

慈怀 通讯

2026年09月 - 2026年11月 • MDDI (P) 014/03/2026



共担照护责任

新加坡慈怀理事会成员

Alexandra Hospital
亚历山大医院
378 Alexandra Road, S(159964)
T: 6908 2222
www.ah.com.sg
contactus@nuhs.edu.sg

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

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

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

Dover Park Hospice
托福园
TTSH Integrated Care Hub
1 Tan Tock Seng Link, S(307382)
T: 6500 7272
www.doverpark.org.sg
info@doverpark.org.sg

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

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

Lien Centre for Palliative Care
连氏慈怀研究中心
Duke-NUS Medical School
8 College Road, S(169857)
T: 6601 1097 / 6601 2034 [Education]
T: 6601 6840 [Research]
www.duke-nus.edu.sg/lcpc

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

MWS Home Care
& Home Hospice
MWS 居家护理及居家慈怀护理
2 Kallang Avenue,
CT Hub #08-14, S(339407)
T: 6435 0270
www.mws.sg
MWShh@mws.sg

National Cancer Centre Singapore
新加坡国立癌症中心
30 Hospital Boulevard, S(168583)
T: 6436 8000
www.nccs.com.sg

National University Cancer Institute, Singapore
新加坡国立大学癌症中心
NUH Medical Centre, Levels 8 to 10
5 Lower Kent Ridge Road, S(119074)
T: 6773 7888
www.ncis.com.sg

National University Hospital
国立大学医院
5 Lower Kent Ridge Rd, Singapore 119074
T: 6908 2222
www.nuh.com.sg

Ng Teng Fong General Hospital
黄廷方综合医院
1 Jurong East Street 21, S(609606)
T: 6908 2222
www.ntfgh.com.sg
contactus@nuhs.edu.sg

OncoCare Cancer Centre
安康医疗癌症中心
6 Napier Road, #02-17/18/19
Gleneagles Medical Centre, S(258499)
T: 6733 7890
www.oncocare.sg

The Palliative Care Centre
for Excellence in Research and Education (PaIC)
慈怀护理研究与培训中心 (PaIC)
PaIC c/o Dover Park Hospice
TTSH Integrated Care Hub
1 Tan Tock Seng Link, S(307382)
T: 6500 7269
www.palc.org.sg
enquiries@palc.org.sg

Ren Ci Hospital
仁慈医院
71 Irrawaddy Road, S(329562)
T: 6385 0288 F: 6358 0900
www.renci.org.sg
renci@renci.org.sg

Sengkang General Hospital
盛港综合医院
110 Sengkang East Way, S(544886)
T: 6930 6000
www.skh.com.sg

Singapore Cancer Society
新加坡防癌协会
30 Hospital Boulevard
NCCS Building #16-02, S(168583)
T: 1800 727 3333
www.singaporecancersociety.org.sg
hospice@singaporecancersociety.org.sg

Singapore General Hospital
新加坡中央医院
Department of Internal Medicine,
Outram Road, S(169608)
T: 6222 3322
www.sgh.com.sg
sghfeedback@sgh.com.sg

SingHealth Community Hospitals
(Outram Community Hospital, Sengkang Community Hospital)
新保集团社区医院
(欧南园社区医院、盛港社区医院)
10 Hospital Boulevard, S(168582)
T: 6970 3000
www.singhealth.com.sg/SCH

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
圣若瑟之家
36 Jurong West St 24, S(648141)
T: 6268 0482
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
www.slh.org.sg
general@stluke.org.sg

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

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

Woodlands Health
兀兰医疗集团
17 Woodlands Drive 17, S(737628)
T: 6383 3000
www.wh.com.sg
enquiry@wh.com.sg

执行董事心语

我小时候就住在甘榜，直到十几岁才搬离。八岁那年，阿嬷在家中安详离世。那时的我还太小，不太明白发生了什么事。整个甘榜的人都主动前来帮忙，陪伴父亲和叔叔布置灵堂和筹备七天的丧礼。

邻居阿洪叔负责打点丧礼的礼仪和仪式，村里的妇女帮忙准备食物，照顾前来吊唁的亲友和访客；男人们则负责安排后勤，包括出殡路线、灵堂的照明和帐篷等事宜。就连学校食堂卖面的阿姨也关心地问候我。我还记得，我告诉她，阿嬷以后再也不能替我绑辫子了。

那是我心目中甘榜最美好的模样——整个社区一起送别一位长者，也陪伴和扶持失去亲人的家属。回首往事，我深深感恩，当时有整个甘榜陪着我们一家走过那段艰难的日子。

没有任何一个家庭，应该独自面对这样的旅程。爱，固然是照顾家人的起点，却不足以独自承担一切。照顾亲人需要投入时间、知识、情绪上的韧性，也要获得实际的支援。当责任有人分担、帮助无需等到开口请求、关怀成为大家共同实践的行动时，照顾的重担便会轻一点。



这正是本期主题——“Sharing the Care（共担照护责任）”——对我的意义。

去年，新加坡共有超过26,000人离世。如今，我们已迈入“超高龄社会”，也就是说，每五个人当中，就有一位年满65岁。除了活得健康、老得安然，我们更应努力成为一个让每个人都能够有尊严地走完人生最后一程的社会。善终，不应只是理想，而应成为每个人都能实现的愿景。

医生和护士提供临床照护；医务社工关注患者及家属的心理、社会和家庭关系需要；治疗师及心灵关怀人员照顾

身体和心灵层面的需要；而我们每一个人，也都可以自己的岗位和生活中贡献一份力量。这应该成为我们社会文化的一部分。

共担照护，并不是要求每个人都承担所有事情。有时候，只是主动关心一下邻居；有时候，是让照顾者能暂时歇息几个小时；有时候，仅仅是安静地倾听，而不是急着替对方解决所有问题。

本期《慈怀通讯》将带大家看见，在慈怀护理医疗生态圈中，人们如何以不同方式共同承担照护。希望透过这些故事，您会看见：每一段生命旅程的背后，都有一群人，日复一日，以善意、担当与慈悲，默默陪伴同行。

没有人能够独自完成这一切。但只要我们携手同行，就能共同建立一个这样的社会，让每一位面对生命受限疾病的人，都被关怀环绕；让每一位照顾者，都感受到支持；让每一个社区，都真正把同理与关怀实践在日常，而不仅仅停留在口号。

感谢您与我们同行。

敬祝安好
新加坡慈怀理事会执行董事
沈美霞

內容

2 新加坡慈怀理事会成员

3 执行董事心语

4 护理之路心连心

6 照护共担：让照护在不同场所延续

9 与重症患者同行

10 共同守护记忆与思念

12 一生的印记，永留心间

14 陪伴，是最珍贵的礼物

16 托付于安心之手

18 分担照护重担

20 让慈怀护理转介更快捷、更简便

欢迎乐捐

新加坡慈怀理事会致力于改善重症病患及其家属的生活品质。请与我们携手，让人人都能获得慈怀护理。
*捐款50元以上能享有250%税额减免。

关于封面作品

竹脚妇幼医院儿童画作集

从左上方起顺时针：《Robin and Archie——无忧无虑的表兄弟》，已故15岁少女 Manami Thom 的作品《草丛中的老虎》；7岁泓毅的作品《有幸拥有一份照亮至暗时刻的情谊》；已故14岁少年 Elijah 的作品《我走过的路》。

