

# 善寧會訊

# NEWSLETTER



Society for the Promotion of Hospice Care

ISSUE

# 72

02

愛是永恒 當所愛是你

You are my Hidden Gem forever

04

「念」字今在「心」

Missing you in my heart



# LOVE

# 愛無恙

# MUST GO ON

## 念愛妻 美麗人生，不再悲痛！

陳翰林

「我愛你！」這是太太和我每天都常互說的話。每天晚上，我和太太都會到公園，一起做易筋棒運動。她每次都會將當天發生在她身上的事情，與我分享。所以，我對她經歷的所有事情，都十分清楚。



太太出生並不幸福，早熟早自立，對異性恐懼，準備孤獨終老。在前路茫茫之際，竟偶遇我，我們一見鍾情，拍拖三個月，就結婚四十年了。

她常對我說：「感謝你改變我一生！」我們手挽手去了世界各地旅遊，朋友都笑讚我們，就像「新婚」一樣，形影不離。

太太自幼體弱多病，屬多愁善感藝術家型。五年前，一場大病，幾乎喪命。幸好這時，認識耶穌基督，開始重拾少年時唱歌和跳舞的興趣。

感激主賜重生，她為主唱頌和每朝跳讚美操，用虔誠靠主的心去跳去唱，表現卓越，觸動人心。

信主後，她回顧一生，發覺每次遇到危難關頭之時，都能化險

P.16

為夷，必定是神的安排！她自覺是主救回她的生命，因此她要盡心盡力，傳揚主愛。

感謝主賜美聲，每遇到難唱的歌曲，就虔誠祈禱，不斷追求進步。歌途路上，種種機遇，彷彿戲劇人生。她常說：「這不是人力可為，我深信主自有安排，一切會完備。」

回顧太太一生，她從不發脾氣鬧人，她助人無數，一心與人為善，積德、積福、積善。重生後，五年來，她靠著神的力量，創造出美麗人生的奇蹟。如今，蒙主寵召，她回天家了！

太太生前，我們每晚都用手機循環播出她唱的《幻變恩情》，直到天明：



「生命有奇蹟...，人生似長虹...，成就我主恩深重...，靠著愛，靠著信...，盡心傳遍福音...，美麗人生，不再悲痛！」

# 愛是永恒 當所愛是你

Lam自言有生之年都會記得Lisa，圖為他念愛妻的悼念文章。

## 四十年來 形影不離

太太自幼體弱多病，早熟早自立又多愁善感。Lam自言與Lisa一見鍾情，初相識已偷偷對這個一眼萬年的心上人做了個「觀察報告」：「雙方外出拍拖才四次，我暗自記下她每個眼神、每句說話、每個動作，然後分析她的價值觀、人生觀，結果寫滿4頁A4紙。當我發覺彼此觀念相近，認定她是終身伴侶後，便將紙張撕掉，連對方也沒看過。」在對的時間遇上對的人，他們拍拖三個月便結婚，共組家庭。

Lam與Lisa夫妻檔經營小生意，育有的三子一女均長大成人，早已生活無憂。兩人既是工作夥伴也是靈魂伴侶，每天分享發生的事，閒來周遊列國。Lam更愛屋及烏，陪太太出埠千里「追星」並充當攝影師。而最令人羨慕的是，無論去到哪裡，他們都手挽著手，被街坊和親友笑稱是糖糰豆，老夫老妻仍儼如新婚夫婦。

「相視而笑，莫逆於心」



Lam深愛太太，以「相視而笑，莫逆於心」來形容兩人心意相通、默契十足。

## 心痛目睹生命消逝

這個美滿家庭在2017年悄悄生變。當時Lisa患上蕁麻疹，看遍中、西醫和專科依然束手無策，痛苦煎熬令她萌生輕生念頭，在家用拖板電線上吊，當時由家人救下來送院，隨即被留在醫院精神科病房3個月，好不容易才能回家團聚。

其後，Lisa信奉了基督教，積極參與福音粵曲班，頌讚主恩。原以為雨過天晴，怎料2022年她感染新冠肺炎，康復後出現心跳加速、呼吸困難，想法亦變得負面，又再自尋短見，甚至寫下遺書。

她先後在家上吊和以保鮮紙裹頭，兩次都被家人及時發現，成功救回。跟進的社工指令Lisa必須入醫院觀察，並約好隨後到家中接她走。

Lam說：「自從Lisa輕生不遂後，我便徹夜不眠守候著，直至她早上起床，在每天七至九時出門跳讚美操，我才趁這兩小時空檔上床小睡。就是社工約好接她入院那天早上，兒子致電回家說聯絡不到母親，我跑到廚房發現太太上吊，才驚覺她根本沒有離家，急忙把她解下來、通知兒子報警。當時Lisa面部已發黑，我不停請求救護員救活她，可惜回魂乏術。」



Lisa在2021年開設個人網上頻道《悅耳好歌曲》，以廣東話、普通話和英語獻唱聖經金曲，歌聲傳遍世界。

## 為父親尋求情緒支援

Lisa離世後，Lam每日哭斷肝腸，情緒極度鬱結，經常責問自己，事發那天若及早發現太太關掉他的手提電話、鑽空的兩小時他沒有上床睡覺，或者可以避免悲劇發生。子女害怕父親會想不開，於是幫他聯絡善寧會的喪親輔導服務。

Lam憶述：「當時真的想過跟隨太太離去，但想到自己的家庭責任未完，不能一死了之，所以接受輔導，與善別輔導員阮慧敏姑娘面談，隨後參加分享會還認識到一班同路人。」



善別輔導員阮慧敏姑娘指出，作為丈夫、父親和老闆的Lam，多堅強也會有軟弱、搖擺時，而安全的氛圍可以讓他傾吐心聲。

## 揠苗助長適得其反

Lam感恩的說：「除了太太，阮姑娘是最能夠放心傾訴的人。她給我空間表達內心感受，讓我毋須否定憤怒、自責、震驚等複雜哀傷反應。過程中她沒有作出任何批判，只是陪伴我經歷失去太太的痛苦、找方法與太太建立情感上的聯繫，引導我按照自己的步伐梳理哀傷情緒。」

