三重现状使得我国安宁疗护的需求日益迫切:一是恶性肿瘤发病率逐年升高,带瘤生存的患者日益增多;二是老龄化程度加剧,需要医护综合诊疗的老年一体多病人群众多且生存期长;三是大量严重疾病终末期患者面临生存质量低下、医疗成本巨大的双重压力。”国家卫健委健康司安宁疗护试点工作特聘专家、郑州市第九人民医院常务副院长李玲说。

为此,近年来,我国安宁疗护在政策主导下进入了发展快车道。2017年,国家层面的安宁疗护实践指南和安宁疗护中心管理规范相继出台,并在北京市海淀区、吉林省长春市、上海市普陀区、河南省洛阳市、四川省德阳市开展了首批全国安宁疗护试点工作。

据不完全统计,2018年全国

安宁疗护服务共服务患者28.3万人,提高了疾病终末期患者的生命质量,建立了和谐的医患关系,促进了社会文明进步。同时,首批试点地区还探索推动出台了促进安宁疗护发展的政策措施,建立完善工作机制,取得了一些突破性进展。

多位专家同时表示,我国安宁疗护目前仍处于初级阶段,生死教育未普及、医务人员人才储备不足和服务质量不高、经济效益欠佳等都制约着其发展。

“中国安宁疗护的最大瓶颈是文化问题。社会普遍谈死色变,死亡教育仍然很欠缺。”施永兴说,生死教育在安宁疗护中非常重要,一方面,医护人员要承认现代医学并不是万能的,不能一味地以治愈的理念对待所有疾病,导致医疗资源浪费、徒增病人痛苦;另一方面,也要引导大众转变观念,正视死亡,从青少年开始培养树立正确的生死观。

李玲强调,安宁疗护是个独立的学科,需要医护人员专业、主动、态度温和、有人文关怀,与患者共同制定适宜的诊疗决策,



北京市西城区德胜社区卫生服务中心的安宁疗护病房

并提供专业化的服务,并不是简单的护理,医生和护士必须经过完善的岗前培训。

专家提出,我国安宁疗护机构和人才建设还存在鱼龙混杂、不够规范的问题,一定要在政府主导下逐步地发展。今年6月,国家卫健委已启动第二批全国安宁疗护试点,范围扩大到上海市和北京市西城区

等71个市区。

国家卫健委老龄健康司司长王海东此前在相关发布会上表示,国家卫健委下一步将完善进入安宁疗护阶段的有关标准规范,如专家共识、安宁疗护用药指导等,争取通过经验的积累,尽快把安宁疗护在全国全面推开。

(据新华社)

“能帮我剪下指甲吗?我付点钱”

90后小伙王超做居家养老服务4年了,这4年,他给辖区的老人们提供过许多另类的服务:晒被子、去菜场买菜、剪指甲,甚至有行动不便的老人,给他打电话,只是因为要服用的药物不在触手可及的地方,老人站不起来,够不到……

“很多服务,听起来特别不可思议。对独居空巢的老人来说,这些我们觉得不值一提的小事,对他们来说,都会成为大问题。”

上个周末,台风“利奇马”给杭州带来大风暴雨,那两天,王超和同事们上门给社区里几位孤寡老人送了面包、矿泉水,一再嘱咐他们别出门。

今年28岁的王超,是杭州朝晖街道沐晖居家养老服务中心的工作人员,他每天的工作就是和老人打交道。

在朝晖街道的几个小区里走一遭,我发现,和这个年轻人打招呼的都是上了年纪的人。

王超所在的居家养老服务中心提供的服务基本都是围绕老年人的日常起居:助医、助餐、助行……

听起来,这些都不算是特别让人意外的事,但实际上,王超给老年人提供的服务远比这些琐碎得多。

以下为王超自述——

84岁的老人说 能帮我找个剪指甲的吗

我们帮老人剪过脚趾甲。为什么会做这种事呢?因为人年纪大了,一是弯不下腰,二是视力不好。

那位爷爷当时84岁,老两口一起住,子女都在省外。我们有一次上门服务时,他问我们,能不能帮他找一个剪脚趾甲的,他付点钱。

我和同事觉得这种事自己就能帮忙做,就给他剪了。他脚趾甲很硬,人老了嘛,还会有灰趾甲,又硬又长,又很厚,真的不大好剪。我去买了那种修脚用的刀,给他慢慢刮,然后再剪。