护理之路心连心

最新消息和亮点

认识团队

慈怀疗护与支持性照护服务副处长
SHARON HARVINDER KAUR DHILLON 医生

新保集团社区医院

作为一名社区医院医生，在照顾慈怀疗护病人时，您的职责是什么？

我主要在院内慈怀疗护病房，为患有严重生命受限疾病的病人提供日常医疗照护。我的职责包括缓解他们不适的症状、了解每位病人最重视的事情，

并陪伴家属面对艰难的医疗决定和失去至亲的过程。

社区医院不同专业团队如何携手支持慈怀疗护病人？

我们的跨专业慈怀疗护团队包括医生、护士、治疗师、社工、营养师及药剂师，定期召

开会议，在充分了解每位病人的需要和优先关注事项后，共同制定协调一致的照护计划。除了院内安宁病房，我们也与社区医院其他医疗团队紧密合作，以支持病人在护理需求发生变化时能获得相应的照护。



ASK ME
ANYTHING
你问我答

SHARON HARVINDER
KAUR DHILLON 医生

为什么社区医院对慈怀疗护病人如此重要？

社区医院是连接急症医院与居家照护的重要桥梁，让病人在支持性的环境中继续接受医疗照护、症状管理，以及在适当情况下接受复健。这也为医疗团队、病人及家属提供机会，随着病情发

展，共同讨论病人最重视的事情，以及他们期望接受的照护方式。

对于有慈怀疗护需要的病人来说，社区医院与急症医院有什么不同？

急症医院主要负责诊断和治疗急性疾病；社区医院则更着重于病人照护旅程的下一阶段，包括尽可能维持身体功能、缓解症状、支持康复或适应病情，并协助规划未来的照护安排。

哪些病人适合入住社区医院？应如何转介？

社区医院主要照顾病情已经稳定、无需继续留在急症医院接受治疗，

但仍需要持续医疗、护理或复健服务的病人。一般须由医生转介，当中大多数是由急症医院医生安排转介至社区医院。

当病人离世时，您如何面对和安放自己的情绪？

每一位病人都会在我心中留下深刻的印记。我从一群既明白这份工作的意义，也理解它所承载情感重量的同事身上获得力量。我们会坦诚交流、彼此分享感受和经历，为情绪留出空间。我们也相信，即使无法改变生命的结局，仍然可以用关怀与爱，改变一个人走过人生最后一段旅程的体验。

跃入慈怀疗护新篇章2026

参与者与合作伙伴再度响应号召，参加新加坡慈怀理事会一年一度的蹦极筹款活动“跃入慈怀疗护新篇章2026”（Leap for Hospices 2026），以实际行动支持慈怀服务与慈怀疗护。

迈入第三届的“跃入慈怀疗护新篇章”蹦极筹款活动，再次号召参与者纵身一跃，支持新加坡慈怀理事会提高公众对慈怀疗护的认识，并为相关工作筹募善款。

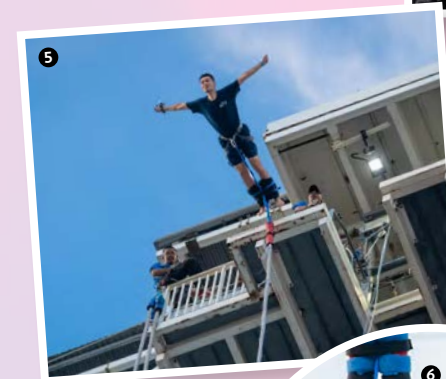
现年60岁的Paul Low再度参加蹦极，为心系的慈善事业勇敢一跃，印证了勇气与关爱不受年龄限制。在20多名捐款者的支持下，他筹得超过5000元，超越原定目标，也展现了长期支持者始终如一的承诺——持续号召身边的亲友与社群，一同支持慈怀疗护。

Paul说：“大家慷慨捐款，支持我第二次参加蹦极，让我深受感动。我希望通过这次参与，让大家看到，无论年纪多大，都可以勇敢地作为重要的事挺身而出。”

新加坡慈怀理事会的长期支持者延续了这股无畏精神。BFT Geylang Bahru连续第三年参与活动，今年派出六名蹦极勇士，并以团队形式筹募善款。他们形容，参与这项活动已成为回馈社会、与患者及其家属并肩同行的“一项深具意义的传统”。义安理工学院保健科学学院也再次给予支持，由16名护理系学生一同跃下。

除了经验丰富的参与者，今年也有多名首次参加蹦极的人，迎接人生中最大胆的一跃。Esther Teo便是其中一人，而她决定参加活动，背后有着一段深刻的个人经历。

Esther说：“妈妈抗癌期间，我们一家所获得的支持，对我们意义重大。参加‘跃入慈怀疗护新篇章’，是我回馈社会的方式。我也希望帮助其他家庭，让他们同样获得我们曾有幸感受到的关怀与支持。”



- 1 感谢BFT Geylang Bahru和圣淘沙Skypark一直以来的鼎力支持！
- 2 5 6 为慈怀疗护勇敢一跃！
- 3 义安理工学院保健科学学院的护理系学生，与我们一同参与“跃入慈怀疗护新篇章”慈善蹦极活动，庆祝护士节。
- 4 纵身一跃后的兴奋与畅快！

照护共担： 让照护在不同场所延续

通过为养老院职员提供慈怀疗护培训，即使住户的病情恶化，也无须送院治疗，让他们能在熟悉的环境中持续获得照护。

养老院一名住户的呼吸出现了变化。家属坚持要把她送往医院，养老院的护士却认为没有这个必要。经过培训和实践，她们知道自己有能力应对这种情况。另一个晚上，面对另一个病例，护士拨打了夜间值班热线。短短几分钟内，值班临床团队便接通电话，并会在情况需要时亲自到场提供支援。

过去，住户病情一旦恶化，送院几乎是惯常做法：召救护车，送到急诊部。住户往往得躺在转运床上，在观察病房等上一天或更久，只为接受一些令他们害怕、甚至从一开始就不愿接受的检查。有些住户被送回养老院时，除了经历一趟折腾，几乎没有得到多少实际帮助。最糟糕的是，有些人甚至没能撑过转送过程。

为了应对这类情况，樟宜综合医院于2015年推出EAGLEcare计划，全称为“提升东部地区预先护理计划、老年护理及临终护理”（Enhancing Advance Care Planning, Geriatric Care and End-of-Life Care in the Eastern Region）。计划的核心是提升养老院职员的能力，让他们可以自行应对某些情况，包括识别住户是否已步入生命最后几个月、控制症状，以及在危



机发生前，与家属展开艰难但必要的对话。同时，计划也会在有需要时，及时提供专科支援。

改变送院的惯常做法

新加坡养老院的住户人数不断增加，身体也越来越虚弱，健康需求更加复杂。在生命终章住院会带来一定风险，包括感觉混乱、身体迅速衰退，以及所接受的护理未必符合住户的意愿。