問到阮姑娘如何幫助Lam走出陰霾，她帶笑強調：「我從來都不會預先設定如何『幫人』、如何『引路』。如果對方未準備好如何講、講甚麼和講多少，這種幫助變相是一種壓力，揠苗助長只會適得其反。」

與Lam的分享過程中，阮姑娘提及人本主義治療：「這亦是一種探索自我的方法。即以個案人為中心，而並非只站立他跟前作出解讀。」

基於無條件接納、真誠和共情理解這三大原則，為個案人營造一個安全的環境，讓他放心地表達自我。簡單來說，就是給對方一種無論如何我也承托得住你，不會讓你掉下來的感覺。輔導期間會留意個案人的情緒變化，不能讓他跌得太低，離開房間他仍保持Good Shape。」因為太太過身，Lam才遇上阮姑娘；亦因Lam願意配合家人來面談，阮姑娘才能陪伴他適應喪親歷程。縱然太太離開了，她對Lam的守護仍在。

Lam與太太曾互相承諾「我不放棄你」，現已學懂釋懷：「我們結婚40年，在公在私朝夕相對，實質相處80載，如今安放好這份愛意，於願足矣。」

如今安放好這份愛意，  
於願足矣。



阮姑娘說輕生事件猶如一枚導彈，對親人的打擊不能簡單量化。

# 「念」字今在「心」

笑容可掬的Yanis是父母心中的寶貝小天使



小生命得來不易，初任父母仍然沉醉於喜悅中，突如其來的血癌卻將年僅20個月大的女兒帶走。歷時4個月的抗癌之路，儘管家人戮力奮戰，始終敵不過重病使然。至今將近5年，陳太學懂與哀傷共存，亦因深切體會到「血癌的殺傷力」而定期捐血、登記捐贈骨髓、成為寄養家庭，藉燃點他人希望，從心底延續對女兒的愛。

## 急性血癌需化療

陳氏夫婦很喜歡小朋友，而Yanis是他們的獨生女兒，詎料三口之家遭逢突變。陳太憶述：「在2020年8月尾，我們發現16個月大的女兒手腳出現紅點、瘀痕，起初以為是碰傷，後來帶她求醫，竟確診患上『急性骨髓白血病』，隨即安排入住兒童醫院和接受一連串化療。」陳太雖然感到晴天霹靂，但是聽到醫生表示預計做五次化療便很大機會康復。

所以她立即辭去工作，全心在病房陪伴女兒，而身在內地工作的丈夫也趕回港與全家人一起抗病。

慶幸在醫院裡女兒被安排入住獨立病房，陳太可以有較安靜舒服的空間，衣不解帶地陪伴女兒在側，例如給她餵藥、換尿片、玩小遊戲；全賴「為母則強，不能倒下」的信念支撐著她，讓她好好照顧女兒。看著幼女小小身軀，頻繁接受針藥、化療後頭髮幾近脫光的無奈，陳太只能別過臉去、強忍淚水，仍然努力精心為女兒裝扮服飾和擺放床邊玩具佈置。

同年12月Yanis完成化療，夫婦獲院方批准帶她回家迎聖誕；可惜不久Yanis發起燒來，他們趕緊將她送回醫院治理，檢查後發現她有霉菌從鼻子上到了腦部，需進行緊急手術。陳太語帶哽咽：

「那是我最後一次抱她入手術室，她出來後轉送到ICU時已不太清醒，過多一星期後便與世長辭。」



陳太坦言陳姑娘是陪她經歷哀傷低潮、扶她振作起來的重要同行者。

## 裏開複雜性哀傷

痛失愛女後，雖然有丈夫和親友支持，但陳太始終未走出陰霾，經常以淚洗面。她說丈夫留港一段日子後便需返回內地工作，有時她會傳訊息表達傷感，丈夫都會避而不談，讓她覺得被忽略。後來才知道丈夫不欲多言，是不想勾起她的傷痛。面對夫婦相處和喪親問題，陳太決定尋求家庭服務指導和喪親善別輔導，經轉介而來到見善寧會臨床社工陳麗茵姑娘。

父母喪失子女的原因可以包括夭折、疾病、自殺、意外身亡等。陳姑娘表示，相關個案佔整體喪親輔導個案約一成，其中又以不同服務機構轉介居多，較少是自行求助。「在傳統觀念中，白頭人送黑頭人好像違反了生、老、病、死的人生自然階段。

而喪失子女的哀傷類別，屬於『複雜性哀傷』註1，尤其是逝者為獨生或年幼子女，父母總是糾纏於內疚照顧不周或自責沒及早察覺問題，無法保护好孩子的生命而持續愧疚，長時間也揮之不去。」



「人死不能復生，你們可以再生育。」  
陳姑娘說看似安慰的說話，反而會令喪親者感到自己的悲傷權利「被褫奪」，窒礙表達傷痛。

陳姑娘強調每個喪親者的痛點都不同，善別輔導不是要為他們解決甚麼，而是透過專注聆聽和尊重接納的向導，與喪親者建立信任關係，讓他們從新的視角去看自己的哀傷之路，尋找屬於他們活下去的人生意義。

「因應陳太是喪失幼兒的母親，所以我鼓勵她嘗試書寫哀悼女兒的『情緒日記』，從中回顧，感謝孩子在生命中出現，讓她有機會成為媽媽的角色，將哀悼轉化為感恩；又給她推介閱讀書籍《在沒有你的星球，學會呼吸》，藉由書中作者的自身過來人經歷，家庭的重生旅程得到心靈安慰。」



由懷孕到女兒出生的相簿，一家三口的相片，小腳印和屬於孩子的名字等等，印證了他們一起走過的日子。



陳太之前參加中心舉辦的紀念思親會，自製懷念相架將她對女兒的思念化為祝福。

## 愛女之情推己及人

愛女Yanis的離世令陳太對生命有新體會，以前認為死亡離自己很遙遠，現在發現世事無常，更要珍惜身邊人。陳姑娘欣賞陳太是一位內心強大的女士，願意打開心扉抒發情感及積極面對生命的轉變。眼見她喪親適應情況不俗，在完成個人的輔導後，便邀請她參與同路人聚會，跟有同樣經歷的人作生命交流，互相共鳴勉勵。

