

# 规划姑息治疗

老人、家人和护理者资讯



请阅读本手册,了解:

- 什么是姑息治疗。
- 如何规划姑息治疗。
- 医院和居家姑息治疗服务。



Sinai  
Health

Healthy Ageing  
and Geriatrics

# 什么是姑息治疗？

---

姑息治疗是一个特殊的医疗领域，专注于为晚期疾病患者提供最佳质量的生活。姑息治疗团队为患者提供支持系统，并提供护理计划建议，以帮助患者：

- 减轻与晚期疾病相关的疼痛和症状。
- 支持晚期疾病患者及其护理者确定护理方案和护理目标，支持规划未来护理以及与其相应的治疗。
- 提供临终护理。

目标是帮助患者在离世之前尽可能活跃、舒适地生活。

姑息治疗可以在任何环境中进行，根据患者的喜好以及想要和需要的护理类别，可以在医院、姑息治疗科室、临终医院或家中进行。不论哪种环境，姑息治疗团队都致力于预防和减轻患者的痛苦。

## 提前规划：表达您的护理目标、 喜好和临终愿望

---

规划您想要的护理类别被称作预先护理计划。预先护理计划是沟通和考虑您将来想要的医疗和私人护理的程序。

在决定护理目标和方案时，以下问题将对您有所帮助：

- 我想要怎样生活？我的价值观是什么？什么让我的生活具有意义？
- 什么时候采用什么样的护理是可以接受的，或不可接受的？
- 地理位置有多重要？我想要住在家里吗？
- 如果我濒临死亡，什么会让我平静？

讨论临终方案可能很困难,但是和家人朋友谈论这个话题很重要。谈论临终护理时,病人常常会表明自己的价值观,姑息治疗团队会通过护理和治疗方案来体现病人的价值观。

如果您无法自己说明,您可以通过很多方式让其他人说明您的选择和愿望,包括:

- 指定私人护理替代决策人(SDM)或委托代理人(POA)。
- 与您的SDM或POA讨论您的护理选择。
- 制定生前遗嘱/预立医疗指令,概括您的护理选择。

如需了解更多资讯,请阅读手册《指定私人护理替代决策人或委托代理人》。

# 获取姑息治疗服务

---

## 医院姑息治疗

如果您正在医院接受护理,那么您可能被转介至该医院的姑息治疗团队。转介通过医院负责您的护理的医生进行。



姑息治疗团队将与您以及您的亲人和您的主治医生合作,确保满足您的身体、情绪和精神需求。例如,他们在应对疼痛或呼吸困难等症状方面十分专业。如果需要,他们也会帮助您和您的亲人做出关于您的未来治疗和护理的决定。

如果您需要持续接受姑息治疗,您的姑息治疗团队将帮助您决定接受持续护理的最佳场所,包括家中、临终医院或医院里的姑息治疗科室。您的姑息治疗团队将尽力确保您平稳、无缝过渡至新的护理地点。

## 居家姑息治疗

您也许更愿意在舒适的家中接受姑息治疗。姑息治疗团队将与您和您的家人一起满足您的身体、情绪和精神需求。



居家姑息治疗服务可以由Local Health Integration Network (LHIN)的居家护理计划安排。您也可以通过社区组织获取其他姑息治疗服务。

在Mount Sinai Hospital, Temmy Latner姑息治疗中心通过与LHIN居家护理计划合作的医生和护士提供姑息治疗。请前往第9页了解更多有关Temmy Latner姑息治疗中心的资讯。

## 临终医院姑息治疗

临终医院是独立的社区姑息护理场所，护理对象为生命垂危的重病患者。临终医院可以帮助患者应对疼痛和其他症状，让患者尽可能舒适地生活。有些社区和医疗姑息治疗机构提供临终医院护理，也提供居家姑息治疗和临终医院服务。