然而，多年来，养老院住户在生命临近终点时，送院治疗一直是惯常做法。这并不是因为送院对他们最好，而是因为几乎没有其他选择。

EAGLEcare计划与新加坡东部的养老院及全科医生合作，希望改变这种惯常

做法。与其把住户送往其他地方接受照护，计划着重提升养老院的护理能力，让住户可以在自己已经熟悉的居所继续获得照顾，并在需要时得到临床支援。

EAGLEcare团队通过多种方式落实这项目标。团队采用一套筛查工具，结合生命受限疾病的相关指标，以及预期寿命为一年或以下的判断，识别可能已步入生命最后一年的住户。

团队也协助住户及家属展开预先护理计划（Advance Care Planning，简称ACP）对话，帮助他们拟定一份反映个人治疗意愿的首选护理计划（Preferred Plan of Care，简称PPC），而不是一遇到状况便把住户送院。

与此同时，团队也培训养老院职员识

别病情恶化的迹象、控制症状，并逐步建立信心，最终能够独立处理大部分相关工作。

白天，住户由EAGLEcare团队和养老院的全科医生照护。非办公时间则由EAGLEcare的合作伙伴——圣安德烈社区医院的Violet计划提供支援。Violet计划是一项综合慈怀疗护服务，为病情晚期患者提供全天候支援。

培养下一批照护者

樟宜综合医院社区护理高级护士杨亭亭仍记得，刚开始支援一家新加入计划的养老院时，工作有多么紧张。

养老院护士会在星期六打电话求助，因为她们不知道还能向谁寻求帮助。由于院内职员尚未有足够信心独自与悲痛的家属沟通，她也会陪同他们一起展开这些对话。

不少养老院护士过去几乎没有接触过慈怀疗护。亭亭忆述，以前常在电话中听到护士焦急地问：“住户呼吸困难，我要怎么处理？分泌物又该怎么处理？我应该找谁帮忙？”而接听这些求助电话，只是工作的一部分。

EAGLEcare团队经常往返不同养老院，在病床旁进行指导、检讨病例，并针对各种护理工作培训职员，包括症状控制、伤口敷料处理，以及如何与家属展开艰难的对话。

养老院护士接受培训后，能够预先判断常见的临终症状、提前准备药物，并在住户病情恶化时有信心地作出应对。计划也开办课程，内容涵盖沟通技巧及慈怀疗护中的常见病况等课题。

随着时间过去，支援工作的紧张程度逐渐缓和。养老院职员的信心增强，求助电话也越来越少。

亭亭说：“她们确实已经成长为能够妥善控制症状，并能以审慎、勇敢且专业的态度，与家属谈论死亡和临终课题的护理人员。”

EAGLEcare目前与10家养老院合作，分别是救世军安乐之家

（Peacehaven）、崇仁致善和谐院（Apex Harmony Lodge）、旺年护理之家、三家职总保健合作社疗养院、狮子乐龄之家、星洲德教病老院（Moral Home for the Aged Sick）、宜康疗养院（东海岸上段），以及众圣之家（淡滨尼）。

截至2026年7月，EAGLEcare已培训1,984名养老院职员，为2,494名住户进行筛查，并正式让其中1,217人加入计划。

亭亭补充说：“当所有人都以同一目标照护一名住户时，我们就更有可能尊重并实现患者及家属的意愿。”

学习陪伴住户走到最后

早年，在加入EAGLEcare计划之前，星洲德教病老院每星期只有医生短暂到访一两次。晚上11时过后，职员更是无人可以联系求助。

助理护士长Valerie Cabotaje记得，养老院刚加入计划时，职员都感到有些迟疑。由于大家不熟悉计划的医生，也不确定新的合作关系会如何运作，难免有所顾虑。

随着时间过去，养老院获得医疗支援的渠道逐渐改善。更重要的是，职员开始以不同的角度，看待自己在照护临终住户方面所扮演的角色。计划推行初期，护士往往会被悲伤的情绪淹没。有些护士照顾同一名住户超过十年，甚至单凭声音就能认出对方。彼此深厚的感情，有时让她们难以在同理心与个人情绪之间取得平衡。

Valerie说：“我们和住户的感情非常深。有时发现住户即将离世，我们得先走出房间，因为我们往往会比家属更早哭出来。”

有关哀伤与丧亲辅导的培训，帮助职员在住户生命最后一刻仍能留在身旁陪伴。后来，养老院还设置了一个私人空间，让家属可以在住户生命最后几小时陪伴左右。

接受培训的不只是护士。医疗护理员和护理助理在住户用餐、洗澡及日常起居时，与他们相处的时间最多，因

此也获教导如何留意细微的变化，例如住户没有动自己最喜欢的食物，或突然拒绝进行过去喜欢的淋浴。

Valerie说，他们成为养老院现场的“耳目”，能够及早发现变化，避免情况演变成危机。

有了这份敏锐度，职员也能更早帮助家属做好心理准备。他们可以识别住户是否已步入生命最后阶段，让亲人有机会陪伴左右，并在他们愿意的情况下，守候住户走完最后一程。

Valerie说：“有机会照顾长期住在养老院、还能亲口告诉我们自己意愿的住户，是一件很有意义的事，也是我们的荣幸。看到他们在没有痛苦的情况下安详离世，我们也感到十分欣慰。”

对Valerie而言，慈怀疗护所需要的不仅是临床知识，还需要勇气、耐心和情感上的支持。这些支持不只给予住户及家属，也应给予照顾他们的人。

一名住户在星洲德教病老院离世后，他的女儿写信给照护团队，简单地向他们道谢。团队事先帮助她了解父亲的身体会如何逐渐衰退，并让父亲得以在早已视为家的地方走完人生。

让住户留在家园的合作关系

死亡随时发生，从不受办公时间限制。圣安德烈社区医院的Violet计划正好填补了这项缺口，全天候提供专科意见及支援。

在正式的非办公时间支援机制设立之前，EAGLEcare与圣安德烈社区医院的高级住院医师Shaun Gerald Nathan医生，几乎独自负责三家养老院的支援工作。他会驾车到樟宜综合医院领取药物，再前往养老院为住户施药。如今，计划已扩大至更多养老院，医护人员亲自到访的次数已减少至每月两三次。大多数情况现在都可以先通过一通电话处理。

他说：“经过培训，护士现在也能够识别症状。另一项改善是，她们如今有一个固定的联络点。过去，她们只能联络白天当值的医生，而医生在夜间未必能及时回应。”

护士信心的提升，也改变了养老院愿意承担的护理工作。过去面对复杂病例时有所顾虑的护士，如今更有信心照顾需求复杂、以往可能必须送院的患者，包括需要接受注射、皮下给药及输液的患者。

这项合作也是双向的。当圣安德烈社区医院Violet病房，也就是院内慈怀病房的患者，寿命超过最初的预测时，他们可以转介到接受过EAGLEcare培训的养老院，获得长期照护，而不是在缺乏后续支援的情况下出院。同样地，当住户的护理需求超出养老院的能力范围时，圣安德烈社区医院可以直接安排他们入住Violet病房，无须送入急诊部。

Nathan医生说：“我们可以携手确保照护得以延续。如果养老院遇到任何问题，我们也可以直接安排患者入住我们的病房。”