「陳太在聚會活動中認識了一位母親，她年幼的兒子亦因心臟問題而離世。兩位境況相若的媽媽透過分享和交流，以達到同行支持的目的。」

註1：複雜性哀傷(Complicated Grief)又稱為持續性複雜哀慟障礙症，(Persistent Complex Bereavement Disorder)DSM-V(第五版)(2013)

指若喪親者出現多項喪親反應超越正常程度，如慢性或延宕的悲傷反應，嚴重影響日常生活，並持續超過一年，就有可能是複雜性哀傷。

另一方面，女兒生前身受血癌之苦，令陳太深切了解血液和骨髓對危重病人的重要性。為了幫助和女兒一樣的病人，她現在定期捐血，又登記「造血幹細胞捐贈」，希望進一步幫助有需要骨髓移植的病人。

此外，她和丈夫亦登記並成為了寄養家庭，為有需要的兒童提供短暫家庭住宿生活及適當的照顧。

到目前為止，他們已完成了三次寄養服務，當中由八個月至三歲大的嬰幼兒他們都有照顧接待過。她在女兒生前的房間跟寄養孩子玩耍、用女兒生前用過的預帶攜孩子外出，過程中讓她重拾做母親的感覺和使命感。

陳姑娘欣喜道：「陳太將喪親經驗內化並付諸行動，照顧寄養孩子是她對女兒愛意和思念的延續，亦是一份最美好的祝福。」



這張三手互疊的掌印畫是三為一體的珍貴定格。

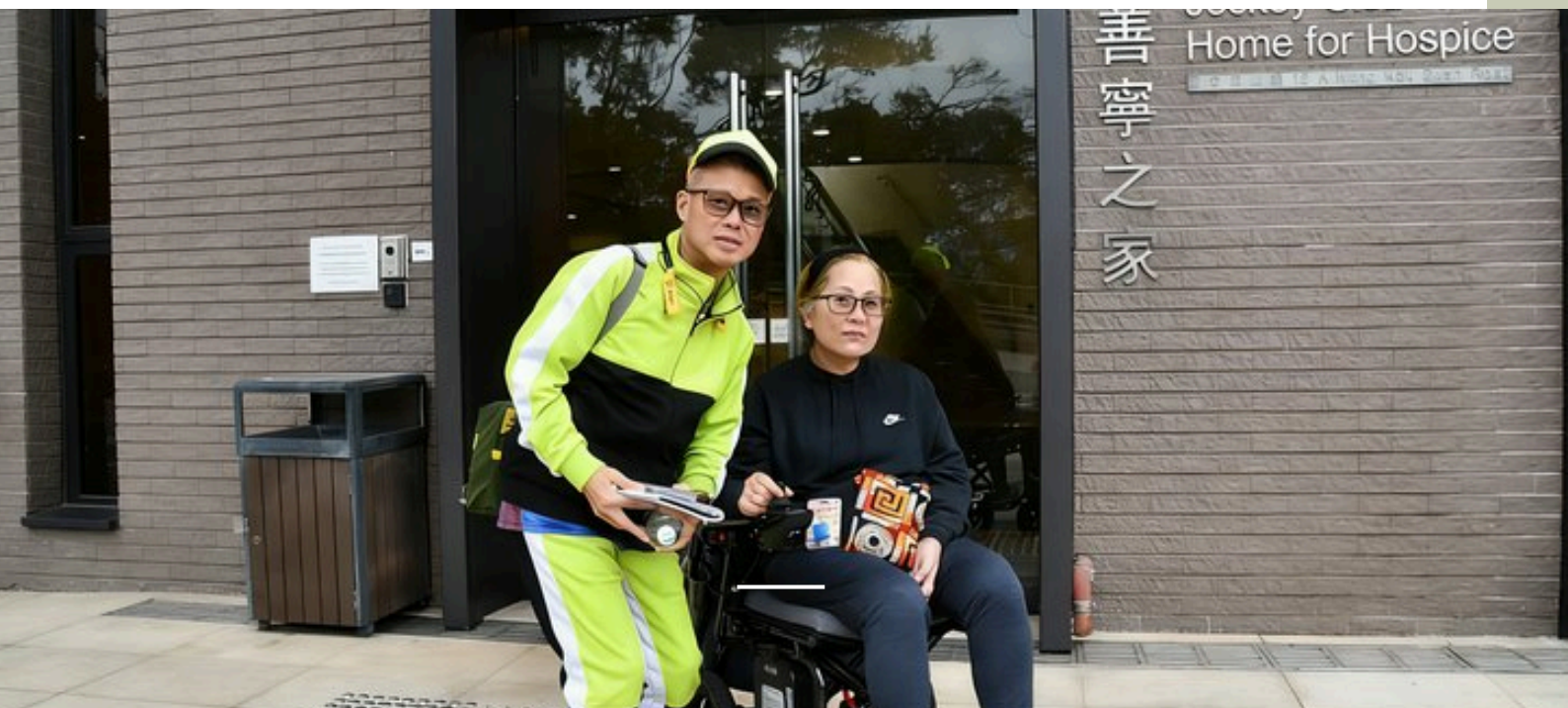


陳太使用的背囊正是她照顧女兒時的「媽媽袋」。

# 扶助同路人 從哀傷走向適應

事父母至孝並與之居住的Henry，三年間先後喪失雙親，至今提起仍眼眶泛紅：「爸媽得悉身患重病仍充滿鬥志，臨終走得安詳，他們給我遺留下一份勇氣。我不想沉溺在傷痛之中，於是尋求喪親支援，多謝社工姑娘陪我走過哀傷之路。」

Henry真切感受到跌倒有人攙扶的可貴，所以在完成善別輔導後；回饋機構機構，利用烹飪專長，幫助同路人發掘生趣，感受苦中有甜。



Henry會將茹姑娘的精警說話先用筆抄寫下來，再自行錄製成語音訊息，隨時回聽。

## 慨嘆人生無常

Henry自言朋友不多、兄弟姐妹關係也不太親近，父母的離世對他造成重大打擊。Henry父親在2018年由確診血癌至離世僅一個月，期間自費標靶藥物治療惜無效果，他第一次感受到「有錢無藥醫」的絕望；Henry母親在2021年發現三條血管栓塞，手術後曾出院返家，最終還是不敵病魔。唯一安慰的是，任職烘焙導師的他可以調配工作時間，貼身守護雙親至完成歸途。

