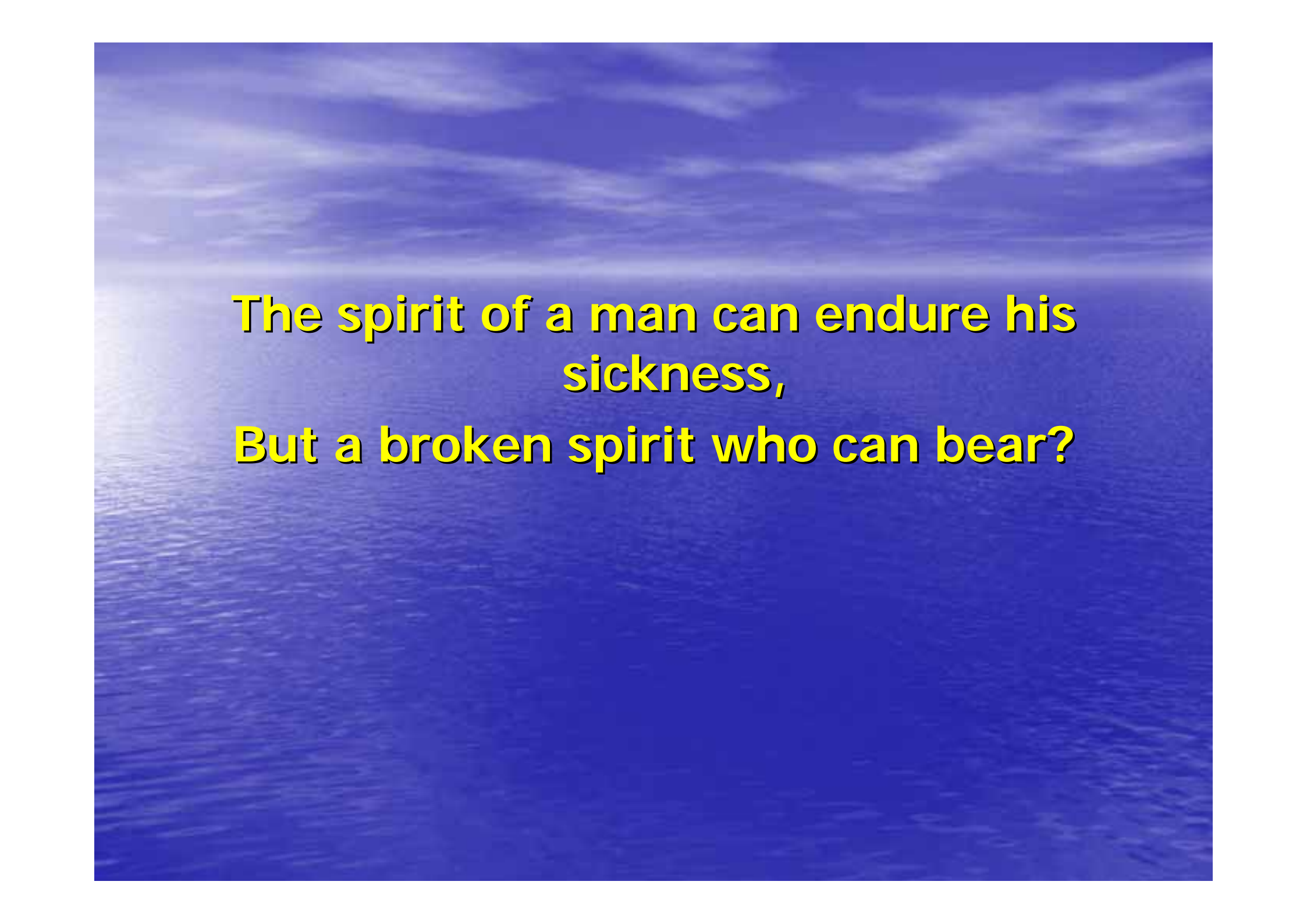





# 病人的心路歷程



**The spirit of a man can endure his  
sickness,  
But a broken spirit who can bear?**



喜樂的心乃是良藥  
憂傷的靈使骨枯乾



# 面對階段

# 階段 - 不信及否定

- 「不會是我」 「醫生看錯了」 「我邊有那麼嚴重」
- 自我保護
- 家人 - 了解逃避的對象、時期及方法
- 病者 - 承擔生活上對自己的責任
  - 保持積極樂觀的決心

# 階段 - 憤怒

- 「為甚麼是我？」
- 認知到現實, 但不能逆轉
- 對象可能是家人、醫生、上天
- 感到不公平及氣餒, 甚至是妒忌
- 家人 - 明白及遷就
- 病者 - 適當宣洩情緒
  - 轉移注意力

# 階段 - 討價

- 「我是病了 ... 但是 ...」
- 漸漸接受到患病的事實, 仍爭取條件
- 幫助患者減低失控感

# 階段 - 接受

- 從「為何」到「如何」
- 接受「失去」
- 坦誠面對現實、病情及情緒
- 決心適應
- 尋找意義



# 面對失落

- 失去體力、健康、自由
- 自我形象及外表的改變
- 對「性」的觀感及興趣

# 角式轉移

- 從自主獨立到需要幫助
- 接受人生不同階段角式不同
- 家人 - 可多給予空間讓病患者作決定
  - 多給予鼓勵和接納

# 階段 - 接受

- 從「為何」到「如何」
- 接受「失去」「角色轉移」
- 坦誠面對現實、病情及情緒
- 決心適應
- 尋找意義

# 壓力

- 對病情的疑問
- 如何告訴家人
- 對經濟的擔心
- 面對身痛

# 以溝通來面對壓力

- 與醫務人員溝通
- 與家人／朋友溝通
- 與自己作正面的溝通
- 與信仰接觸、與神溝通

# 焦慮

- 身體反應
- 對將來的未知數
- 無助感

# 以行動來面對焦慮

- 多了解病情, 提高掌握
- 學習新方法處理緊張
- 主動找支持
- 建立新意義

# 希望

- 新藥的發展
- 延長壽命
- 完全康復
- 短期的小希望