Violet计划也通过教牧关怀、社工及其他治疗服务，为住户提供额外支援，尤其是面对情绪或心灵困扰的住户。

Nathan医生忆述，一名脚部患有坏疽的住户已在养老院住了两年。后来，她突然骨折，导致大量出血及剧烈疼痛，单靠药物已无法控制，于是被送往圣安德烈社区医院的院内慈怀病房住了三个星期。

医生稳定了她的症状，也指导养老院护士采用她们过去不熟悉的治疗方法。最终，病患回到熟悉的养老院。过去可能难以应付她的护理需求的护士，如今已有能力继续照顾她，直到她在数月后于养老院离世。



1



2



3

- 1 星洲德教养老院团队。
- 2 亨亨在养老院提供护理。
- 3 EAGLEcare与圣安德烈社区医院的高级住院医师Shaun Gerald Nathan医生。
- 4 为EAGLEcare患者提供支援的圣安德烈社区医院团队。
- 5 助理护士长Valerie Cabotaje。

直到生命终点，都是安身之家

EAGLEcare改变了许多职员对住户在养老院离世的想法，但仍有不少工作有待完成。Valerie希望照护能够更加连贯，她盼望能由一名熟悉住户完整病史的医生持续跟进，而不是每次联络轮值热线时，都得从头向不同的值班人员说明情况。

Nathan医生则从医疗角度看待同一个挑战。随着慈怀护理服务不断扩大，以应付更加复杂的需求，资源也日益紧张。他说：“最大的挑战，是如何让这项工作持续下去，并把服务带给更多人。”

家属不一定愿意接受亲人不想住院的

意愿。Valerie估计，在大约20宗家属最初违背住户意愿、坚持要求送院的病例中，她的团队如今能成功向19户家属说明当中的利弊。

她说：“我们现在也算是这方面的半个专家了。这些年来，我们与家属建立了信任和默契，彼此都更加了解对方。”

展望未来，当局正持续规划把EAGLEcare扩展至整个新加坡保健集团，并致力于在全国各医疗集群之间分享最佳做法。

Nathan医生认为，最需要改变的是社会观念。人们不应把养老院视为医院无能为力时，才把患者送去的地方，而应视之为他们继续生活的家园。

他说：“看到养老院的护士、前线职员和管理层都愿意承担临终照护工作，我感到非常欣慰。过去，惯常做法总是把患者送回医院。这是比较容易的选择，因为养老院无须投入那么多资源，也可以少承受一些情感压力。”

他说：“我们必须开始把养老院真正视为住户的家，而不是环境必须保持无菌的医疗机构。这样一来，我们才能把慈怀疗护的理念融入其中，帮助住户好好生活，并最终有尊严地走完人生。”



4



5

原文和照片：雅西西慈怀医院

与重症患者同行

雅西西慈怀病院通过居家护理、住院疗护与日间护理中心，为病患提供无缝隙的慈怀疗护，让病患及家属无论身处哪个照护阶段，都能由熟悉的跨专业团队一路陪伴，并获得符合个人需要的照护。

如果你常到武吉班让、宏茂桥或淡滨尼一带的邻里巴刹，或许曾见过赖昌宝大叔。二十多年来，这位笑容可掬的69岁老人穿梭于各个巴刹，在摊位售卖女士饰品。回到家后，太太总会细心地为他整理货品，照料他的起居生活。夫妻俩膝下无儿女，虽然生活简单，却过得知足幸福。

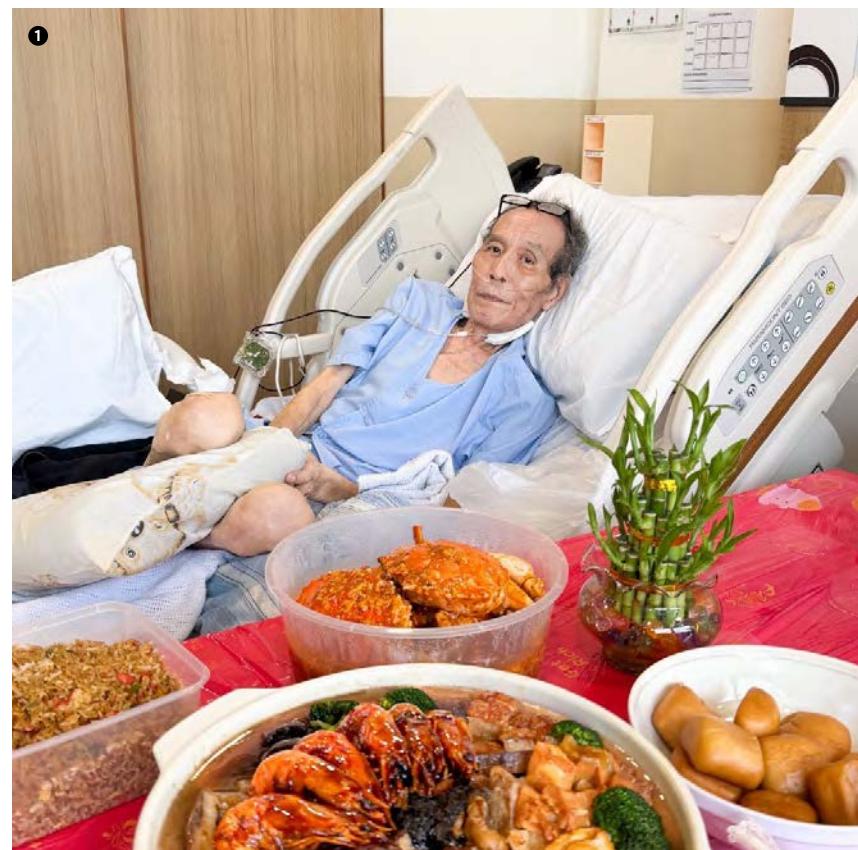
赖大叔感慨地说：“能娶到她，是我这一生最大的福气。她是一位很好的太太，把我照顾得无微不至。”

十年前，卢先生确诊患上慢性阻塞性肺病（COPD）。尽管经常因病住院、饱受气喘之苦，他仍坚持工作，希望维持家计。疫情期间，他的生意停摆了好几年；到了2021年，随着病情恶化，他不得不结束摆摊生涯。由于太太是他唯一的照顾者，两人只能依靠积蓄度日。

提起当时的心情，赖大叔说：“那时候，医生告诉我，我大概只剩下三年时间。我最担心的是，我走了以后，太太怎么办。我也不想再花那么多钱治病。”

因为担心经济负担，即使身体因各种症状痛苦不堪，他仍一再延迟求医。直到2024年3月，全身严重水肿，他才前往医院接受治疗。水肿情况获得控制后，医院把他转介到雅西西慈怀病院日间护理中心，接受慈怀疗护服务。

在雅西西慈怀病院，卢先生接受了医疗照护、物理治疗及心理社会支



持。呼吸困难的情况逐渐改善，行动能力也恢复了一些。更重要的是，他感受到自己被真正理解和倾听。

他说：“这里的人愿意听我说，也明白我的感受。他们知道怎样帮助我。”

