慈怀通讯

2019年12月 - 2020年02月 • MCI (P) 051/10/2019

晚期照顾计划的六大事项

超越终点

今生无憾

特附：
看护者贴士

SINGAPORE HOSPICE COUNCIL

“活得精彩，走得自在”
- 艺心一意

现在开始进行晚期照顾计划的对话比以往任何时候更重要，
即使是在年轻的时候。

配合世界慈怀疗护日，新加坡慈怀理事会星期六（2019年10月5日）在乌节连路 *SCAPE举办了“艺心一意”（Voices of my HeART）社区外展活动，透过创意艺术提升年轻人对慈怀疗护的意识和看护者资源的认识。将近700位访客到场参与了这次的活动，也欣赏了演奏台上的精彩歌舞表演。参与的成员组织和合作伙伴，在现场设立了互动展位，以有趣的方式与访客分享了关于慈怀疗护的知识。这也是新加坡慈怀理事会首次与虚拟现实体验的Mind Palace合作，利用虚拟世界把访客带进慈怀病院，加深访客对慈怀病院的了解。现场也展示了摄影师，Ngoh Shian Bang先生的纪录照片作品，通过照片让访客增加对社区医院治疗师工作的认识。

继《阿拉伯的劳伦斯》与《我的酷阿嫲》之后，新加坡慈怀理事会也借此活动发布了“生命书籍”系列的最后一部，《我的守护天使》。故事围绕着一位20岁的少年游戏玩家Zach如何在他的慈怀疗护专科医生Jane的持续支持下与癌症病魔奋斗。此书籍现已推出四种语言版本，供公众下载。（https://singaporehospice.org.sg/lifebook/）

讨论和规划晚期照顾事宜具有挑战性。年轻人尤其很少讨论这个话题。许多人往往不确定该从何处下手，或在与亲人讨论这个话题时犹豫不决。通过此活动，新加坡慈怀理事会希望提高公众对慈怀疗护的意识，并鼓励年轻人与父母和祖父母一起参与预先护理计划。死亡是不可避免的；我们虽不能决定何时离开，但能选择如何离开。

从左上方顺时针方向：陈瑞彪主持人；MADDspace表演艺术学校；佛教慈济慈善事业基金会（新加坡）；Urban Terrain Groovers舞蹈组合；托福园宝石歌舞合唱团；叶玉梭

文字和照片：新加坡慈怀理事会

#艺心一意 #活得精彩走得自在 #新加坡慈怀理事会 #慈怀疗护

晚期照顾计划的六大注意事项

协助患者进行晚期照顾计划的雅西西慈怀病院心理社会支援部门，分享了晚期照顾计划不应该忘记的重要事项以及患者的经历。

每个人的人生故事都是独一无二的。死亡是我们人生故事的一部分，我们可以通过制定晚期照顾计划来选择在页面上书写死亡的方式。为了让自己放心，提前计划事关重要。

正在与患者互动的雅西西慈怀病院心理社会支援部门主任兼首席医疗社工/辅导员白清婉（右）

1

制定预先护理计划

预先护理计划让一个人在面临医疗危机之前就可以表达自己的意愿和护理偏好。与您周围的人讨论这些议题可让他们理解您的目标、价值观和信念，并有助于确保在您丧失为自己做决定的能力时，尊重您的意愿。若是没有这些对话，在决定是否应该以任何方式延续您的生命还是应该关注您的生活质量等问题时，焦虑的家庭成员之间因而产生意见分歧的情况并不少见。这不必是一次性的对话。态度、情绪和喜好可能会因为您的情况，随着时间的流逝而改变。如果发生这种情况，请告知您的亲人，保留一份您的预先护理计划，并为您的亲人/医疗专业人员提供副本。

家庭会议

X先生召开家庭会议，并与他的孩子谈论他的愿望和喜好。他知道自己的病情，不想接受洗肾治疗，尽管这可能会使他感觉好一些。他的儿子对他的决定感到非常不满，但X先生希望儿子知道这是他本身的选择。

