

# 人生最后一段路 ——理解临终过程

## 临终亲人的家庭和看护者指南

濒临死亡是生命的一个正常阶段，每个人的经历都各不相同。死亡通常是一个渐进的平和过程，一些常见变化会预示着生命即将走到尽头。了解临终过程有助于减轻患者家属在这段时间内的焦虑不安。

### 不再进食及喝水

患者通常对饮食不再感兴趣，因为身体已适应液体摄入量减少的状态。在病人仍可吞咽时给予几小口水或让其吸吮碎冰块，这有助于安抚患者。

### 意识改变

随着病人身体的逐渐衰弱，患者可能会嗜睡，然后逐渐丧失意识。

### 呼吸变化

呼吸节律可能会改变，可能会有或短或长的呼吸暂停现象。有时患者会从喉咙发出“咯咯”的声音，这是正常现象，不会对其造成不适。这时改变体位可能会有所帮助。

### 大小便失禁

如果患者出现大小便失禁的情况，可以使用尿垫，有时插入导尿管也会有所帮助。

### 意识模糊，躁动加剧

患者可能会烦躁不安，胡言乱语，意识混乱。可以握着患者的手，平静温柔地说话会为其带来安全感。如果病人出现不适，药物可能会有所帮助。

### 肤色/体温改变

您可能会注意到其四肢变得湿冷，肤色变得斑驳暗沉。这并不意味着病人会觉得冷。体温改变（升高/下降）也是正常现象。

### 如何判断亲人已经死亡？

- 呼吸停止。
- 心跳或脉搏消失。
- 对触摸或大声讲话无反应。
- 目光固定，瞳孔放大，眼睛无法闭上。
- 下颌松弛，嘴张开。

### 亲人死亡后您该怎么做？

- 在这个特殊时刻，您可能希望坐下来陪伴亲人一段时间。因此您不需要急着做任何事。
- 最好记录下死亡时间。
- 您可以在亲人头下垫个扁枕头，让其躺平。
- 联系护士。如果亲人在夜间死亡，可以等到第二天早晨再联系。
- 联系亲人的家庭医生，家庭医生会到场确认死亡并开具死亡证明。

**您可能需要将消息告知给其他人，请家人或朋友帮助您完成这项工作。**

如欲联系殡仪馆，请访问该网址查找。

[www.fdanz.co.nz/fdanz-funeral-directors](http://www.fdanz.co.nz/fdanz-funeral-directors)

您也可以访问内务部网站以了解其他有用信息。

[www.endoflife.services.govt.nz](http://www.endoflife.services.govt.nz)