

# 安宁疗护在社区 他们在家门口书写生命终章

健康时报记者 徐诗瑜 董颖钰 实习记者 郑玺

## 阅读提要

■“安宁疗护有三大法宝：以医生为主导的症状控制，以护士为主线的舒适照料，以社工、志愿者为主体的人文关怀。”上海市豫园街道社区卫生服务中心护理部主任刘静介绍，该中心是上海市首批开展舒缓疗护项目的社区卫生服务中心之一，从2012年12月至今已为超过2400名患者提供了安宁疗护服务。病区心愿邮筒里，也收集了上千名患者的心愿。

■女儿的担心和父亲的嘱托都被摆在安宁疗护的医护们面前。安宁疗护的心愿使者成了中间人。病房里，父女二人都在心愿使者的陈述中拨开了那层不敢讲的面纱，也放下了心中的防备。会议结束时，林远道（化名）特地拿出了一本工作记录本，扉页上是穿着花裙子的小姑娘，林远道问林佩佩（化名）：“还记得吗？这是你在我们职工幼儿园上学的时候……”那是父女俩记忆中最幸福的一段时光。

■患者家属承受的亲人离世的伤痛会持续1~2年，甚至更长时间。长久在安宁疗护病房相处，很多患者都把把医务人员当成了亲人，哀伤辅导几乎随时都在进行：他们习惯拥抱那些因照料而情绪压抑的患者家属了。在整个社区里，他们通过生命教育的形式去传播安宁疗护的理念：尚在幼儿园、小学的孩童们在安宁疗护病房里画下生命之树，树根是过去的欣喜，树干是当下的心愿，枝繁叶茂之处是对于未来的希望。



河南省郑州市济源路社区卫生服务中心安宁疗护科负责人胡克俭（中）检查患者身体情况。受访者供图

想再吃上一屉南翔小笼包；想在新年的时候跟曾孙再拍一张合影；想要让腹腔处的痛感减轻，踏踏实实地睡上一个没有梦魇的好觉……这是上海市黄浦区豫园街道社区卫生服务中心安宁疗护中心的心愿邮筒里，终末期患者们的微小愿望。

安宁疗护，也被称为临终关怀、姑息治疗、舒缓医疗。根据国家卫健委公布的数据，我国现有安宁疗护科的医疗卫生机构超过4000家。

当越来越多的社区医院开展安宁疗护，越来越多居民选择“离家一公里”的医疗机构作为人生的最后一站：在这里，疼痛被淡化，心愿付诸实践，人生末章的画笔重新回到患者的手中。在一个个生命故事背后，每个亲历者都在重新书写“生”的篇章。

### 止痛之战：

### “这是我爱人躺得最舒服的一次”

对于癌症终末期患者来说，最难熬的是癌症所带来的疼痛。四川省德阳市旌西社区卫生服务中心负责人唐志斌主任介绍，对于入住安宁疗护病房的患者来说，过度治疗无法改变结果，无

止尽地输液、化疗、放疗只是消耗，他们最大的诉求就是止痛，舒适地走完人生最后一段时光。

安宁疗护患者入院后，北京市朝阳区孙河社区卫生服务中心安宁疗护病房主任徐文会对患者进行一次疼痛测试：如果疼痛等级是0~10，从0到10疼痛等级依次升级，你的疼痛等级是多少？部分安宁疗护患者入院前，因未按时服药疼痛控制欠佳，只有在疼的时候才按需用药，一般处于中等疼痛区域。

健康时报记者在孙河社区卫生服务中心见到了一位胰腺癌晚期的患者：全身已经变得蜡黄。患者女儿李女士介绍，入院前为了止痛，家人每天都得带着母亲往返于急诊和家之间。为了让疼痛得到控制，李女士的母亲住进了安宁疗护病房。规律地按时用药后，疼痛等级控制在3分以下。

李女士仍记得12年前父亲离世的日子：因脑出血后遗症，父亲的疼痛持续了整整两年。那种痛不只是疼在患者身上，更延续在每一个看到、听到的家人身上。如今一家人只希望，父亲曾经经历的痛，不要发生在母亲身上。

河南省郑州市济源路社区卫生服务中心也曾接收过一位胰腺癌晚期患者赵光（化名），他存在

严重的腹部隆起，一旦躺平，肌肉紧张，就会出现严重的压迫性疼痛。在家时，他总是坐着休息，只有弯着腰时腹部肌肉松弛，才会得到短暂的放松。令安宁疗护科负责人胡克俭印象最深的是，赵光最初来时，在床上放了一个小凳子，整个人都蜷缩包裹着凳子，试图缓解些疼痛。

安宁疗护病房们的医护或许无法从死神手中抢夺生命，但他们能做的，是最大限度地跟疼痛抗争。胡克俭记得，赵光住了整整三个月，离世那天，他的妻子说：“这是我爱人患病以来躺得最舒服的一次。”

安宁疗护止痛遵循的是三阶梯原则，即按时给药、按阶梯给药、用药个体化。第一阶段针对轻度疼痛，主要使用非阿片类药物；第二阶段针对重度疼痛，大多使用弱阿片类药物；第三阶段针对的是严重和持续性疼痛，需要使用强效的阿片类药物，比如吗啡。安宁疗护病房内的使用剂量几乎达到了最大限度，针对赵光的情况，有时是一天一支，有时是一天两支，当疼痛无法容忍，也可能注射第三支。止痛是有效的，入住安宁疗护病房后的每一天，他都平躺着，面色平和地进入梦乡。 下转16版