Henry憶述：「爸爸走前一天，我在醫院通宵留守，而媽媽住院的18天，我每天下午4時至7時都待在病房陪伴，盡量減少遺憾。媽媽是我一生中最愛，這個情感依靠翩然遠去，令我深陷悲慟而無法抽離。」



成年喪親的傷痛和無助，  
男性難以向陌生人傾訴，導致抑壓負面情緒，  
有需要尋求哀傷支援。



## 由拘謹到自在

Henry發現自己難以走出喪親陰霾，所以聯絡善寧會的善別輔導服務，認識到臨床社工茹敏嫦姑娘。男兒有淚不輕彈，與茹姑娘初次見面時，Henry的確有點戒備：「在她細心聆聽我的經歷後，沒有指示我應該怎樣做，而是給予自主空間，開導我釋放傷痛，逐步接受親人離世。在建立互信關係下，除喪親情緒外，我還會主動跟她分享日常生活和諮詢意見，很感激能遇上茹姑娘這位天使。」



茹姑娘指Henry對個人感覺和情緒變化十分敏感，參加成長小組或敘事治療，有助他建立人生方向。



Henry訂製給茹姑娘的水晶座，感謝她陪伴走過喪親之路。

喪親男性的求助數字較女性的為少，而自行求助的男性又比轉介個案的為多。茹姑娘表示：「就Henry而言，為他提供最大情緒支持的母親過世，令他失去受保護、被疼愛的感覺，頓成『成年孤兒』註1。成年喪親的傷痛和無助，男性難以向陌生人傾訴，導致抑壓負面情緒，有需要尋求哀傷支援。」

註1: 亞歷山大·李維醫師的經典著作《成年孤兒》即深刻探討此議題，撫慰眾多面臨喪親的成年人。



Henry自覺地致電尋求善別輔導服務，不讓負面情緒壓垮。

## 肯定自我價值

善別輔導是協助喪親者處理哀傷、調適失落、重建生活意義。茹姑娘說Henry願意打開心扉，為人比較感情豐富，能夠細膩描述感受，亦因如此而傾向容易情緒波動和思想流於固執，所以她從生活化的層面與之溝通：「我建議他練習深呼吸來自我放鬆、寫下值得感恩的事情來肯定生活意義、嘗試從多角度觀看事物，接納不同的可能性。另外，我們的宗教信仰相同，有時亦會交流意見。」

茹姑娘笑言，Henry來自生活的問題五花八門，每次輔導前都會請他預先寫下查詢事項。「在完成輔導後，Henry有明顯進步，不再總是鑽牛角尖。觀察到在喪親哀傷和生活適應兩邊遊走的他，最缺乏的是執行力和建立人際關係，所以邀請他參與喪親小組分享會，以及為同路人開設烹飪工作坊，用自身的經歷和專長作為溝通橋樑，幫助同路人之餘，亦從中肯定自己的價值。」

除了義務為構機主持甜品工作坊外，Henry亦會聯繫其他導師舉辦不同課程，幫助同路人。



# 「安家舍」

## 社區善別輔導中心 陪你走過29年



「安家舍」的輔導團隊包括不同專業：臨床社工、善別輔導員和輔導顧問。

如果生、老、病、死是自然定律，那麼「失去」就是人生必然經歷，過程雖然難熬，但是可視為個人成長的契機。在眾多失去之中，喪親之痛所帶來的悲傷和焦慮總是難以言喻，當中包括感到孤單和沮喪、食慾不振、不想見任何人，甚或因情緒難以平復而無法重拾日常生活。因此，善別支援是寧養及紓緩服務中不可或缺的部份，協助每一位與摯親道別的人面對分離，尋求安慰。

善寧會的社區善別輔導服務始於1997年，隨著我們成立「譚雅士杜佩珍安家舍服務中心」（簡稱安家舍）開始。中心鄰近交通便利的港鐵長沙灣站，選址致力回應「安家舍」三字的含意，在令人安心、熟悉的環境下，將安慰帶給有需要的人。

安家舍以「去者善終，留者善別」為宗旨，為臨終病人、親友、在家照顧者及經歷喪親人士提供全面的傷痛與喪親支援服務，包括喪親支援服務、善別輔導服務、個別輔導服務、家庭輔導服務、兒童輔導服務、傷痛復原支援組別、剛喪親人士聚會、追思活動等。

安家舍以「去者善終，留者善別」為宗旨，為社區喪親人士、臨終病人和照顧者提供全面的傷痛與喪親支援服務。

2017年沙田「賽馬會善寧之家」成立，除了提供晚期住院服務外，亦設有社工團隊，為喪親家屬提供一站式哀傷支援，協助他們適應生活上的巨變並繼續前行。

為了整合資源，更集中地提供善別輔導服務，安家舍的同事於2025年尾回到沙田「賽馬會善寧之家」辦公。而長沙灣的原址則保留作舉辦小組分享、專題講座、社區工作坊等不定期活動。



善寧會(前身為善終服務會)轄下「譚雅士杜佩珍安家舍」於1997年10月31日開幕，邀請前特首夫人董趙洪娉女士主持揭幕儀式。



時至2026年，「賽馬會善寧之家」與「安家舍」將攜手提供更全面的善別輔導服務，並共同舉辦相關活動，支持有需要的個案。

## 善別輔導服務申請



網上申請  
請掃描二維碼

假如您或您身邊的人需要喪親支援服務，請致電 (852) 2725 7693 或電郵到 [service@hospicecare.org.hk](mailto:service@hospicecare.org.hk) 與我們的服務團隊進行預約。