改变对心肺复苏术的观点

R先生在心脏病发作后对心肺复苏术的看法有了改变。他早些时候表示他不希望接受心肺复苏术，但最终在心脏病发作后接受了。尽管他在加护病房住了10天，也感到非常疼痛，但他很高兴能活下来，并再次与家人聚在一起。

文字：Angela Yeo，传媒经理
照片：雅西西慈怀病院

2

选择您的发言人

选择您的医疗代理人是非常重要的 - 当您无法为自己做决定时，他将代您做医疗决定。这人应该最能理解和支持您的意愿。他不一定是您最亲密的人，却是您所信任的，并愿意且有能力在您无法做决定时代您做出决定。

3

解决任何未完成事件或遗憾

这可能包括与家人或朋友和解、处理您尚未解决的个人问题，并与对您重要的人告别和表示谢意。

创造美好时刻

S先生说，由于工作缘故，他大部分时间都不在家，因而无法时常陪伴妻子。当他知道自己时日无多，他希望与心爱的妻子共度时光，弥补以前遗失的岁月。他想和她一起创造幸福时刻。夫妻俩结伴到处游览，拍摄美丽的照片。

4

制定您的财务计划

在律师的帮助下立下持久授权书，以委任他人在您去世或丧失能力时代您行事。规划您的资产、遗产、保险、债务和银行帐户，并将资产分配订立遗嘱。如果您有孩子，授权书应包括孩子的监护权。

5

留下遗产

您可以为亲人制作一个记忆盒子，收藏一些笔记、信件、礼物和纪念品。您还可以要求别人在特别的日子里代您送礼。

庆祝里程碑

X先生寻求雅西西慈怀病院护理小组的帮助，为儿子留下字条。我们帮助X先生将信息书写在手工制作的卡片上，密封并交给他的家人。X 先生希望儿子能在他离世后，在人生中的重要时刻，如- 21岁生日、毕业典礼和婚礼上阅读这些卡片。

6

准备死亡前后的安排

让您的家人知道您想要怎样的葬礼，以及您可能有的特别指示。您可以按照自己的信仰和文化与喜好来安排葬礼。例如，您可以选择要朗读的诗歌或要播放的音乐。对于火化或土葬、安置骨灰和追悼会方面的安排都要表明您的偏好。

畅饮啤酒庆祝

Z先生热爱聚会，通常都与朋友欢度周末。他告诉妻子，在他去世后，不要举行严肃的葬礼，反而希望采取庆祝的方式。他指示妻子要准备啤酒冰箱，为参加追悼会的朋友免费提供啤酒。

今生无憾

托福园常驻医生何锡优医生谈规划和准备晚期照顾和居家慈怀护理的重要性。

晚期护理的计划和准备应何时开始？提早开始重要吗？
当被诊断患有绝症时，病友及其亲人在试图适应面对坏消息的当儿，往往会经历各种情绪波动。他们可能对这消息感到震惊或麻木 - 质疑诊断是否正确、疾病是否可以治愈，或者病程是否可以延迟。他们可能会有很多顾虑，或感到非常悲伤和孤独，他们可能还会感到生气，质问疾病是如何发生的，并认为如果以不同的方式做事，或许就会有不同的结果。

当病友或其亲人开始能够承认死亡的可能性时，就可以开始计划和准备晚期护理。感到不知所措时，他们可以向病友的主治医疗团队寻求专业帮助。根据情况，主治医疗团队可转介病友至医院的慈怀疗护团队或社区中的慈怀病院，医疗团队将会尽力并小心地解决眼前的问题。