据说,平时他孩子从外地回来,会帮他修剪,那段时间,因为忙,没有来,所以一直拖着没剪,所以长到那么长。

这位老爷爷我也就帮他剪过一次,后来他可能觉得不好意思,没再找我们。

我还帮一位老奶奶晒过被子。她也80多岁了,她家阳台是伸出去的,外面有晾衣服用的杆子,晒是她自己晒出去的,踮着脚挂到杆子上,但收的时候她不敢收。

她就给我们打电话,让去帮忙。我们去帮她收进来,又套上被套。当时她也没要求套被套,我们看她一个人,实在不方便。

很多事其实也不是我们的

工作范围,但感觉能随手做也就做了。我们年轻人顺手的事情,老人有时候要折腾半天。

去年,有位70多岁的奶奶过来说,让我陪她去趟银行。她要把几万元从这个银行取出来,存到另外一家。她行动都方便的,就是害怕,觉得拿着这么多钱,一个人走在路上不安心。我就陪她去了,坐公交车,跑了两家银行。

得帕金森病的奶奶来电 能帮我药拿到面前吗

帮忙买菜也是不少老人提出过的要求。曾经有位60多岁的老先生,住在3楼,他行动不方便,每天都让我们给他买菜,他说要买什么,我们买好了给他送上去。

前几天,我还做了件你们听起来另类的事。朝晖七区有位70多岁的奶奶,患有帕金森,当天上午,她的保姆出去办事了,中午也没回来。奶奶要按时吃药,但保姆走的时候,把药放在桌子的一端,奶奶坐在另一端。她伸手拿不到药,人又动不了,就给我们打电话。

我骑电瓶车过去,给她倒水,把药拿过去,她吃完,就安心很多。我怕傍晚的时候,保姆回不来,就把药和水都放在她旁边。

说实话,我当时觉得是有些心酸的。人老了,一张桌子的距离,也变得遥不可及。

做养老服务这么久,服务量最大的还是助医。最高峰的时候,一个月要陪30人次就医。陪老人去医院配药、检查、复诊等。一般去趟医院,最少一个小时,两三个小时很正常。

上个月,一位80多岁的老人,盆骨摔坏了,我们陪社区的人送他去医院,做CT,等病房,从下午2点多,忙到晚上7点钟,一直等到她家属从外地赶回来。

除了去医院,另外一种比较集中的需求就是维修类的,比如换灯泡、换水龙头。一个月也有10多次。有些是他们买好了,我们去给他换;有些是我们帮他买好,拿过去。

像换水龙头,我们会把坏的拆掉,换上新的。我们这里都是年轻小伙子,也不是娇生惯养的,这些都能做。

有钱,但身边没子女 固执,子女就叫不应

在这里服务这么久,我印象最深的是一对老两口,他们今年90多岁了,有3个子女,但都在国外。我2015年到这里就认识他们了。帮他们买过菜,去过医院,换过灯泡,陪老爷爷出门办理过医保报销。反正,他俩有什么事都会叫我。

这两位老人经济条件是好的,就是遇上事的时候,没人。两人请着保姆,但保姆也只负责烧

饭。老奶奶特别体谅我们,还打过市长热线,希望能提高我们的收入。她觉得我们这里的年轻人都是外地的,还要租房,如果收入低,以后散了,他们生活上遇到问题,找谁帮忙啊?

不过,去年,他们住进了养老院,我隔三岔五还会去看看他们,聊聊天。

我觉得吧,在家养老的老人,最需要的就是这种生活上的帮助,很琐碎,但又必需,对他们来说,遇上就是大事情。他们不是没事没事找事,是真没办法。

有些老人,虽然子女也在杭州,但他们会觉得子女“叫不应”。

其实我听了下,这种“叫不应”是因为两代人的观念不一样,老人觉得是个大问题,但孩子们觉得都是小事。

举个例子,有位奶奶,她家客厅的灯泡坏了,客厅有两个灯,但奶奶觉得坏了的这个省电,所以她就要用这个。可是她儿子就说:可以用另外一个嘛,也不急着换。

我以前也不懂老人的这种思维,但接触多了,常和他们聊天,也就明白了:他们过过很苦的日子,会不由自主的节俭。这和他们的经历有关,很难去改变。

有时候,子女会觉得老人怎么那么固执,难沟通,我们也遇到过这样的情况,是会头疼,但换个角度和立场,就能稍微理解一点吧。(据《钱江晚报》)