随着病情持续恶化，雅西西慈怀病院继续陪伴这对夫妻走过每一个阶段。从住院暂托服务、免费的居家护理探访，到后来太太已无法独自照顾他时安排住院疗护，团队始终陪伴在侧。

1 今年农历新年，医疗团队为赖大叔夫妇圆梦，在雅西西慈怀病院安排一家人共进团圆饭，留下温馨难忘的回忆。

今年农历新年，医疗团队还为他们圆了一个心愿——安排一家人在病院共进团圆饭，让他们在温馨陪伴中，共度了一段弥足珍贵的团聚时光。

2026年3月2日，赖大叔在雅西西慈怀病院安详离世。



共同守护记忆与思念

透过生命故事的分享、对逝者的追忆，以及彼此的真诚交流，“追思花园”不仅让公众了解癌症患者及家属的生命历程，也为开放讨论慈怀疗护提供空间，让人们能够向挚爱的人献上最深切的思念与祝福。

谈起慈怀疗护，人们往往压低声量，仿佛那只是与生命终点相关的话题。在许多人的印象中，慈怀疗护意味着告别与失去，而非生活本身。

然而，对于长期投身其中的工作者而言，慈怀疗护从来都关乎生命。它的核心，是确保每一位癌症病患在人生旅程中，无论处于哪个阶段，都能获得尊严、关怀与社群的支持。

在2026年新加坡防癌协会（Singapore Cancer Society）举办的“为生命接力”（Relay For Life）活动中设立的“追思花园”（Remembrance Garden），正是希望让慈怀疗护走

出疗养院和医院的围墙，走进社区，走入公众的视野与心中。

为生命接力：庆祝生命、缅怀挚爱、共同抗癌

由防癌协会主办的“为生命接力”活动，是本地最具代表性的社区抗癌筹款活动之一。活动围绕三个核心理念展开：庆祝生命（Celebrate），向癌症康复者致敬；缅怀挚爱（Remember），追思因癌症离世的亲友；共同抗癌（Fight Back），携手对抗影响无数家庭的癌症。

作为活动的重要组成部分，由防癌协会心理社会服务团队策划的“追思

花园”，既是一个缅怀空间，也是一座促进公众了解慈怀疗护的桥梁。

一个让思念停驻、让心灵连结的空间

“追思花园”围绕四个互动体验区设计：烛光追思袋（Luminaria Dedication）展示区、生命故事展板（Storyboards）、心灵反思角落（Reflection Corner），以及电话亭（Telephone Booth）。

参与者可以在烛光追思袋上写下祝福与思念，献给受癌症影响的人们。随着活动彻夜进行，一个由无数思念汇聚而成的生命纪念装置也逐渐成形。

生命故事展板展示了病患及照顾者的真



实经历；反思角落则邀请公众静下心来，思考慈怀疗护旅程中的种种课题与感受；至于电话亭，则提供一个私密空间，让参与者录下想对挚爱亲友说的话。

资深社工林奕曦如此形容这些珍贵时刻：“有人对着电话筒把思念说了出来，有人把心意画在纸袋上，也有人把回忆留在照片墙前。虽然表达方式不同，但都在诉说同一件事：这个人曾经来过，而他的故事值得被记住。故事不会停留在花园里，它会透过每一个聆听的人继续流传，也改变我们彼此看待和理解对方的方式。”

最真实的声音，最动人的力量

每年的“追思花园”，都会坚持让亲身经历癌症旅程的人发声。在防癌协会慈怀护理服务支持下的病患与照顾者，透过生命故事展板分享自己的经历，让参观者能够从第一视角了解慈怀疗护的真实面貌。

社工萧思敏表示，能够呈现病患的故事，是一种难得而珍贵的荣幸。其中一名病患当天与家人一同到场，包括年幼的孙女。“当他们看到展板上的故事时，脸上都洋溢着骄傲与欣慰。”

萧思敏说，“那些与展板合影留念的照片，未来将成为家人缅怀她的重要记忆，也会继续见证她留下的生命印记。”

这名病患则分享道：“这个充满意义的活动，让我们有机会停下来反思生命，也让家人之间更加亲近。它提醒我们，无论什么时候，都应该向社区有需要的人伸出援手。”

如果说生命故事展板记录的是公开分享的人生经历，那么电话亭收藏的，则是最私密、最真挚的心声。

患有第四期癌症、育有四名年幼孩子的Hairman Bin Abdul Khalik，就在电话亭里录下了一段留给家人的话。

“保持乐观，开开心心地生活。日子还是要继续过下去。”

谈及未来的不确定性时，他坦然地说：“我不知道自己还能陪伴你们多久。我只想告诉你们，我爱你们每一个人。”简单的话语，却蕴含最深沉的爱。

慈怀疗护，是每个人的事

除了个人故事之外，“追思花园”也为公众提供一个认识慈怀疗护的平台。由防癌协会心理社会服务团队的员工担任

- ① 国家体育场“为生命接力”活动现场中的“追思花园”全景。
- ② 参与者将写满思念与祝福的烛光追思袋挂上展示区，向挚爱致意。
- ③ Hairman在电话亭内录下留给家人的心声，将爱与牵挂化作永恒的祝福。
- ④ 参与者亲手书写烛光追思袋，为受癌症影响的人们送上祝福与鼓励。。

导览员在现场陪伴参与者，提供情绪支持，并与他们交流有关慈怀疗护的话题。当中，许多人都是第一次接触慈怀疗护。

与此同时，花园也让人看见，许多参与者其实早已带着自己的伤痛与思念而来。其中一名仍在经历丧亲之痛的访客表示，在阅读生命故事展板后，他仿佛看见了自己的经历，也意识到自己并不孤单。

他说：“这些故事让我明白，还有很多人也在面对与我们相似的挑战。每一个故事不仅呈现困难与挣扎，更让人看见当中的坚韧与力量。”

对于资深社工陈雯诗而言，这些交流时刻格外令人动容。

她说：“尽管面对病痛与失去，现场仍然充满希望、连结与彼此扶持的力量。最令人安慰的是，我们知道自己不必独自面对这一切。”

让关怀在社区继续延伸

“追思花园”证明，追忆逝者不仅仅是怀念过去。它同时提升了公众对慈怀疗护的认识，也培养社会对癌症病患及家属的理解与责任感。

社工苏文泉表示：“‘追思花园’让癌症旅程不再被沉默掩盖，而是被看见、被理解，并成为人类共同生命经验的一部分。”

“追思花园”带给我们的启示是：最理想的慈怀疗护，从来不是医疗机构单方面承担的工作，而是一项需要整个社区共同参与的使命。它存在于医院与慈怀护理机构之中，也存在于每一个让我们能够记住、连结与彼此关怀的空间里。因为当社区愿意一起承载生命的重量时，没有人需要独自面对病痛与离别。

一生的印记，永留心间

在回忆与歌声中，为生命最后一章留下珍贵印记，也让挚爱的家人把亲人生命的意义，长久珍藏于心。



① 陈先生与家人提前为他庆祝生日。
② 陈先生与资深音乐治疗师淑敏学习他最喜爱的广东歌曲。
③ 陈先生与太太合影。
④ 陈先生与家人和资深病人服务助理爱伦、资深注册护士Kyaw Myo Hlaing合照。

他的女儿陈丽娟说：“我一直很难接受爸爸的病情预后。直到现在，心里还是很难过。不过，照护团队给予我们的照顾，让我慢慢感到安心，也渐渐学会接受现实。”