尽管有了适当的计划和准备，不确定性的因素始终存在。然而，我们还是应该尽早开始晚期护理的对话。

如何计划和准备晚期护理？有哪些选项？
在计划和准备晚期护理时，重要的是采取主动的方式，而不是被动的方式。

虽然大多数人都回避谈论死亡这个话题，但至关重要的是，我们必须通过预先护理计划尽早开始对话。这包括病友向家人坦白诚实地表明自己的治疗偏好，与重要的人生课题，例如死亡的观念及个人信念，分享想法。预先护理计划让您有机会提选一名医疗代理人，并向他说明与记录自己的价值观和未来的医疗愿望。此外，每个人也应该规划自己的财务和法律事务，并考虑制定遗嘱和持久授权书。

慈怀疗护的服务模式包括居家、日间、住院以及咨询服务。日间慈怀疗护服务让白天需要护理的病友在一个安全和有利的环境下，通过日间慈怀疗护中心所举办的休闲娱乐活动和基于治疗的项目，提高病友的生活质量，及鼓励他们的社会参与。这项服务也为看护者提供了喘息的机会。住院服务则注重于让患有绝症的病友在慈怀疗护设施中接受无微不至的慈怀疗护服务。

什么是居家慈怀疗护？
居家慈怀疗护让患有绝症且预断不到12个月的病友能够在自己舒适的家中获得护理和支持。一个由医生、护士、医疗社工和义工所组成的多学科慈怀疗护团队将紧密合作，在病友熟悉的环境中为病友提供身体、情感、心理、社会和灵性方面的支助 。大多数居家慈怀疗护提供24小时全天候服务。

以您身为居家慈怀疗护医生的身份和经验，当考虑在家提供晚期护理时应注意哪些关键事项？
如果您打算在家照顾生命接近晚期的病友，那您需要考虑一些事项。

家庭成员应权衡各种慈怀疗护选项，并在考虑病友的症状和护理水平需求的情况下，选择一个不仅有利于病友，也有益于家庭的决定。

“

尽管有了适当的计划和准备，
不确定性始终存在。然而，
尽早开始晚期照顾对话总是好的”

文字/照片：何锡优医生，托福园常驻医生

托福园常驻医生何锡优（居家慈怀疗护）

此外，请确保是否有看护者可以全天候照顾病友的需求。尽管大多数的居家慈怀疗护服务业者都提供24小时全天候服务，但医疗护理团队并非时刻陪伴在病友身边。对于需要他人从旁协助日常生活活动（例如饮食、更衣、洗澡和散步）的病友而言，在家中有看护者是必不可少的。

根据看护者的护理能力，可以评估和进所需的培训需求，以确保病友在家中得到更好的照顾。必要时，居家护理团队还可以提供有关护理的提示和建议。护联中心也提供看护者培训课程。

如果病友住在医院，在接受居家慈怀疗护的服务之前，重要的是与其医疗团队讨论，了解病友是否需要特殊的医疗或辅助设备（例如，带有减压床垫的医院病床、氧气浓缩器、座椅式便桶、助行器和/或轮椅），以便进行必要的安排。

如何申请居家慈怀疗护？
要在新加坡申请居家慈怀疗护，必须将医院或综合诊所医生或全科医生/家庭医生的转介信送至护联中心。医生必须证明病友患有晚期和渐进性疾病，例如晚期癌症和不治之症、晚期心脏病、肾或肝功能衰竭、严重的慢性肺部疾病或晚期痴呆或退行性神经疾病，以进行申请和处理。

居家慈怀疗护的费用是多少？有津贴吗？
大多数居家慈怀疗护服务不收取探访费，但某些不受津贴的物品可能要收费，也有一些专门的家庭护理计划是通过共付额收费。

申请居家慈怀疗护的政府津贴必须接受支付能力调查。津贴数额是根据家庭人均月收而定。

当病友无法继续在家中接受护理时会怎么样？
如果家庭成员再也无法在家中照顾病友的病情和护理需求，例如因为症状难以控制或看护者感到筋疲力尽，那病友可能需要机构的帮助。此时，居家慈怀疗护医疗团队可以根据病友和看护者的需求，帮忙安排病友转入医院、慈怀病院或疗养院。

