

与死亡共存

当我们所爱的人患上绝症时(或者我们就是那个人),我们必须找到一种方法来面对死亡。

与死亡共存是一个复杂的状态,是情感、决定和行动的結合。

情绪

20多年前,Chicago 大学精神病学家、医学博士 Elisabeth Kübler-Ross 提出了临终者可能经历各个阶段。他们的家人常常会有同样的感受。这些阶段不一定按照列出的顺序进行。此外,临终者和那些爱他或她的人,可能会在这些阶段中徘徊。了解这些阶段可以帮助我们理解垂死之人的反应以及我们自己的反应。

- **否认:**“我想听听其他意见。”
- **愤怒:**“为什么医生没早点发现呢?”
- **讨价还价:**“请给我足够的时间,让我看到我女儿结婚。”
- **沮丧:**对我们永远不会再做的事情以及我们永远没有机会去做的事情感到沮丧。
- **接受:**接受不是一个快乐的时刻,也不是悲伤的时刻。事实就是如此。

有时,我们在损失发生之前就能预见到它。也许朋友或家人正遭受绝症的折磨,在这种情况下,我们可能会在他们还活着的时候就开始了悲伤。在某种程度上,我们会对死亡的预期感到悲痛。这被称为预期悲伤。

决定

- 对于身患疾病的人来说,面对死亡最重要的一个方面就是确保他们对临终关怀感到安心。这被称为提前护理规划,即确保他们不再有能力表达自己的医疗保健意愿时,他们的意愿仍能够得到尊重。
- 他们需要决定他们想要(或不想要)的临终关怀的具体类型,并决定由谁来实现他们的愿望。



操作

将决策记录下来非常重要。这些文件被称为预先指示或预先声明。这些是生前遗嘱（不同于最后遗嘱）和医疗代理书的组合；也可以是一份文件，指定您信任的人作为您的代理人，来表达您的意愿并为您做出医疗保健决定。

另一个需要考虑的重要行动是在生命的最后六个月使用临终关怀服务。临终关怀通常被称为：

- 帮助绝症患者尽可能延长生命并提高生活质量的医疗保健
- 一个由跨学科专业人员组成的团队，致力于解决临终者及其整个家庭的身体、心理和精神困扰
- 涉及症状管理、护理协调、沟通和决策、明确目标和生活质量的护理

在许多情况下，临终关怀是在患者的住所提供的，如上所述，它涉及到患者和整个家庭单位。治疗尝试被缓和和治疗所取代，缓和和治疗侧重于减轻特定疾病或病症的疼痛和其他症状。患者可以根据自己的需要选择使用任意量的临终关怀服务。

您的医生可以推荐您所在地区的计划。

对于身患疾病的人来说，面对死亡最重要的一个方面就是确保他们对临终关怀感到安心。



在您需要时为您提供关键支持

请访问 optumwellbeing.com/criticalsupportcenter，获取更多关键支持资源和信息。



本计划不得用于紧急情况或急症护理需求。紧急情况下，请拨打当地的紧急服务电话或前往最近的急救室。本计划不能替代医生或专业人士的医疗护理。本计划及其组成部分可能无法在所有地区提供，并且可能存在保险责任豁免和限制条款。

© 2024 Optum, Inc. 版权所有。WF12836817 143097-022024 OHC