临终医院一般提供：

- 专业协作团队的专业护理。
- 个人支持和护理者短期暂替。
- 受过培训的志愿者的友好看望。
- 补充疗法。
- 与其他社区支持计划的联系。
- 交通服务。

如需了解更多有关寻找您所在地区临终医院的资讯，请阅读第10页“推荐资源”章节。

# 姑息治疗团队

---

如果您正在接受姑息治疗,您将有一个医疗团队致力于确保您的安全和舒适。

您的姑息治疗团队成员可能包括:

## 姑息治疗医生和/或执业护士

姑息治疗医生和/或护士将与您的主治医疗团队合作。他们可以:



- 在您患病期间为您和您的护理者提供支持。
- 开具治疗医嘱,控制疼痛和其他不适症状。
- 与您和您的护理者讨论医疗决定。
- 根据需要监控和管理您的护理。

## 护士

姑息治疗护士提供定期评估和护理。他们帮助您完成很多日常任务,例如:



- 监控您的疼痛和症状。
- 根据需要给您药物。
- 协助任何其他医疗需求。
- 告知您关于预先护理计划、生前遗嘱、委托代理人和如何决定在您不能做决定时谁做决定的资讯。

## 社会工作者

姑息治疗社会工作者帮助您和您的护理者应对您的疾病所造成的影响。他们可以帮助您满足很多需求,包括情绪、财务和任何实际需求。社会工作者可以向您提供:



- 关于应对的个人和家庭辅导。
- 关于实际或财务资源的资讯。
- 关于社区临终医院和姑息护理科室的资讯，以及帮助填写获取这些服务的表格。
- 帮助与您的医护人员交谈。

关于预先护理计划、生前遗嘱、委托代理人和如何决定在您不能做决定时谁做决定的资讯。

### 物理治疗师和职业治疗师

姑息治疗师将检查您的行动能力和功能如何，是否安全。他们可能推荐一些设备来帮助您，例如：



- 轮椅/助步器。
- 床边坐厕。
- 沐浴椅。
- 病床。

他们还可能教您一些锻炼方法，让您感觉更好一些。

### 言语及语言治疗师

如果您进食困难，姑息治疗言语及语言治疗师可以帮助您。他们可以提供建议，帮助您：



- 更顺利地吞咽。
- 更舒服地进食。
- 更清楚地沟通。

## LHIN协调员

Local Health Integration Network (LHIN) 姑息治疗协调员可以帮助安排您在家所需要的服务, 包括:



- 私人护理 (例如帮助洗浴) 护士探视。
- 护理者短期暂替。
- 设备。
- 物理治疗和职业治疗。
- 社会工作者

各个地区的政府资助服务不尽相同。LHIN护理协调员会告知您可以获得哪些居家服务。

## 营养师

- 营养师帮助人们满足营养需求。他们会提出建议, 帮助您保持最安全和最令人满意的饮食。

## 呼吸治疗师

- 呼吸治疗师可能会检查您在家中是否需要氧气, 如果需要, 将帮助您吸氧。
- 如果您接受气管造口术, 呼吸治疗师会与您讨论您的需求是什么, 并推荐一些您需要在家应对该手术的设备。

## 精神关怀

精神关怀人员, 例如牧师和神父, 可以为您的家人提供精神支持。精神关怀包括:

- 提供鼓励和安慰。
- 提供丧亲之痛的支持。
- 提供祷告、冥想和反思的时间。
- 将精神活动和以信仰为基础的活动相联系。



# TEMMY LATNER姑息治疗中心

---

Temmy Latner姑息治疗中心为晚期疾病患者提供姑息治疗和临终服务, 也为患者的护理者和家人提供支持。

从Mount Sinai Hospital出院回到多伦多、北约克、约克或东约克家中的患者也许可以得益于该中心与LHIN居家护理计划合作的居家姑息治疗服务。

中心的医生在患者家中为其提供专业姑息治疗, 每周7天每天24小时随叫随到。

医生必须填妥转介表格, 才可将患者转至Temmy Latner姑息治疗中心。

符合资格的患者必须:

