

## HSAJB 姑息治疗室

# 姑息治疗

2023 年 5 月 24 日

## 什么是姑息治疗？

姑息治疗的目的是为了提高正在面临与危及生命的疾病相关的身体、心理、社会上的挑战的患者及其家人的生活质量。 - 世界卫生组织（WHO）

姑息治疗来自“Pallium”这个词，意思是隐藏或覆盖。姑息治疗的作用是在不治愈患者及其护理人员的情况下减轻痛苦。

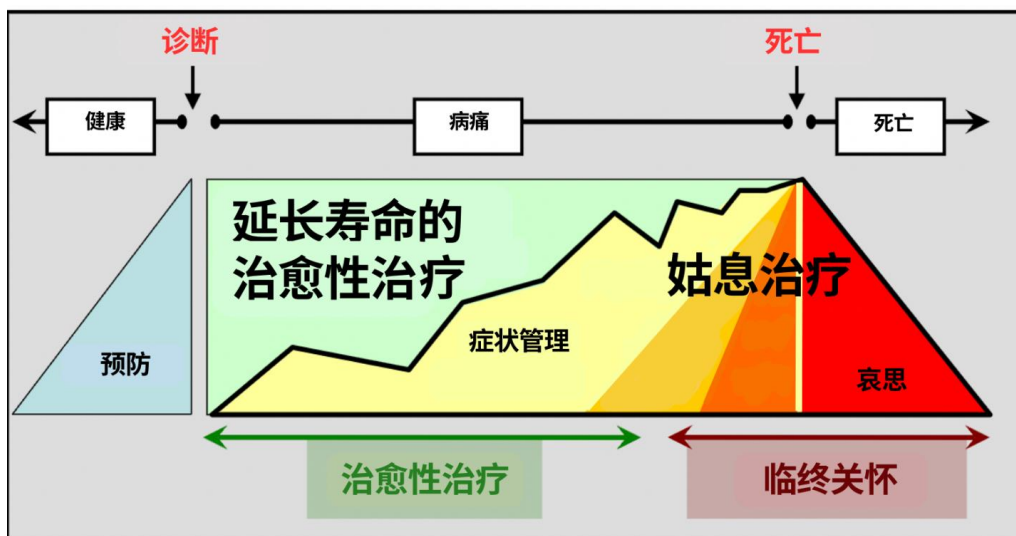
姑息治疗中的宗旨是保持患者和其家人/照护者的最佳生活质量，并让他们尽可能舒适地生活。患者可以在接受治愈性治疗的时候或停止治愈性治疗之后接受姑息治疗。



## 破解关于姑息治疗的迷思

**接受姑息治疗并不意味着您很快就会死去。**

姑息治疗适用于所有患有生命限制性疾病的每位患者，无论他们住在疾病的任何阶段。这是一个全面性的方案，其中包括症状管理、情感支持、护理人员支持、精神护理、悲伤管理等。



Timeline Model and Role of Palliative

2010 年发表在《新英格兰医学杂志》上的一项研究表明，除了接受标准治疗外，接受姑息治疗的肺癌患者平均比未接受姑息治疗的患者多活近三个月。他们的生活质量更好，即使不使用抗抑郁药物，抑郁症的发生率也降低了 50%。

**姑息治疗包括在医院和家中的护理。**

患者可以在医院或者自己家中接受姑息治疗。

## 姑息治疗不仅适用于老年人。

姑息治疗适用于所有年龄段的人。儿童和年轻成人也可能患上生命限制性疾病，例如：癌症、器官衰竭和某些神经退行性疾病，他们也将从姑息治疗中受益。

## 谁需要姑息治疗？

- 健康状况不佳或越来越差的患者。（这可能意味着此人长期卧床，自理能力较差）
- 患有晚期癌症或末期器官衰竭等不治之症的患者
- 症状复杂的老年患者
- 患有生命限制性疾病的儿童
- 当患者的照护者需要更多的帮助和支持，患者（或其家人）要求姑息治疗；选择减少、停止或不接受治疗；或希望能提高生活质量
- 因为与生命限制性疾病相关的身体或心理健康问题越来越多，而需要他人照顾的患者

## 什么时候应该考虑姑息治疗？

对于任何生命限制性疾病，姑息治疗都应该尽早开始。它不应被视为常规治疗的替代方案，也不等于放弃治疗。姑息治疗会在患者面对疾病的过程中给予精神上的支持与慰藉，在疾病晚期它会显得尤为重要。