面对死亡

通过一位新加坡邱德拔医院的志愿者在提倡晚期照顾规划课题的经验中，显示了我们在这方面的不足，还有许多准备有待完成。

崔先生自2015年以来一直是预先护理计划的倡导者。在成为新加坡邱德拔医院预先护理计划志愿者之前，崔先生在其社会服务职业生涯中，一直从事乐龄服侍工作。他在太和观医院担任个案经理，管理社区中的老年人的期间，首次接触了预先护理计划。在他与老年人进行咨询时，他也会向老年人介绍预先护理计划。现年55岁的崔先生解释说：“在过去，只有医院或一些机构会与老年人进行预先护理计划的讨论。”

后来，预先护理计划被扩展至社区，以向社区里的老年人进行晚期照顾教育。在执行初期，正是像崔先生这样的人，能够为医院和机构之外的老年人提供预先护理计划的认识。尽管自身患有慢性疾病，但崔先生熟悉与老年人打交道及他之前担任过预先护理计划协调员时所获得的知识和经验，使他希望能继续为预先护理计划做出贡献。他因此成为新加坡邱德拔医院的预先护理计划志愿者。

“公众对预先护理计划缺乏认识仍然是一个重大挑战”

从挑战和障碍转为接纳

崔先生每周一从上午10点开始为两个小时的志愿服务做好准备，为穿梭医院走道的众多探访者设立好手推车摊位。他手拿着几本预先护理计划手册，将它们递给过往的公众。如果遇到任何感兴趣的公众，他就会向他们介绍预先护理计划，并澄清他们可能有的任何疑问。他们一旦决定参加预先护理计划讨论，崔先生便记录他们的详细资料，以让预先护理计划协调员安排与他们见面。然而，在志愿服务期间，崔先生表示公众对预先护理计划的认识不足，仍然是导致他们不愿接受此计划的一个挑战。在没有预先护理计划的认识的情况下，许多人根本不知道它的存在，因此也不愿意去询问更多有关资料。

文字和照片：Joy Kang Yue

除了新加坡人的意识程度普遍较低之外，他还指出了有关晚期照顾议题的现有文化障碍和敏感性。他回忆说，“在讨论过程中必须谨慎对待敏感的死亡话题。多数的年长者，如建国一代，都对这些话题感到敏感。您可以感觉到他们不愿意谈论它，甚至（当您尝试与他们讨论此话题时）会感到不高兴。”虽然通常年长者会忌讳死亡的话题，但他也分享说，有时是后者的成年子女拒绝讨论此类话题，并阻止其年迈的父母参与预先护理计划讨论。因此，这些复杂的因素都阻碍了人们对预先护理计划的接受和态度。

进行预先护理计划的好处

崔先生向来能接受讨论晚期照顾课题和人人忌讳的死亡话题。他说：“死亡是生命中唯一确定的事。医生无法给予您任何保证，但唯一可以确定的是，死亡终有一天会到临。”他希望以此心态提出这敏感主题，也鼓励那些对预先护理计划不太了解的人更深入地思考晚期生命。

此外，他还深信并分享了预先护理计划的好处，希望能让更多人知道。这些好处包括让医生在紧急情况下了解您首选的治疗方法，以及减轻您的亲人在代您做出重要医疗决定而面对挑战时的负担。尽管他承认有些人可能很难在死亡前讨论和分享他们的喜好和信念，但他坚决认为，如果一个人能够克服这一障碍，它将大大减轻亲人在危机中可能需要承受的负担。

“事实上，我认为这仍然归结于您是不想让亲人陷入为难的处境的。”他说道。“因此，更早地解释或告知您希望如何管理您的事物，将使您的亲人在处理您的事物时更有掌控。”

