

瀕死前出現的徵兆（家屬衛教）

如何伴隨及支持至親渡過人生最後一段幽谷，是件不容易的事。當病人逐漸邁向生命中的最後階段時，我們可以觀察到在他/她身上可能會發生的一些徵兆，並非所有的徵兆都會出現。希望此份資料可以幫助您們準備、預期和了解，有任何疑惑竭誠歡迎您們隨時提出，我們會幫助您們來識別這些徵兆，並陪伴您們渡過這段艱難的時刻。

一、常見病人臨終前的變化徵兆

當病人邁向生命最後一個階段時，我們常可注意到在他(她)身上所發生的一些改變，了解接近死亡的身體變化，可讓我們提早心理準備，幫助我們在這段時間陪伴我們所愛的人，茲分段敘述如下：

1. 意識改變：

身體功能逐漸衰退，顯得虛弱昏沉，許多病人會逐漸無法走路、言語減少、無法自行翻身，甚至連睜開眼睛的力氣都沒有，可能像初生嬰兒一樣，大多數時間都在睡覺，不易喚醒，這是因為身體代謝改變造成的現象。

➤ 我們可以做的事

此時家人的陪伴很重要，如果病人同一個姿勢躺久了超過 2-3 小時，可以協助病人翻身，或是按摩。聽力是最後消失的知覺，經常與病人保持對話，或放病人喜歡聽的音樂，讓病人感受到家人的愛與關心。

2. 幻覺與躁動

有時我們會發現病人對時間、地點、人或物會辨識困難或產生混淆，甚至可能出現不安或躁動現象，例如：無意識的拉扯床單，看到已過世的親人，或有時會一下子坐起來，又一下子要躺下、或大聲叫喊、雙手在空中揮動，這常是因為大腦功能變差，造成病人定向力與辨識能力降低。

➤ 我們可以做的事

時常提醒病人時間與所處地點，握著病人手，告訴病人您是誰。如病人訴說看到過世親人，宜專心聆聽，不去否認或贊同。提供病人習慣聽的輕柔音樂及柔和燈光，可讓病人感到自在舒服而可能安定一些。當病人意識不清、躁動時，最好使用床單/棉被圍住床欄，避免病人碰撞瘀傷。

3. 出現喉嚨呼嚕聲或呼吸型態改變

當咽喉肌肉吞嚥功能變差，口水等分泌物會聚集在咽喉深部，而聽到隨呼吸而產生的喉嚨呼嚕

音，即所謂的“瀕死嘎嘎聲”，這聲音並不會造成病人不舒服。抽痰常無法改善此現象，甚至因抽痰而出血。有時病人會出現呼吸不規律、速度淺快、合併張口呼吸、或間歇出現呼吸暫停數十秒的現象，這是呼吸中樞退化衰竭的一個重要徵象。

➤ 我們可以做的事

當出現“瀕死嘎嘎音”，可抬高床頭或翻身側臥，有時可以使呼吸聲音較小些。如口腔有黏液或痰可用口腔海綿棒將口腔黏液與痰清出，此時抽痰常會增加病人不舒服。如果口腔乾燥，可予開水潤唇，或是使用口腔海棉棒經常給予口腔清潔與潤濕。

4. 進食量下降及吞嚥困難

因循環變慢，腸胃系統功能下降，導致消化變慢，大多病人不會感覺肚子餓，也不想吃東西，當病人體力更虛弱時，會發現病人吃東西容易噎到及吞嚥困難。

➤ 我們可以做的事

如果發現病人不想吃東西、也不想喝水，表示病人已經慢慢失去吞嚥與吸收的能力，此時可依著病人的狀況，此時強迫病人進食，只會讓病人更不舒服，主要保持病人的口唇濕潤即可。

5. 尿液減少或排尿困難

腎臟功能逐漸退化，尿量會慢慢減少，尿液顏色會變深，有時可能一天只排尿 1 到 2 次等，甚至有時會出現無法排尿，或大小便失禁的情形。

➤ 我們可以做的事

可放置看護墊或紙尿褲，維持病人舒適，若病人出現尿液減少，可請醫護人員評估是否為膀胱過度漲滿、尿液滯留，如有需要會放置導尿管。

6. 末梢循環變差及血壓下降

因血液循環變慢，血壓慢慢下降，手腳逐漸冰冷、末梢呈青藍色，有時皮膚會有濕冷的情形，手部脈搏會變弱或摸不到。

➤ 我們可以做的事

保持皮膚清潔，可用乾毛巾將冒冷汗處擦乾，並維持舒適的擺位，四肢冰冷，可用毛毯或穿襪子保暖，有時也可以協助病人在床上用溫熱水泡腳、泡手，使四肢溫暖。

7. 疼痛加劇或減緩

當死亡臨近時，疼痛和不舒服的感覺可能加劇或減緩，此時需注意調整疼痛控制藥物，當病人無

法口服時，必須改用止痛貼片或注射針劑減少身體不適。

➤ **我們可以做的事**

因意識改變，體力虛弱，表達困難，此時需觀察病人的身體非語言變化，是否皺眉、不安或是發出呻吟聲，可請醫療人員進一步評估，排除其他問題，確認是否疼痛，給予藥物或非藥物(舒適護理)，緩解疼痛不適。

二、當臨終時刻到來時，您將會見到下列現象，表示病人已經死亡

- ☆ 吐出最後一口氣後不再呼吸。
- ☆ 脈搏停止，頸動脈搏動亦停止。
- ☆ 眼皮放鬆且微微的張開。
- ☆ 頷關節鬆弛，嘴巴微張。