如果生、老、病、死是自然定律，那麼「失去」就是人生必然經歷。



「安家舍」於1999年聖誕正日舉辦喪親同路人活動，互相送暖。



Gigi 在2026年正式晉升為善寧會的營運總監及轄下賽馬會善寧之家的院長。

# 毋忘初衷 幕後堅持上前線

「只有真正熱愛，  
才能繼續堅持。」

80後的林詠芝姑娘 (Gigi)，在「賽馬會善寧之家」由紓緩科資深護師晉升至護理主任，去年起成為署理營運總監暨院長職務。今年起正式晉升為營運總監暨院長。

營運上的困難、人事上的協調、工作上的持堅，不斷在學習與拿捏之間遊走，她說：「每一步都步步為營，儘管如何忙碌也不會放棄護理和教學工作，幫助病人走好最後一程，而這亦是我加入善寧會的初衷。」



Gigi 坦言兒子 Alvin 是她生活上的「最佳老友」。

## 變更中發現另一片天

Gigi 先後於公立醫院的急症室和內科病房擔任護士，在修畢「紓緩專科護士課程」後，立志投身紓緩行列，於是應徵當時新落成的寧養中心「賽馬會善寧之家」，入職家居護士。8年間經歷幾番變遷，由專職護理到執行管治，Gigi 自言出於一份使命感：「經濟不景氣，非牟利機構同樣面對營運壓力，捐款減少而成本增加，我不希望資助服務中斷，所以想盡辦法開源節流。」

在轉變過程中，她感覺既新鮮又辛苦。家居護士專注護理病人、教導照顧者；護理主任需考慮服務發展，將紓緩治療推廣至不同層面；營運總監暨院長更加責任重大，要計算經費、撰寫計劃書、聯繫捐款人。「幸運地，有一班可靠的團隊並肩作戰，與我共度時艱，現在總算上了軌道。」

## 協調由內地返港照護

善寧會創辦近40年，早已埋下寧養照護的種子，隨著港人對醫療自主的意識提高，是時候加強推廣預設照顧安排和治療方式，以維護病人自主尊嚴。近年，大家對北上安老、居處離世(安老院或住宅)不再陌生。善寧會除與其他組織合辦生死教育外，亦到安老院舍進行晚年規劃講座。而為與時並進，機構亦舉辦中港交流活動，加深兩地在寧養服務方面的經驗和合作。



Alvin在學校的作文中探討「如何維持健康生活模式」，與一般學生關注恆常運動和均衡飲食不同，他強調要兼顧身、心、社、靈的全面發展。

雖然日常事務繁重，但我依然堅持參與前線護理工作。病人和家屬的笑容，就是我工作上的動力。



Gigi強調心靈照顧能讓晚期病人感受到愛的力量，身體和心理都更安然自在。

寧養照護是尊重生命的體現，而且無遠弗屆。Gigi表示：「2025年底，一名腸癌患者希望盡快回港終老，與家人團聚，所以聯絡我們從深圳市第二人民醫院轉院到善寧之家，中港交接過程十分順利。病人抵達病房後，醫護立即進行檢查，控制不適症狀，在入住第6天安詳離世，期間親友能一一探望和告別。這次中港雙方都付出很大努力，希望日後多加合作，幫助到更多中港病人家庭。」

## 不知不覺中潛移默化

Gigi真心喜歡舒緩治療服務，日常管理事務繁重，也堅持參與護理工作，與同事一起討論和處理病人個案。另外，Gigi亦繼續到大學擔任護理課程講師、在院舍帶領交流生實習，為業界培育新力軍。「言教不及身教。」對Gigi來說，可謂所言非虛，皆因她9歲大的兒子Alvin在耳濡目染下，早已接觸生死教育，培養同理心。



Alvin曾客串下午茶檔小義工，為喪親家屬遞上一杯暖水，窩心舉動讓對方止住眼淚。

Gigi分享道：「外婆曾入住善寧之家並在此離世，Alvin目睹醫護人員悉心照顧太婆和其他病人，而院舍舉辦的社交活動，又歡迎病人家庭參加，充滿溫馨氣氛，所以從小對寧養中心全沒抗拒或恐懼。早前他更獲委任為機構兒童大使，正式成為善寧之家的一份子，用行動詮釋長幼共融的精神。」

最意想不到的，兒子學校考試有一篇英文作文，題目是『如何維持健康生活模式』，他竟然寫到要因應身、心、社、靈的發展。問到為何懂得這些字眼，他回答是有一次我在家開Zoom教學而無意中聽見。事實證明，原來有些東西不用刻意教導孩子，父母日常的言行就是他們吸收知識和仿效學習的對象。」



Gigi說善寧會猶如一個大家庭，感恩有一班專業認真的團隊做最強後盾。



中國人比較內斂，很少會說「我愛你」。Gigi指其實與病榻的親人拖下手、拍個膊甚至抹把臉已是愛的表現。

# 家居護士 全力支援 愛回家病人

紓緩治療的服務對象主要是晚期病人，而晚期病人接受療護的地方卻不限於醫院或寧養院，熟悉的居處（住宅或院舍）可以是其他選擇。在完成晚晴照顧課程後，施卓藍姑娘由服務兒童、長者轉到「賽馬會善寧之家」擔任家居護士。

雖然少了前線同事協助，但她能夠幫助病人在家照顧或者完成歸途，結尾寫下的絕對不是唏噓的感嘆號，而是圓滿的句點。



去年院舍舉行「懷舊小食回憶」，施姑娘給伯伯院友品嚐賣少見少的摩囉酥。

## 有尊嚴照顧誠可貴

「家居照顧」顧名思義為居家病人提供定期家訪服務，包括徵狀評估及護理、藥物諮詢、照顧者支援等。施姑娘說居家病人一般已在醫院處理好基本病徵，情況相對穩定，家訪次數不會太頻密，每次約一個多小時：「上門主要是監測病人的維生指數，例如量度血壓、血氧，如病人清醒程度下跌亦會用電筒檢查瞳孔狀態，病情生變或需入院治療。我們會幫助居家病人控制徵狀和紓緩不適，亦會進行皮膚護理、清洗傷口等。另外會教導家人或照顧者相關照顧技巧和護理須知。」