姑息治疗帮助患者在当下享有充分的生活，让患者能够与至爱的亲人朋友共度时光、完成剩下的心愿。

## 姑息治疗如何帮助患者？

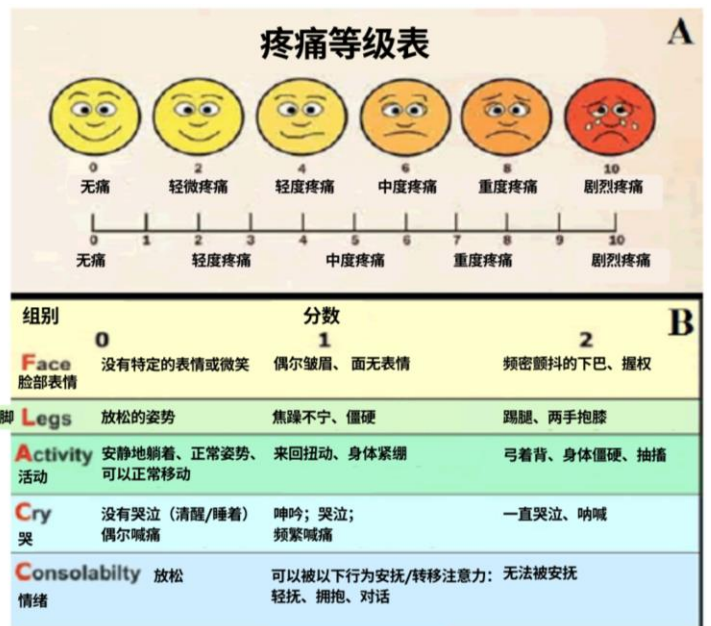
姑息治疗可以通过以下方法减轻患者的症状和提高其生活质量：

- 疼痛和其他症状管理
- 情感支持
- 全面性的评估，包括精神方面
- 加强患者与主治医生之间的沟通和讨论照护的目标

### 疼痛管理

疼痛会降低一个人的生活质量。这对患者和照护人来说都是痛苦的。疼痛管理包括：

- 识别
  - 疼痛的部分
  - 强度
- 评估
  - 口头/数字评定量表
  - FLACC分数
- 治疗
  - 去除疼痛的根源，例如包扎、减轻褥的压力



Pain assessment scales

医疗治疗：根据疼痛情况服用止痛药	非医疗治疗
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 扑热息痛（PCM）</li> <li>● 非类固醇消炎药（NSAID）</li> <li>● 阿片类药物（曲马多、吗啡、芬太尼贴片）（opioid）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 放松疗法</li> <li>● 冥想</li> <li>● 按摩</li> </ul>

### 止痛药有哪些副作用，我/我的照护人如何识别它们？

- 恶心、呕吐
- 镇静、谵妄、意识模糊
- 痒
- 便秘 - 您的医生通常会提供一些通便剂来帮助解决这个问题

### 咨询与支持

- 职业治疗师 - 帮助您改善您的活动（休闲、工作或自理）或您的环境
- 辅导员和心理精神方面的服务
- 精神顾问

### 预先护理计划（ACP）



扫描了解更多ACP

预先护理计划是指为您将来的医疗护理制定的计划，让您的照护者知道您治疗疾病的意愿。在疾病的晚期时，患者可能已无法做出决定或进行沟通。所以，提前规划很重要，它可以减轻您和您的照护者的压力。

### 预立医疗照护计划的步骤

1. 想一想对您来说很重要的价值观和信仰。
2. 想一想您目前的健康状况、未来可能出现的健康问题以及您可能无法接受的医疗后果。
3. 与您的家人、朋友、医生或其他您信任的人谈谈您的意愿。
4. 选择一个人作为您的替代决策者，并想一想：我相信这个人会根据我的意愿做出决定吗？
5. 写下你的愿望。
6. 将复印件发交您的家人、医生、院方，以及您认为需要知晓的任何其他人。

如果您没有让任何人知道您的预立医疗照护计划，那么制定这一切就毫无意义！请不要把它收藏在“安全”的地方！

（这不是法律文件或生前遗嘱。如果您想改变主意，您可以随时更新您的预立医疗照护计划）

### 参考

1. Supportive & Palliative Care Indicators Tool (SPICT™) <https://www.spict.org.uk/>
2. Advanced Care Planning <https://hospismalaysia.org/wp-content/uploads/2017/02/Advance-Care-Planning.pdf>

## 想了解更多？

- 写下您的问题，并咨询您的主治医生。

### 姑息治疗世卫组织信息指南

- 英文: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>
- 说明书: [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/integrated-health-services-\(ihs\)/palliative-care/palliative-care-essential-facts.pdf?sfvrsn=c5fed6dc\\_1](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/integrated-health-services-(ihs)/palliative-care/palliative-care-essential-facts.pdf?sfvrsn=c5fed6dc_1)
- 中文: <https://www.who.int/zh/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>

### 相关的外部组织

		
<p><a href="https://hospismalaysia.org/">https://hospismalaysia.org/</a> <a href="https://www.palliativecare.my/">https://www.palliativecare.my/</a></p>	<p><a href="https://www.malaysianhospicecouncil.com/">https://www.malaysianhospicecouncil.com/</a></p>	<p><a href="https://pca.johorbaru.wixsite.com/pca.jb">https://pca.johorbaru.wixsite.com/pca.jb</a></p>

### 免责声明：

本信息指南仅提供简要参考，并不针对任何特定患者。您的疾病可能与本指南所形容的不同，如果有任何疑问或疑问，请咨询您的主治医生。

### 编制

#### Dr Raymond Lim Zhun Ming

MBBS (Hons), BMedSc (Hons), MRCSEd  
Medical Officer, Gen Surgery,  
HSAJB

#### Dr Su Yong Wang

MD (UCSI)  
Medical Officer, Int Medicine,  
HSAJB

#### Gan Ming Shen

MD Med student,  
Monash University Malaysia

#### Tan Vicky

MD Med student,  
Monash University Malaysia

#### Dr Look Mei Ling

MBBChBAO (Ire), MRCP (UK), Fellow  
ship in Palliative Medicine (MOH)  
Palliative Medicine Physician,  
Internal Medicine, HSAJB

This information sheet is for reference only. not meant to diagnose, treat or confirm any individual's specific condition.