需要进一步提高意识

自2009年预先护理计划被引入新加坡以来，它现在已经较为人知，但崔先生希望在未来的岁月中，人们对预先护理计划的心态和接受程度会有所提高。他建议加大宣传力度，并采取更多举措，通过如社区活动之类的平台拉近和提高人们对预先护理计划及其好处的认识。他说：“我希望老年人有更多的参与，但这完全是个人的选择，不能强求。”最后，崔先生认为，首先要提高意识，并解释预先护理计划的基本原理，这对于将信息传递给公众至关重要。

对页：新加坡邱德拔医院的预先护理计划志愿者崔先生
下图：手推车上的预先护理计划手册进驻在新加坡邱德拔医院大厅

2019年全国慈怀疗护质量改进研讨会

重新考虑质量改进

这次全国慈怀疗护质量改进研讨会的高出席率让我们意识到医疗护理人员想更好地满足新加坡人的医疗需求，为慈怀疗护病患做出更大的奉献。

由新加坡慈怀理事会质量改进指导委员会所主办的2019年全国慈怀疗护质量改进研讨会于2019年8月22日至23日在新加坡富丽华河畔酒店举行，来自26个机构及将近200位医疗保健专业人员参加了该次研讨会。

研讨会以“重新考虑质量改进”为主题，重点讨论四个主题：重新考虑质量指标、重新考虑患者安全、重新思考解决问题的方法以及重新思考专业人员在医疗保健系统中的地位。与会者从问答环节和小组讨论会中受益匪浅。

在卫生部老龄规划办公室担任老年护理服务主任的李会胜先生在开幕词中表示，在过去几年，卫生部一直在各机构增加慈怀疗护服务的可及性，尤其着重于居家和日间慈怀护理，以便更好地满足新加坡人和看护者的需求，并将护理范围从医院扩展到社区。李先生保证，新加坡有望在2020年之前达致每年6,000个居家慈怀疗护服务受益者的目标。

李先生还表示，卫生部正在通过提高津贴和保健储蓄提款顶限等来提高慈怀疗护服务的可负担性。除了可及性和可负担性之外，我们还迫切需要提高新加坡慈怀疗护的质量。

（从左至右）Lo Tong Jen医生，Evelyn Leong小姐，Tan Hui Ling兼任副教授，Angel Lee 医生，李会胜先生，David Currow教授，Grace Yang医生，Sylvia Lee小姐，Chee Wai Yee小姐，Yee Choon Meng医生，Patricia Neo医生及Laurence Tan医生。

悉尼科技大学慈怀疗护医学教授David Currow是研讨会的演讲者之一。他分享了澳大利亚在国家级改善医疗保健的最佳实践，例如使用国家指标。在研讨会之前，Currow教授对雅西西慈怀病院和陈笃生医院进行了实地考察，并领导有关症状评估量表使用的讨论会。

质量改善研讨会汇集了国际和新加坡专家，重新组织和规划改善慈怀疗护质量的前进方向。此次有很多可以交流想法并相互学习的机会，以促进最佳实践。许多与会者认为大会提高了他们对质量改进的知识和理解。我们希望这些新见解能够激励与会者们为提供慈怀疗护的各机构做出可持续的改变，以使我们的患者受益。

大会也认识到领导层对于推动可持续改进慈怀疗护质量和患者安全的重要性，因此在研讨会第二天举办了一场讨论会，探讨建设质量改进能力和培养领导者的质量改进文化的挑战和策略。

研讨会在新加坡慈怀理事会主席Angel Lee医生的发言中圆满落幕。她激励我们继续努力改善对患者的护理。新加坡慈怀理事会将继续组织论坛和工作坊，作为共享学习的平台，也希望能够得到慈怀疗护社区各方的持续支持和参与。

文字：全国慈怀疗护质量改进研讨会委员会主席，Lo Tong Jen 医生；
全国慈怀疗护质量改进项目执行人员，Nur Raihan 小姐
照片：新加坡慈怀理事会所提供