家居護士需24小時On Call，如能實時解答疑難，有助減輕照顧者的壓力。





施姑娘每次外出家訪前都會執齊工具和所需物品。



接到病人「在家離世」通知後，護士會聯同醫生一起上門確認程序和辦理手續。

對於臥床或輪椅人士，最常因尿濕而令下體私處及臀部紅腫，皮膚摺位亦容易因出汗而導致皮屑脫落，長期皮膚護理不足，容易形成褥瘡。施姑娘提醒可多留意病人的下體有否發出異味、頸背有否皮屑紛飛、骨頭凸出的位置如肩膀、腳跟等有否輕微壓瘡。如能盡早處理問題，既可以維護病人的尊嚴，又可以保持其生活質素

## 在家離世有所限制

隨著「預設照顧計劃」、「預設醫療指示」、「居處離世」的措施落實，賦予病人更多由照顧、治療到離世的選擇權，令在熟悉的家中與世長辭不再是奢想。選擇「居處離世」的病人，身體狀況和家居安全都需要進行評估，而家人或照顧者的心理質素也要一併考慮。

施姑娘指出不是每個病人家庭也適合實行：「例如家居沒有冷氣設備，不利遺體保存；飼養了多頭寵物或雜物充斥室內，容易積聚細菌；同住長者或兒童，他們未必能承受親人在面前離世的打擊。此外，病人越接近臨終階段，需要的儀器便越多，包括氧氣機、醫療床、針藥喉管等，活動空間和醫療預算事前也要妥善規劃。」

家居護士是24小時On Call的，特別是在家離世的個案，家人最常在電話查詢的是「血壓驟降要送醫院嗎？」「忽然出血怎樣處理？」「聞氧量加大代表臨終？」如果相關問題得到即時回應，能夠緩解家人的慌亂無助。



紓緩治療是全人關懷，包括照顧好病人和家屬的身、心、社、靈需要。

## 低調運送遺體出門

「居處離世」的末期病人，在離世前14日內需曾接受一名註冊醫生診治，再簽署「死因醫學證明書」註明死於自然。至於在家離世的流程，施姑娘表示：「當接到電話通知病人沒有生命徵象時，我們會指示家人首先關好房間的窗戶、開啟冷氣，然後為病人作簡單的個人護理及清潔，再塗抹潤膚膏為皮膚保濕。逝者維持平躺姿態，靜待醫護上門。病人離世後最後消失的是聽力，所以家人可與逝者繼續說話、做好『道別、道愛』。」

而值得注意的是，在場家人有否情緒波動，及時作出安撫，甚至需要時將他們與逝者分隔。直至醫護到場，醫學確認病人沒有生命徵象後，醫生會即場簽署『死因醫學證明書』，而在初步整理遺體後，遺體會經由殯儀公司運往善寧之家的靈寢室或其他殯儀殮房。」

很多人都擔心運送遺體出門時會驚動鄰居，施姑娘強調會低調進行，事前一般會著家人準備好輪椅、太陽眼鏡、帽子和被子，將逝者裝扮到外出覆診。現時不少靈車已改裝成小型貨車的模樣，即使停泊在屋苑也不太顯眼。



「在家離世」的最後程序，醫護會帶備手提心電監測儀、保護衣物、解除喉管的工具、相關文件等上門。

## 家居照顧及入院服務查詢



網上申請  
請掃描二維碼

假如您或您身邊的人需要家居照顧及入院服務，請致電 (852) 2331 7000 與我們的服務團隊進行預約。

## 維護選擇與知情權

病人在知情權和選擇權兼備下，不論選取何種照護模式或治療方法，其所簽訂的文件都受到一定保障。施姑娘憶述，曾有位90多歲、兩度中風的婆婆，早已向家人明言病危時不欲再入醫院和插胃喉。隨著婆婆病況轉差，家人擔心她隨時告別，所以聯絡我們開展在家離世服務。「當時我聯同醫生帶備文件上門，但因婆婆中風不能說話、簽署不到『預設醫療指示』，只能與家人商討『預設照顧計劃』。幸而上門前已請負責聯絡的媳婦通知所有可做決定的家人列席，在各成員清楚了解相關計劃的內容後，成功簽署協定。」

簽署翌日，施姑娘接獲家人電話，因婆婆呼吸困難報警送公立醫院。幸家人帶「預設照顧計劃」文件，急症室醫生核實後，婆婆未經入侵性搶救，在公院十多小時後自然離世。此事讓人明白，早作醫療決定、趕緊簽署文件很重要。尊重生命，病人按本意告終，家人完成其遺願，便是善終、善別。



家居照顧服務包括監測病人的維生指數，例如量度血壓、血氧等。



「TVB愛心隊」成員林淑敏、崔錦棠、何沛珈、阮浩棕、廖慧儀出席記招，為善寧會擔任慈善跑手。

# 善寧會首戰香港 馬拉松慈善跑

善寧會在「渣打香港馬拉松慈善計劃2026」獲大會撥慈善跑手名額，籌得約三十五萬港元善款，收益全用於延續紓緩治療及善別輔導服務，支援患者及家屬。為宣揚傷健、醫患同心，善寧會特邀「TVB愛心基金」五位藝人組「TVB愛心隊」參與10公里及半馬賽事。同時，善寧會與「癌症資訊網慈善基金」各派醫護人員參賽，展現醫護與患者並肩決心。



善寧會派出轄下三名女將參與10公里賽事。



主席汪國成教授在終點迎接完賽跑手，為她們感到驕傲。

為提升公眾對喪親者心路歷程的關注，善寧會今年首用AI技術製作多條宣傳動畫，含配音、原創歌曲，還結合渣打馬拉松賽道實境，增強投入感。動畫講述喪親者參賽，逐解心傷，展開新篇，頗為動人。

2026年1月18日香港馬拉松完賽。善寧會三位女將包括營運總監暨院長林詠芝、籌募顧問鄧詠琪及駐院護士蔡天欣首戰10公里，用行動支持病人和家屬等，展現機構服務精神。善寧會主席汪國成在終點迎接，為跑手傳遞愛心的幹勁自豪，盼明年再攜手傳遞正能量。