面对未知，她也从母亲身上汲取了力量。

“直到今天，我妈妈仍然继续在教会服事。”她说。这份坚持，也映照出一家人始终如一的信仰，以及服务他人的初心。

一路走来，由医生、护士、医疗社工、病人服务助理以及牧灵辅导员组成的跨专业团队，一直陪伴着他们，不仅给予情绪上的支持，也协助一家人展开许多艰难却意义深远的对话。

团队提供的，不只是医疗照护，更是一份细腻、充满同理心的人文关怀。

有一次，由于担心陈先生未必能等到生日，家人决定提前为他庆生，希望趁还能相聚的时候，一起留下珍贵回忆。虽然只是一个简单的生日庆祝，却承载着一家人深深的不舍与爱。

90岁的陈先生，一生都在默默付出，为人服务。

他与太太长期活跃于教会，是许多人熟悉的身影。他们信仰坚定、乐于助人，总是毫不犹豫向有需要的邻里伸出援手。这不仅是他们日复一日的生活方式，更成为他们待人处世、经营人生的写照。

后来，陈先生因患上十二指肠溃疡

（位于胃部与小肠之间的十二指肠出现溃疡），健康状况开始走下坡。食欲渐渐减退、体重持续下降，身体情况也越来越不稳定。

随着病情恶化，他开始接受慈怀护理，以舒缓症状、维护尊严，照护团队也为他和家人提供全方位的支持。对家人而言，这个转变并不容易接受。

陈丽娟女士提供照片



资深病人服务助理曾爱伦与护理团队接获消息后，立即协助布置公共活动空间，让家人能够在温馨舒适的环境中团聚，把原本充满忧虑的一刻，化作洋溢着爱与陪伴的美好时光。

后来，陈先生表示想吃榴梿，女儿也马上替他完成这个小小心愿。

丽娟说：“哪怕爸爸只吃了一小口，对我来说已经足够了。这表示他仍然用自己的方式参与当下，和我们一起分享这一刻。”虽然他的胃口已大不如前，但那份团聚带来的喜悦，依然感染着他。在共同度过的时光里，即使只是一个细微的举动，也蕴含着深刻的意义。

一家人也继续创造更多相聚时刻，一起翻看二十年前到南非旅行时拍摄的照片，边看边笑，重温那些充满爱与冒险的人生片段。

在资深音乐治疗师孙淑敏的协助下，他们还录制了几首对一家人意义非凡的歌曲。这些歌曲承载着一

即使走在生命最后一程，这个家庭依然拥有平静、温暖和喜乐的时刻。

家人的共同回忆，也串连着一路走来的珍贵时光。录音过程简单，却格外动人。熟悉的歌声、轻轻的笑语，以及彼此间深厚的情感，都被一一珍藏下来。

事后，丽娟特别写信向淑敏表达感谢。

“谢谢您用音乐陪伴爸爸，也祝福了我们一家人。您特地学会爸爸最喜欢的广东话敬拜诗歌，让他最后一次音乐治疗变得格外珍贵。如今，他已经回到天父身边，喜乐地歌唱。我们

每天都会播放当时录下的歌曲，每一个听过的人都说，这段录音既美丽又充满意义。音乐真的能够感动人、抚慰人，也疗愈人心。我们非常感恩，能够与您一起拥有这段珍贵的回忆。”

即使走在生命最后一程，这个家庭依然拥有平静、温暖和喜乐的时刻。在照护团队的陪伴下，他们继续彼此扶持，以行动表达爱，用回忆纪念生命，也延续着陈先生一生坚守的信仰，以及服务他人的精神。

陪伴，是最珍贵的礼物

一名义工在陪伴患者走向生命终章的过程中，体会到何谓真正的同行。

2025年11月完成国民服役后，许多同龄人都忙着规划升学或投入职场，张齐恒却有一个不太一样的想法。他了解一件大多数年轻人鲜少思考的事：他想真正体会陪伴一个人走过生命最后一段旅程的意义。

他说：“我一直很想了解慈怀疗护中情感支持这一面。这是社区医疗中常被忽略的一环，但我觉得它非常重要。”

对于一个二十岁出头的年轻人来说，这样的选择或许出乎许多人的意料。然而，从加入义工团队的第一天起，齐恒便展现了一种无法靠训练学会的特质——他总能看见病人背后那个真实的人，而不仅仅是疾病。

齐恒接下的第一项义工服务，也是最具挑战的一项。他负责陪伴一名患有失智症的病人。这名病人向来被认为“不好相处”，经常大声斥责别人、拒绝协助，甚至威胁身边的人，几乎没有人能够真正走进他的世界。

别人眼中是一名难以应付的病人，齐恒看到的却是一位正在一点一点失去记忆、失去独立能力，也逐渐失去自我的老爷爷，而这一切，都是疾病所造成，并非他所能控制。

于是，齐恒开始固定探访他，陪他玩认知训练游戏、一起回忆过去的点滴，也耐心鼓励他参与活动和做一些简单运动。

有些日子并不容易。病人偶尔会情绪爆发，也有令人沮丧的时候，而齐恒唯一能做的，就是继续耐心陪伴，始终没有放弃。

后来，在一些平静的日子里，事情



悄悄有了改变。老人家脸上开始偶尔浮现一抹浅浅的笑容。那笑容稍纵即逝，几乎难以察觉，却真实存在。

“即使他不记得我，”齐恒说，“我知道，我的陪伴已经带来了一点改变。”

这些微小却珍贵的时刻，也坚定了他继续投入服务的决心，并激励他探索更多能够贡献的岗位。

身兼多职的义工

如今，齐恒在HCA慈怀护理担任多个义工岗位。

他是HCA慈怀绿洲兀兰日间中心的病友陪伴义工，也是HCA慈怀绿洲欧洲南日间中心的综合支援义工，同时还是居家病友陪伴义工，定期探访接受居家医疗和护理服务的病人。

无论在哪一个岗位，他始终带着同样的特质：真诚地陪伴每一个人。

在日间慈怀中心，他协助中心日常工作、陪同病友外出活动，也参与筹办各类节庆节目。今年农历新年，他更穿上醒狮服装，为病友载歌载舞，逗得大家笑声不断，让整个中心洋溢着浓浓的新春气氛。那份欢乐，并没有

原文：柏莉珊
照片：HCA 慈怀护理



随着节日结束而消散，而是一直留存在大家心里。

他的关怀，也延伸到中心之外。在HCA追思日（Remembrance Day）当天，齐恒特地到家中接送一位丧亲家属及其年长友人，全程陪伴她们参与活动，并安全送她们回家。她们形容，只要齐恒在身边，便让人感到安心自在。

这看似不起眼的小事，却正说明了一件事：齐恒陪伴的病人和看护者，不只是获得帮助，更感受到被接住、被关怀。

此外，他还在两所日间慈怀中心教导病人弹钢琴，帮助他们完成一直以来想学习乐器的心愿。对于许多因疾病而生活圈日渐缩小的病人来说，还能学习一项新技能，意义远远超过技巧本身。