- 持有有效的OHIP卡。
- 被诊断需要姑息治疗。
- 居住在该计划的服务区域。

如需了解更多有关Temmy Latner姑息治疗中心及其服务区域的资讯, 请访问该中心网站 [www.tlcpc.org](http://www.tlcpc.org), 或联系该中心。



电话: 416-586-4800 分机 7884



电子邮件: [info.tlcpc@sinaihealthsystem.ca](mailto:info.tlcpc@sinaihealthsystem.ca)

# 我在哪里可以找到更多资讯?

---

## 预先护理计划资源:

### 交谈计划

---

交谈计划专注于帮助人们谈论其临终护理的愿望。请访问该计划网站,了解更多有关临终谈话的资讯:



[www.theconversationproject.org](http://www.theconversationproject.org)

### SPEAK UP CANADA

---

SPEAK UP Canada是加拿大预先护理计划倡议的一部分。Speak Up提供制定预先护理计划的业务手册和指南。



[www.advancecareplanning.ca](http://www.advancecareplanning.ca)

### SINAI HEALTH支持健康老龄化教育

---

如需了解有关私人护理替代决策人和委托代理人的资讯,请阅读我们的手册:



指定私人护理替代决策人或委托代理人

## 姑息治疗和临终医院护理资源：

### 安大略省临终医院姑息治疗组织

---

安大略省临终医院姑息治疗组织 (HPCO) 提供关于临终医院姑息治疗的普及教育, 提高公众在这方面的意识。



[www.hpcoco.ca](http://www.hpcoco.ca)

### LOCAL HEALTH INTEGRATION NETWORK (LHIN)

---

如需安排居家姑息治疗, 请联系您所在地区的LHIN居家护理计划, 安排评估和转介：



310-2222 (无须拨打区号)



[www.healthcareathome.ca](http://www.healthcareathome.ca)

### CIRCLE OF CARE

---

Circle of Care提供各种临终居家支持, 包括访视临终医院计划、私人护理、家政和护理者短期暂替。



[www.circleofcare.com/helping-you-at-home/end-of-life-care/](http://www.circleofcare.com/helping-you-at-home/end-of-life-care/)

## 本系列中的相关资源

---

- 如何开始交谈:预先护理计划

### 本系列其他医疗资源:

- 酒精与健康
- 老人使用苯二氮平类药物
- 钙、维生素D和骨骼健康
- 记忆问题一般建议
- 如何识别和应对神志不清
- 如何识别和应对抑郁
- 如何开始交谈:预先护理计划
- 随着年龄增加改善营养
- 改善尿失禁
- 健康长寿:健康老龄化指南
- 应对护理者的压力
- 应对多种慢性健康问题
- 应对常见精神健康问题
- 应对便秘
- 应对老人睡眠问题
- 预防家中跌倒
- 识别和应对听力丧失
- 老人安全用药

### 本系列中的更多社区资源:

- 虐待老人
- 老人住房选择
- 社区交通方式
- 如何登记Wheel-Trans
- 驾驶评估服务
- 辅助器具计划的行动辅具资助

请访问[www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation](http://www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation) 了解有关老人、家人和护理者的更多资源。

备注

---

---

---

本资料仅用于提供信息，不可替代专业医疗建议、诊断或治疗。请向医护人员咨询有关具体医疗问题的建议。本材料可复印，仅供非商业目的个人使用。

谨向以下组织鸣谢，感谢他们对支持健康老龄化教育资源的支持：



The Ben and  
Hilda Katz  
Foundation



Mon Sheong Foundation 和 Ben and Hilda Katz Foundation 慷慨提供资金，帮助支持健康老龄化教育资源的印刷和翻译。

老年人事务部通过 Seniors Community Grant Program (老年人社区补助金计划) 向本活动提供资金支持。

作者：Healthy Ageing and Geriatrics Program, Sinai Health System  
修订：2020年10月