## 善寧會首齣 渣馬AI動畫

歡迎於 Youtube 頻道觀賞  
請掃描二維碼



代表香港精神的金曲《獅子山下》徐徐響起，全場大合唱。

# 大埔火災支援音樂會 暖透心窩

善寧會「燃亮生命火花」聖誕音樂會已舉辦至第34屆，並於2025年12月2日在中環聖約翰座堂圓滿落幕。一如以往，在座堂內，巨型聖誕樹(生命樹)掛滿為病榻或已故親友送上祝福的心意卡。而今次音樂會更在祝願上加多一份關愛，用樂章傳揚互助精神。

去年11月大埔宏福大火，令居民家園盡毀且造成嚴重傷亡，無比傷痛。那夜，教堂裡響起《獅子山下》的旋律時，在場人士都不禁紅了眼眶。這首承載香港精神的金曲，頓時化作撫慰傷痛的暖流！



來賓可以即場填寫心意卡，讓我們稍後掛上「生命樹」。



座堂外同時放有一棵為火災受難者而設的悼念樹。

**音樂會募集的善款，會全數撥捐政府「大埔宏福苑救援基金」，幫助他們重投生活。**

此外，為援助受災社群，音樂會募集的善款，會全數撥捐政府「大埔宏福苑救援基金」，幫助他們重投生活。

聖誕節是傳遞愛和關懷的日子，那些感動瞬間與愛的力量，更是牽動人心。期望我們懷著循環不息的善心，繼續燃亮生命火花，令每個存在或逝去的生命都能綻放光彩。

衷心感謝每位撥冗到場、默默轉發呼籲、感動落淚和慷慨捐款的朋友，是你們令這場音樂會超越「活動」本身的意義。

# 捐款感謝 Thank You For Your Donation

善寧會是一所不受政府津助的非牟利慈善團體,我們的服務實有賴社會大眾的支持! 過去半年,感謝以下捐款者的捐助,讓我們提供的「住院資助計劃」及「善別輔導」服務得以持續。惟篇幅所限,恕未能盡錄,見諒。

As a non-profit charitable organization without government subvention, SPHC relies on donations and fundraising to continue serving terminal patients and their families. We wish to show our gratitude to the following generous donors during these 6 months. Thank you for supporting our mission. Due to the limited space, please accept our heartfelt apologies for any unintended omission.

## 鑽石捐助 Diamond Donor (HK\$400,000或以上Or above)

李嘉誠基金會	Li Ka Shing Foundation
金捐助 Gold Donor (HK\$100,000或以上Or above)	
	Ms. Teresa Tong Mei Tak
	Ms. Yu Yuet Ha
	Lo's Family Charity Fund
	Commanderie de Bordeaux (HK) Foundation Limited
	Crown Worldwide Holdings Ltd.
	Ms. Teresa Tong Mei Tak
	Hong Kong Racehorse Owners Association Charitable Foundation Limited
陳楊福和基金有限公司	Chen Yang Foo Oi Foundation Limited

## 銀捐助 Silver Donor (HK\$10,000或以上Or above)

	Ng Teng Fong Charitable Foundation
	Mrs. Purviz Rusy Shroff
	Ms. Natalie Howarth
	To Be Big Company Ltd
廣種福田基金會有限公司	AVE Fenix China Foundation Limited
伍仲良先生	Mr. Albert Ng Chung Leung
	Ms. Peggy Dee Funk Wai Sum & Yau Yuk Fung
	Miss. Ho Kin Wing
伍宜孫慈善基金會有限公司	Wu Yee Sun Charitable Foundation Limited
	King Wah Properties Limited
梁耀中先生	Mr. Charles Leung Yiu Chung
林漢明先生	Mr. Lam Hon Ming
	Mrs. Barbara Ann Rogers
	Mrs. Leslye Jill Gallie
	Taikonaut Limited
	Miss. Enda Wong Yuen Ling
	Ms. Ma Man San
王紹強先生	Mr. Raymond Wong Siu Keung
	Mrs. Kracht Cynthia Marigold
	Mr. John Mcnie
加欣慈善基金會有限公司	Joyful Empowerment Foundation Ltd
百富電子有限公司	Bel Fuse Ltd
	Mr. Barry Cheng Yu Hang
李思明先生	Mr. Lee Sze Ming
祝惠娥女士	

	Winnie Leung & Co.
至心信樂有限公司	
	Mr. Alan & Mrs. Penny Smith
	Ms. Lillian Chow Shuk Nga
	Ms. Chan Lai Ying
李炯康先生	Mr. Lee Kwing Hong
	Ms. Pan Ai Ai
鄭蝦女女士	
安盼中醫診所	Elpis Chinese Medicine Clinic
唐偉璇醫生	Dr. Catherine Tong Wai Shuen
	Miss. Chui Wai Ling
倪同喜先生	Mr. Karsky Ngai Tung Hai
	Mrs. Nicola Susan Forsgate
	Ms. Christina Suen Suk Yin

## 每月捐款 Monthly Donation HK\$10,000或以上Or above)

邱麗儀	Yau Lai Yee
-----	-------------

- 期內捐款平均達\$10,000 或以上 The average donation within the period was \$10,000 or above.
- 2025年8月1日至2026年2月28日 From 1 Aug 2025 to 28 Feb 2026
- 排名不分次序 Not listed in any specific order



## 捐款表格 Donation Form

請以正楷填寫下列表格，及在適當空格加上✓號，並寄回、傳真、電郵或WhatsApp至善寧會，以便本會發出捐款之正式收據。你的個人資料將保密處理。  
Please complete the form and ✓ as appropriate, and return to us by post, email, fax or WhatsApp for the issuance of official receipt. Your personal data provided herein will be kept strictly confidential.

每月定期捐款  
Monthly donation

一次過捐款  
One-off donation

港幣 HKD  \$1,000  \$500  \$300  \$100  其他 Other \$ \_\_\_\_\_

捐款用途 Donation Purpose(s)	<input type="checkbox"/> 住院資助計劃 Subsidy Bed Scheme	<input type="checkbox"/> 一般捐款 General Donation	<input type="checkbox"/> 其他 Other(s) _____
	<input type="checkbox"/> 善別輔導 Bereavement Service	<input type="checkbox"/> 專業培訓及教育 Professional Training and Education	

捐款港幣100元或以上，可獲發收據作扣稅用途。  
Donations of HKD100 or above are tax-deductible with an official receipt.