除了参与活动，齐恒也十分细心。他总能察觉病人的细微变化，一旦发现任何可能影响病人身心状况的问题，便主动向团队反映。在同事眼中，他开朗可靠，深受病人喜爱；在

其他义工眼中，他正是奉献精神的最佳写照。

病人带给他的生命功课

谈起自己的付出，齐恒总是很快把话题转向自己从病人身上得到的收获。在HCA慈怀护理服务期间，他接触了许多背景、性格和人生经历截然不同的病人。最令他感动的，并不是他们所承受的病痛，而是他们面对生命的态度。

即使身处病痛之中，许多人依然会开怀大笑、心怀感恩，努力过好每一

① 齐恒在HCA慈怀绿洲欧洲南日间中心指导病人学习弹钢琴。
② 齐恒在HCA慈怀绿洲兀兰日间中心陪伴病人进行桌上游戏。

天。他们面对生命终点时，没有被击倒，而是以一种平静而坚定的勇气继续生活。

齐恒说：“他们面对人生的态度，给了我很大的启发。他们让我明白，什么叫有尊严地面对人生最艰难的战役。”

或许，这正是齐恒故事最动人的地方。令人感动的，不只是这位年轻义工为慈怀疗护社区付出了什么，更是这个社区回馈给他的成长。因为慈怀疗护，从来不是单方面的付出。

它是一种彼此成就的关系，一段共同走过的旅程，也不断提醒每一个参与其中的人：何谓真正的人与人之间的连结。

当大多数同龄人都在为自己的未来努力时，齐恒选择把宝贵的闲暇时间用来陪伴别人。而就在一次又一次真挚的相遇中，他也找到了许多人穷尽一生都在寻找的东西——生命的意义。那份意义，并非来自轰轰烈烈的壮举，而是在每一次真诚陪伴、每一个细微而温暖的连接中，静静地累积而成。

因为慈怀疗护，从来不是单方面的付出。它是一种彼此成就的关系，一段共同走过的旅程，也不断提醒每一个参与其中的人：何谓真正的人与人之间的连结。

托付于安心之手

在慈怀疗护中，灵性关怀与其他专业团队携手合作，确保每位病患都能平静、安详地走完人生最后一程。



“我的病，是不是因为我过去犯下的错所受到的报应？”

这个问题，道出了许多病患内心深处的挣扎，也正是邓淑玲身为临床牧灵关怀辅导员工作的重要部分。过去四年来，她一直在义顺社区医院陪伴病患及家属，协助他们度过人生最艰难的时刻。她所提供的，并非传统意义上的治疗，而是一种心灵层面的疗愈。

每天，淑玲都会陪伴那些因疾病而经历身份认同、身体功能与健康状况上所经历的种种失落的病患。

那位提出上述问题的病患，起初一直被强烈的愧疚感所困扰，深信自己的病痛是对过往过错的惩罚。在淑玲的陪伴下，他们从信仰出发，温和地探讨宽恕的话题。到了第二次会面时，这名病患已主动分享自己计划回到宗教场所祈祷、寻求心灵修复。第三次见面时，他不仅积极参与复健训练，也终于能够安稳入睡，并告诉淑玲：“心里的那块大石头终于放下了。”

① 邓淑玲陪伴患者走过人生艰难时刻，以另一种方式带来疗愈。
② 邓淑玲。
③ 邓淑玲与医疗社工及跨专业团队携手合作，为患者提供更全面的照护。

原文和照片：义顺社区医院

类似的情况并不少见。许多病患会因为人生未能如愿展开、祈祷没有得到回应，或多年虔诚的信仰无法改变疾病结果，而感到失望、困惑，甚至动摇。淑玲的工作，正是在这些复杂而矛盾的情绪中，协助他们寻找意义，并最终与自己和解，获得内心的平静。

然而，这份意义深远的工作并非由她独自完成。淑玲与医疗社工以及其他跨专业团队成员保持紧密合作。她指出：“在医院里，我们经常陪伴同一位病患走过人生的重要阶段，只是每个人提供的支持方式不同。”

例如，医疗社工主要关注病患及家属的心理与社会需求，而她则专注于病患的灵性需求。“我们之间的合作，就像一支安静的舞蹈。”淑玲笑着说，“彼此建立了良好的信任关系，也会在对方工作的基础上继续推进，相互补足，让病患得到更全面的照顾。”

临床牧灵关怀融合了灵性关怀、存在关怀以及关系关怀，核心目标是帮助病患重新建立生命的连贯感、意义感与尊严感。

她特别记得曾与一名职业治疗师合作，为一位病患安排了一场美甲与手部护理体验。职业治疗师关注的是活动本身带来的治疗效益，而淑玲则将其视为帮助病患在人生最后阶段重拾尊严与生命意义的机会。

她们邀请病患亲自挑选背景音乐和指甲油颜色。这些看似简单的选择，却成为珍贵而神圣的时刻，让病患重新感受到自己作为一个独立个体所拥有的价值与尊严。

活动结束后，病患在轻柔音乐的陪伴下安然入睡。第二天，她离世了。对淑玲而言，这个转变正体现了牧灵关怀的本质——透过专业的灵性支持，引导一个人从疾病带来的痛苦与不安，走向美好与安慰的

时刻。疾病虽然依旧存在，但内心的痛楚已被安宁所取代。

在今日越来越强调“全人照护”的医疗体系中，临床牧灵关怀提醒着我们：疗愈不仅仅关乎身体。

它同样关乎那些无法被仪器测量的层面——关于追寻生命意义、获得内心平静，以及在人生最脆弱的时刻，依然能够怀抱希望。而这份陪伴与支持，无疑是疗愈旅程中最珍贵的礼物之一。



临床牧灵关怀融合了灵性关怀、存在关怀以及关系关怀，核心目标是帮助病患重新建立生命的连贯感、意义感与尊严感。



分担照护重担

医疗社工不仅是患者家庭与医疗机构援助服务之间的桥梁，也将支援延伸至社区，因为他们深知，患者出院后，往往才是家属最艰难的时刻。



始三餐不定时、疏于照顾自己，或逐渐减少与他人来往。有些照护者难以记住刚讨论过的事情，也有人会觉得自己困在照护工作中，甚至只是想休息一下都会感到内疚，又或渐渐变得麻木、毫无感觉。

我觉得更棘手的，是那些没有意识到或不愿正视这些迹象的照护者。我曾接触过一名照护者，她每次与我交谈时都显得很镇定，但我注意到她消瘦了不少。每当我问她近况如何，她总会沉默不语。直到很久以后，她才透露，自己几个月来一直难以应付照护压力。

这些都是面对沉重照护压力时的正常反应。意识到这些迹象，往往是确认照护者需要哪些适切支援的第一步。

照护者可以如何向身边的兄弟姐妹、朋友或邻居求助？

开口求助可能是最困难的一步。许多照护者担心给别人添麻烦，因此迟迟不愿开口。但照护重担从来都不应该由一个人独自承担。

我也明白，当一个人全心投入照护工作时，往往不知道该从何着手，也不知道可以向谁求助。我和照护者交谈时，通常会先鼓励他们列出身边有哪些人，再根据彼此的关系和对方的能力，想想每个人实际上可以提供哪些帮助。

