

人生的最後一道習題

淺談善終安排



柳營奇美醫院
血液腫瘤科
蕭聖診醫師

做自己生命的船長：給摯愛最後的溫柔禮物

身為一名腫瘤科醫師，我深知醫療現場充滿了變數。面對善變的惡性腫瘤，即便抗癌治療已有長足進步，我們仍必須誠實面對：生命的長度終究有限，而治療過程中的副作用，有時也是不得不面對的課題。

除了癌症，像嚴重失智症、心臟衰竭、慢性肺病等重大疾病，也可能讓病人和家屬在有限的時間裡，面臨生離死別的考驗。在生命末期，我們常看到兩種讓人心疼的困境：

一、身體的痛苦

隨著病情惡化，身體的不適與日俱增。雖然醫療團隊拼盡全力，但若病情無法好轉，過多的醫療介入反而可能讓病患承受更多痛苦。

二、家人的兩難

當突發狀況（如嚴重感染或中風）發生，病患陷入昏迷無法表達意願時，家人往往因為「捨不得」與「愛」，陷入是否要急救的痛苦掙扎。無論最後做了什麼決定，許多家屬事後常懷抱著「我是不是做錯了？」的內疚與遺憾。

如果在我們意識清楚時，能先說出自己的想法，不僅能讓醫療團隊依法尊重您的意願，更是幫家人卸下「做這種困難決定」的沉重擔子。

法律，是保障您尊嚴的後盾

在台灣，我們有所謂的「善終三法」（人體器官移植條例、安寧緩和醫療條例、病人自主權利法）。這些法律的核心精神只有一個：讓您在健康清醒時，親自規劃人生的最後一哩路。這包括了：預立醫療決定（Advance Directive, AD）：事先決定在特定臨床條件下，希望接受或拒絕哪些維生醫療。器官捐贈意願：讓愛延續。安寧緩和照護：選擇舒適、尊嚴的照顧方式。這不僅是法律文件，更是確保我們能依照自己的心願，有尊嚴地走完人生旅程。

如何開始？從一場溫暖的對話起步

面對日新月異的醫療科技，我們或許會猶豫：「如果有新藥怎麼辦？」、「什麼情況下該放手？」這時候，您可以預約「預立醫療照護諮商」（Advance Care Planning, ACP）。這是一個由專業醫療團隊與您共同進行的會議。會詳細說明各種醫療選項（如氣管插管、電擊、心臟按壓）的效果與風險。

透過這場諮商，您可以將深思熟慮後的想法寫成具有法律效力的「預立醫療決定」（AD），並註記在健保卡上。同時，建議您邀請二親等內的家人或摯友（或是您的醫療委任代理人）一同參與。因為，唯有家人充分理解您的想法，未來才能心無旁騖地守護您的意願。

安寧療護： 不只治病，更要療癒身心

過去的醫療往往只重「治癒」，卻忽略了「照顧」。安寧緩和療護的精神在於：當治癒已不可得，我們轉而追求身體、心理與靈性的平靜。安寧團隊不只看重生命的價值，視死亡為自然的過程，更致力於支持病患直到最後一刻都能感到舒適。當生命走到終點，我們可以一起進行生命回顧，實踐趙可式老師提倡的「四道人生」：

- ◆道謝 感謝彼此的陪伴。
- ◆道歉 化解過往的遺憾。
- ◆道愛 說出心中的愛與在乎。
- ◆道別 好好地說再見。

這份照顧不僅限於病人，更延伸到全家人。當病人離世後，安寧團隊也會陪伴家屬走過悲傷，處理失落的情緒，讓生者能帶著愛繼續前行。

結語：現在，就是最好的時刻

在這個醫療與生活緊密結合的年代，我們應該更主動地思考生命的意義，做自己生命的主人。這道人生的必修課，不需要等到生命盡頭才慌張面對，也不必匆忙地告別。現在，在我們還能思考、能表達的時候，做好準備，就是留給自己與摯愛最溫柔的禮物。

參考資料

- 1.衛生福利部
預立醫療決定意願問題
<https://p.tainan.gov.tw/xhKq94>



- 2.奇美醫療體系
預立醫療照護諮商
<https://p.tainan.gov.tw/Wt89b1>



善終三法

為自己與家人留下 最深的安心

臺南市政府衛生局 醫事科
許斐喻約用人員

許多人以為談論「人生最後一程」很沉重，但真正沉重的，往往是來不及表達、選擇、道別。衛生福利部推動的「善終三法」——安寧緩和醫療意願、器官捐贈意願、預立醫療決定——讓我們在仍健康、有意識時，先說清楚「我希望怎麼被對待」。這不僅讓自己放心，也讓人少一份猜測、多一份踏實。

安寧緩和醫療： 不是放棄，而是選擇更適合的照護

當疾病無法治癒、進入生命末期時，多數人希望減少侵入性治療，以更舒適、減痛的方式走完人生。「安寧緩和醫療意願」可讓您提前表達自己對末期階段的照護偏好，選擇「舒適照護」而非不必要的延命或急救措施。

完成意願登記後，醫療團隊與家人便能依您的選擇，安排最符合尊嚴的照護方式，減少臨終的慌亂與心理壓力。

器官捐贈：生命最後的愛與延續

一位器官捐贈者，往往能幫助數名等待重生的患者。選擇器官捐贈，是一份深遠而溫暖的心意——

「若有一天我無法再醒來，願我的生命成為他人的明天。」

器官捐贈意願的表達，不僅象徵勇氣與善意，也能讓家屬在突發狀況中更明白你的選擇，不再徬徨，使原本悲傷的時刻，成為留給世界的一份希望。

預立醫療決定： 由你親自安排生命最後的醫療選項

這是近年最受關注的生命自主制度，《病人自主權利法》保障每個人的知情、選擇與決定權。

民眾透過預立醫療照護諮商（ACP）與跨專業團隊深入討論生命價值與醫療選擇 → 完成具有法律效力的預立醫療決定（AD）

《病人自主權利法》的保障範圍有哪些？

當您面臨 以下5種情況

1. 疾病末期
2. 不可逆轉昏迷
3. 永久植物人狀態
4. 極重度失智
5. 其他政府公告之重症

可選擇接受或不接受有可能延長生命的 任何必要醫療措施，例如：

「維持生命治療」

1. 抗生素
2. 洗腎
3. 人工呼吸器
4. 機械式維生系統
5. 心肺復甦術

「人工營養與流體餵養」

1. 鼻胃管
2. 胃造口
3. 靜脈注射

預立醫療決定（AD）能在您無法表達意願時，讓醫療依您的選擇進行，減輕家屬面臨重大決策的壓力，真正做到「自己的醫療自己作主」。醫療團隊皆需依法尊重並遵循您的決定，讓您與家人在關鍵時刻少一分痛苦、多一分安心。

臺南市政府衛生局： 在你身邊的堅實後盾

全市34家醫院及37區衛生所均設置善終三法服務窗口，提供諮詢與意願登記。

9家醫院與6家診所提供 ACP 諮商，並持續增加據點，讓市民就近完成諮商與AD。

誠摯邀請你，為自己與家人留下安心。

花點時間想一想：你希望被怎麼照顧？

清楚的決定，就是給自己與家人最溫暖的支持。