新加坡慈怀理事会成员

Assisi Hospice 雅西西慈怀病院
832 Thomson Road, S(574627)
T: 6832 2650 F: 6253 5312
www.assisihospice.org.sg
assisi@assisihospice.org.sg

Bright Vision Hospital 观明医院
5 Lorong Napiri, S(547530)
T: 6248 5755 F: 6881 3872
www.bvh.org.sg
enquiries@bvh.org.sg

Buddhist Compassion Relief Tzu Chi Foundation (Singapore) 佛教慈济慈善事业基金会
9 Elias Road, S(519937)
T: 6582 9958 F: 6582 9952
www.tzuchi.org.sg/en

Dover Park Hospice 托福园
10 Jalan Tan Tock Seng, S(308436)
T: 6500 7272 F: 6258 9007
www.doverpark.org.sg
info@doverpark.org.sg

HCA Hospice Care HCA慈怀护理
705 Serangoon Road, Block A #03-01
@Kwong Wai Shiu Hospital, S(328127)
T: 6251 2561 F: 6291 1076
www.hca.org.sg
contactus@hcahospicecare.org.sg

Metta Hospice Care 慈光安宁居家护理中心
32 Simei Street 1,
Metta Building, S(529950)
T: 6580 4695 F: 6787 7542
www.metta.org.sg
hhospice@metta.org.sg

MWS Home Hospice MWS居家慈怀疗护
2 Kallang Avenue,
CT Hub #08-14, S(339407)
T: 6435 0270 F: 6435 0274
www.mws.sg
MWShh@mws.sg

Singapore Cancer Society 新加坡防癌护理中心
15 Enggor Street, #04-01,
Realty Centre, S(079716)
T: 1800 727 3333
www.singaporecancersociety.org.sg
hospice@singaporecancersociety.org.sg

St Andrew's Community Hospital 圣安德烈社区医院
8 Simei Street 3, S(529895)
T: 6586 1000
www.sach.org.sg
general@sach.org.sg

St Joseph's Home 圣若瑟护理之家
36 Jurong West St 24, S(648141)
T: 6268 0482 F: 6268 4787
www.stjh.org.sg
general@stjh.org.sg

St Luke's Hospital 圣路加医院
2 Bukit Batok Street 11, S(659674)
T: 6563 2281 F: 6561 8205
www.slh.org.sg
referral@stluke.org.sg

Tsao Foundation 曹氏基金会
298 Tiong Bahru Road
Central Plaza, #15-01/06,
S(168730)
T: 6593 9500 F:6593 9505
tsaofoundation.org
info@tsaofoundation.org

Changi General Hospital 樟宜综合医院
2 Simei Street 3, S(529889)
T: 6788 8833 F: 6788 0933
www.cgh.com.sg

Khoo Teck Puat Hospital 新加坡邱德拔医院
90 Yishun Central, S(768828)
T: 6555 8000 F: 6602 3700
www.ktph.com.sg

KK Women's and Children's Hospital 竹脚妇幼医院
100 Bukit Timah Road, S(229899)
T: 6225 5554 F: 6293 7933
www.kkh.com.sg

Ng Teng Fong General Hospital 黄廷芳综合医院
1 Jurong East Street 21, S(609606)
T: 6716 2000 F: 6716 5500
www.ntfgh.com.sg
enquiries@juronghealth.com.sg

National Cancer Centre Singapore 新加坡国立癌症中心
11 Hospital Drive, S(169610)
T: 6436 8000 F: 6225 6283
www.nccs.com.sg

Tan Tock Seng Hospital 陈笃生医院
11 Jalan Tan Tock Seng, S(308433)
T: 6256 6011
www.ttsh.com.sg

Woodlands Health Campus 兀兰医疗保健园
9 Maxwell Road,
MND Complex Annex A,
#03-01A, S(069112)
T: 6681 5999
www.whc.sg