不是每个人都会以相同的方式伸出援手，这没有关系。我见过一些家庭分工合作，例如由一名兄弟姐妹负责日常照护，另一人则负责安排复诊等事务。朋友和社区里的人往往也很想帮忙，只是不知道可以做什么。只要清楚告诉

他们，怎样的协助最实际有效，他们就更愿意伸出援手。例如，请朋友定期联系和问候、请邻居帮忙购买日用品，或由宗教团体提供心灵与信仰上的支持。这些共同分担照护的举动看似微小，却能大大改善照护者的身心状态。

慈怀疗护患者的照护者可以获得哪些支援，尤其是在患者出院后？您希望更多人认识哪些服务？

我最常向家属介绍的服务之一，就是居家慈怀护理。家属往往以为，接受慈怀护理就等于放弃治疗，或认为这项服务只适合生命即将走到尽头的患者。这其实是一种误解！

对于患有严重疾病、预后不足一年，并希望留在家中的患者而言，居家慈怀护理可提供另一项深具意义的选择，让他们无须频繁往返医院。患者和家属可通过定期的上门探访，获得由慈怀疗护医生、护士和医疗社工组成的专责团队照护。此外，服务也设有24小时热线，确保他们随时都能获得协助。

除了居家慈怀护理，社区内其实还有许多出院后的照护支援，只是很多人并不了解。这些服务包括日间护理中心、照护者培训课程、暂托护理和经济援助等。

对于正准备把患者接回家中照护的家庭，临时看护服务（Interim Caregiver Service，简称ICS）可在他们安排长期照护方案期间，提供暂时性的居家照护支援。

我亲眼见证过，无论是居家慈怀护理还是其他支援服务，只要能在适当的时候获得适切的帮助，都能为患者家庭带来莫大的改变，让他们在这段艰难的旅程中，真正感受到有人支持。

照护者可以如何申请这些支援？

如果您的亲人目前还在医院，请不要犹豫，可向医疗社工咨询有哪些援助和选择。

在社区方面，护联局（Agency for Integrated Care，简称AIC）致力于

协助个人和家庭获得所需的护理与支援，让他们能够在社区安享生活、乐享晚年。因此，如果了解各种照护选择和经济援助计划，护联局是很好的起点。

医疗社工还会如何确保没有人需要独自走过照护旅程？

我们会与患者及其家属沟通，帮助他们了解有哪些选择，并陪伴他们逐步作出接下来的决定，让他们在面对陌生的医疗与照护体系时，不至于感到迷失和孤立无援。

在有需要时，我们会为他们联系适合的社区资源、经济援助计划或同侪支援小组，让他们从真正了解这段旅程的人身上找到共鸣与支持。

我们的支援不会在患者出院后就结束。我们会继续跟进已回到社区的患者家庭，因为我们知道，一些最艰难的时刻，往往是在他们离开医院后才出现。

归根结底，我们的角色就是成为患者家庭与各类援助资源之间的桥梁。

您能否分享一次难忘的经历，谈谈您如何帮助照护者获得家人和社区的支持？

我记得有一名患者C先生，他一直

深切盼望能够回家生活。他的太太却感到不知所措，也不确定自己是否有能力应付他的照护需要。

我和她深入探讨心中的忧虑，帮助她明白，自己无须独自承担一切。我鼓励他们一家人共同分担照护责任，并找出可参与照护的子女和兄弟姐妹，让每个人都能尽一分力，为她提供支持。

在建立起家庭支援网络后，我为他们联系临时看护服务，也转介C先生接受居家慈怀护理，以协助控制和缓解症状。

随着C先生的健康状况恶化，为了让他得到更舒适的照护，并改善生活质量，他需要转到护理机构接受照顾。在这之前，他已经如愿在家度过了一段宝贵的时光，与挚爱家人共享许多对他意义深远的宁静时刻。

在居家慈怀护理团队的协助下，C先生及时转入慈怀病院接受住院照护，并最终在那里安详离世。

最令我难忘的是，C太太后来告诉我，她知道自己已经完成了丈夫的心愿，因此没有留下遗憾。这段经历也时刻提醒我，没有人需要独自走过这段旅程，也没有人必须独力扛起所有重担。



① 玮涟在门诊会谈中，向一名照护者讲解可利用的照护资源。
② 玮涟在新加坡国立大学癌症中心（NCIS）陪伴患者与照护者同行。

让慈怀疗护转介更快捷、更简便

任何医生，包括综合诊所医生，以及私人领域的全科医生和专科医生，都可将患者转介给慈怀疗护服务机构。通过新加坡慈怀理事会的慈怀疗护病人容量仪表板，您可获取新加坡居家慈怀护理及住院慈怀病院床位容量的近乎实时信息。

确认服务名额后，您可通过护联局（AIC）的 BRIGHT（Bridging Referral Information to Guide Healthcare Transitions，衔接转介信息以促进医疗护理过渡）系统，或使用新加坡慈怀理事会的通用转介表格，快捷、简便地提出转介申请。通用转介表格可在 singaporehospice.org.sg 找到。

注册后，您可通过新加坡慈怀理事会网站登录慈怀疗护病人容量仪表板。为保障账户安全，每次登录时，系统都会将验证码发送至您的电邮。

让我们携手让所有人都能更容易获得慈怀疗护服务。



如何使用服务容量信息平台



新加坡慈怀理事会会员机构的医生：

扫描二维码，并使用工作电邮地址注册账户。

私人执业医生：

请发送电邮至 support@singaporehospice.org.sg 申请使用权限。

编委组

执行董事
通讯组
美术设计
翻译

沈美霞
陈瑾徽、陈淑萍
Christian Subrata
林慧慧

会员机构

亚历山大医院
雅西西慈怀病院
佛教慈惠慈善事业基金会（新加坡）
樟宜综合医院
托福园
HCA 慈怀护理

李佩音
杨雪慧
文显勇
王丽云
王才文
梁洁莹
胡莉珊
陈丽芯
Siti Nur Hanim
陈瑞莲
杨春音
欧阳明怡
Siti Zawayah

新加坡邱德拔医院
竹脚妇幼医院
连氏慈怀研究中心
慈光安宁居家护理中心
MWS居家护理及居家慈怀疗护
新加坡国立癌症中心

国立大学癌症中心
黄廷方综合医院
慈怀疗护研究与培训中心（PaIC）
仁慈医院
盛港综合医院
新加坡防癌协会
新加坡中央医院
新保集团社区医院
圣安德烈社区医院
圣若瑟之家
圣路加医院
陈笃生医院
曹氏基金会
兀兰医疗集团

陆怡君
马莹莹
陈丽君
蔡颖玫
Farah Rahman
陈佳炫
罗可庭
林雪儿
黄德仁
李秀华
蔡慧玲
陈尤丽
陈玉瑾
蔡欣微



订阅电子期刊

获取关于慈怀疗护和各种活动的最新信息，以及激励人心的慈怀疗护故事



新加坡慈怀理事会是代表全国各慈怀疗护机构的理事会

535 Kallang Bahru #03-09 GB Point, S (339351)
T: 6538 2231 • E: info@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、转载或翻印本刊的任何内容。Yung Shung Printrade Pte Ltd 印刷。新加坡智障人士福利促进会的受益者协助本刊的邮寄过程。