### \*必需填寫 捐款人資料 Donor's Information

\* 姓名 Name (中文) \_\_\_\_\_ (English) \_\_\_\_\_ 先生 Mr/小姐 Miss /女士 Mrs /其他 Others: \_\_\_\_\_

地址 Address \_\_\_\_\_ \* 電話 Phone \_\_\_\_\_

\* 電郵 Email \_\_\_\_\_ 捐款人編號(如有) Donor No. (if any) \_\_\_\_\_

### 捐款方法 Donation Method

劃線支票 By Crossed Cheque  
支票抬頭: 善寧會  
Payable to "The Society for the Promotion of Hospice Care"

自動轉帳或銀行櫃員機  
By ATM or Direct Transfer

善寧會銀行戶口 SPHC's Bank Account:  
恒生銀行 Hang Seng Bank 280-3-451141

請將入數紙或捐款之頁面截圖連同此表格郵寄、傳真、電郵或WhatsApp給我們。  
Please mail / email / fax / WhatsApp us a copy of the bank-in slip or screen capture of the related transaction together with the completed donation form.

轉數快  
By Faster Payment Service (FPS)

PayMe

或



可透過網上銀行轉數快/PayMe，掃描以上QR code進行捐款，完成後電郵 frp@hospicecare.org.hk 或 WhatsApp (9635 5001) 告知我們，以便發出收據。  
Donation can be made through FPS-enabled / PayMe e-wallet or mobile apps by scanning the above QR code. To receive a donation receipt, please WhatsApp (9635 5001) / email (frp@hospicecare.org.hk) us.

信用卡 By Credit Card  
(適用於每月定期及單次捐款 Applicable to both monthly & one-off donation)

Visa  MasterCard  American Express

持卡人姓名 Cardholder's Name \_\_\_\_\_

信用卡號碼 Card No. \_\_\_\_\_

有效期至 Expiry Date (mm/yy) \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

\* 持卡人簽署 Cardholder's Signature \_\_\_\_\_

\* 本人授權善寧會由本人之信用卡戶口轉帳上述指定金額作定期或一次性捐款。每月捐款授權在本人之信用卡有效期過後及獲發新卡後仍繼續生效，直至另行通知。  
\* I hereby authorize the Society for the Promotion of Hospice Care to debit the amount specified above from my credit card account on a monthly or one-off basis. The authorization for monthly debit will continue after the expiry date of the credit card and with the issuance of a new card until further notice.

本人  同意接收 agree to receive  電子郵寄 email  通訊 mail

本人  不同意接收任何通訊 disagree to receive news from SPHC

私隱聲明：閣下填寫之個人資料絕對保密，善寧會或其委託服務提供者，只用作捐款處理、寄發收據、募捐及其他與本會相關之宣傳用途。  
Your personal data will be kept strictly confidential. SPHC or its service providers will only use the above information for donation administration, receipting, fundraising and/or other promotion matters related to SPHC.

NW-Mar-2026

摺線 Folding Line

☎ 電話 Tel +852 2331 7000 ① 網址 Web [www.hospicecare.org.hk](http://www.hospicecare.org.hk)  
☎ 傳真 Fax +852 2336 2776 ✉ 電郵 Email [frp@hospicecare.org.hk](mailto:frp@hospicecare.org.hk)  
📞 WhatsApp +852 9635 5001

如在本港投寄  
毋須貼上郵票  
NO POSTAGE  
STAMP  
NECESSARY IF  
POSTED IN  
HONG KONG

# 謝謝你的關注

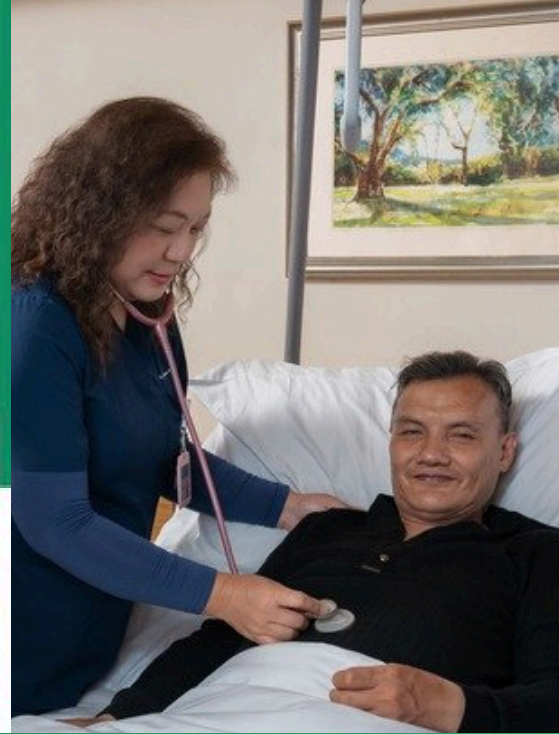
## FOLLOW US ON



善寧會



hospicecarehk

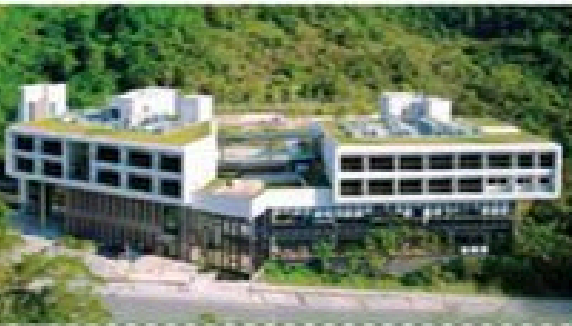


更新資料

Contact Update

如需更改聯絡資料、改收電子版或拒絕接收《善寧會訊》  
歡迎 WhatsApp - 96355001通知我們！

To update your contact information, switch to e-Newsletter, or  
cancel subscription, please notify us by WhatsApp at 96355001 !



善寧會

Society for the Promotion of Hospice Care



*When days cannot be added to life, add life to days.*