Lien Centre for Palliative Care 连氏慈怀研究中心
Duke-NUS
Medical School Singapore
8 College Road, Level 4, S(169857)
T: 6601 2034 / 6601 7424 [Education]
T: 6601 5113 [Research]
www.duke-nus.edu.sg/lcpc

看护者贴士

周雪莲医生
新加坡国立癌症中心顾问医生

有些人选择对亲人隐瞒严重的诊断结果，以免他们受到负面思想和情绪的影响。虽然这么做可以使您的亲人不必面对艰难的现实，但这也阻止他们为死亡做好准备。

您可能会问：“为死亡做好准备会比让我们的亲人能无后顾之忧地生活着更为重要吗？”

试想一想：您越来越虚弱，也正在接受各种医学检查、医疗程序和住院治疗，然而周围的每个人都说您“一都没事”。但事实上，您不觉得没事。甚至连医生也只和您的家人谈话，不与您对话。当您知道病况变得严重不堪时，您已经没有力量或时间解决其他事项及修复一些关系。

尽管亲属通常出于爱而向患者隐瞒病情，但它也剥夺了患者自我控制的尊严和尊重。以下是有关如何开始与亲人谈论他们的疾病的一些技巧。

#1：‘您认为您的病很严重吗？’
大多数患者都能根据身体情况知道疾病的严重程度。如果他们知道自己病情很严重，您可以进一步与患者探讨他们为什么会这样认为。通过毫无保留的支持来回应他们的分享，以让患者感到放心：‘无论病情是否严重，我们都会陪伴着你。’

#2：试想一想：如果“讨论主题已被关闭”，患者还能与谁交心？
除了被隐瞒病情之外，患者还经常被鼓励要保持乐观和不要“想太多”，因为“一切都没事”。但是，这常常使他们感到孤立无助，没有渠道来表达自己的担忧和恐惧。其实，当身体变得越来越虚弱却不知原由，可能比知道实际病况更令人恐惧。

活动一览

新加坡防癌协会
– TalkMed Relay For Life 2020
日期： 2020年2月15日至16日
(星期六至日)
时间:下午6点（2020年2月15日）
至早上9点（2020年2月16日)
地点: 国家体育馆，新加坡体育中心
报名方式: https://scsrelayforlife.sg/
(报名截止日期为2020年1月24日)

以团队或个人形式报名参加，在跑道上通宵达旦接力步行或跑步，传达“抗癌不孤单”和“防癌不休”的信息。活动亮点包括现场表演、健身操和嘉年华活动。这项为时15小时的通宵活动旨在庆祝癌症幸存者和看护者，和缅怀已经离世的抗癌勇士，为生命接力。

编委会

编辑	龚敬怡
副编辑	许美燕
翻译	贺杰仪
雅西西慈怀病院	杨雪慧
观明医院	Muhammad Azhar bin Abdul Rahim
佛教慈济慈善事业基金会	慈济编辑组
樟宜综合医院	王丽云
托福园	吴燕妮
HCA慈怀护理	杜玮诗
新加坡邱德拔医院	王敏利
连氏慈怀研究中心	吴秀凤
慈光安宁居家护理中心	林华香
MWS居家慈怀疗护	陈欣雅
新加坡防癌协会	Kumudha Panneerchelvam
新加坡慈怀理事会	陈婷
圣安德烈社区医院	白丽君
圣若瑟护理之家	吴雪宁
圣路加医院	蔡慧玲
陈笃生医院	何思贤医生
曹氏基金会	林燕萍
排版	Christian Subrata
印刷	Yung Shung Printrade Pte Ltd

SINGAPORE HOSPICE COUNCIL
Living before Leaving

新加坡慈怀理事会是个代表全国各慈怀疗护机构的理事会。

1 Lorong 2 Toa Payoh #07-00
Braddell House
Singapore 319637
T: 6538 2231
E: secretariat@singaporehospice.org.sg
www.singaporehospice.org.sg

未经新加坡慈怀理事会书面授权许可不得复制、引用、转载或翻印本刊物的任何内容。