

杭师大成立大学生安宁疗护志愿服务队 用理性技术与感性关怀 温暖生命最后一程

本报记者 陈素萍

如果不是学护理,如果没有参加志愿服务,2000年出生的刘金龙或许很难近距离接触“死亡”。在杭州师范大学护理学院,有一群师生思考着一个话题:当医生给出“生命倒计时”,在他人花落的季节,能帮到什么?

带着这个问号,刘金龙和同学们走进一间间安宁病房,面对末期患者和家属,回忆往昔、阐述苦恼、寻求建议……

帮助一位位患者和家属道别、道歉、道爱、道谢后,刘金龙觉得,“给逐渐凋亡的生命带去最后的温暖”这件事无比重要,“死亡是每个人的必修课,我们需要和世界好好说一声再见。”

安宁疗护的陪伴过程,是相互疗愈,帮助他人的同时,也反思自己的人生。

近日,在前期课内教学与课外实践积累了一定基础的情况下,杭州师范大学护理学院正式成立大学生安宁疗护志愿服务队。安宁疗护,谁能做、怎么做、为何做?新成立的服务队在实践中寻找答案。

唤醒病人身上的能量 倾听也是陪伴治疗

徐云佳第一次走入安宁病房,是被拒绝的。

“那是一位奶奶,退休前是外科医生,前期医护咨询她意见,说‘好吧,那让大学生们来吧’。当天是我首次参与服务,和两位有经验的同学一起去,面对好几位陌生人,奶奶可能不太自在,刚进门,就对我们说‘你们来干嘛,我要上厕所了,你们走吧’。算是找了个借口拒绝了。”与素不相识的人相处,陪护开始就是挑战。而这样的拒绝,每位参与志愿服务的学子都遇到过。怎么破局?考验着志愿者的智慧。

一次,同学们陪伴一名肾癌伴随肺转移的爷爷,从老人一句“不要”里,听出了浓浓的杭州口音。杭州同学立即改用杭州话交流,并握着老人的手轻轻抚触。老人往往听力下降,视力模糊,抚触更利于开启沟通。

慢慢地老人开口倾诉:“我现在吃也吃不好,怎么会这样呢?还不如一了百了……”一句话看似在

说胃口,实则是情绪表达。在志愿者们的安慰中,话题渐渐被转移,老人和这群年轻人,有一搭没一搭地聊着。道别时,老人嘴里说声“慢走”,脸上露出舒展的微笑,与刚见面时的木讷形成明显反差。

“没开始服务前,会想那是怎样的环境?我能为他们做些什么?当真正走入安宁病房,就发现一切想象都不存在了,你会发现这就是生活本身。”徐云佳坦言,有时病人的一个眼神,家属的一句问候,都会让自己觉得这份工作很有意义,“每一位病人都有自己的故事和情感,而不少病人还会想不通‘为何我行善积德却得了绝症’,通过一些话题的交流,我们尝试唤醒他们身上的能量,让对方的情绪不再沉浸在病痛困扰中。”

1999年出生的徐云佳,没有过多关于死亡的经历,或许也没有足够的阅历支撑与患者之间的讨论,“但有时候我们说得不多,耐心倾听,就是最好的陪伴。”

多方探索、合力并举 护航生命“最后一程”

目前,我国已大踏步进入老龄化时代,如何让老人有尊严地度过生命的最后阶段,是系统性、社会性问题。护航生命“最后一程”,单凭学校之力并不够。

2021年,杭州市肿瘤医院开设“荷宁病房”;2022年末,杭州拱墅和睦老人公寓护理院内的“安宁疗护病房”正式投入使用;2023年,浙江老年关怀医院率先与拱宸桥街道签订《社区居家安宁疗护推进共识》……多方探索,合力并举,这些共建单位也为大学生开展志愿服务提供了场地、培训等支持。

作为安宁疗护志愿服务的先行者,杭师大护理学院楼妍教授串联起各方力量——新成立的服务队就源于2019年开设的安宁疗护课程。通过课内教学与课外实践相结合的教学模式,已培养两百余名相关护理人才。

“2023年底,我参与编辑,谌永毅、杨辉两位护理专家主编的国家卫健委十四五规划教材,也是第一本护理本科《安宁疗护》教材面市了。”更令楼妍欣喜的是,在政策层面,安宁疗护服务体系的建设和发展也越来越受到重视。

2017年,原国家卫生计生委颁布的《安宁疗护实践指南》中将临终关怀、舒缓医疗、姑息治疗等统称为安宁疗护。安宁疗护首次进入国家健康规划纲要。

2023年4月,第三批国家安宁疗护试点省(市)61个,确定浙江为试点省份;同年8月,浙江省卫生健康委等五部门联合印发《浙江省全省域开展安宁疗护工作实施方案》,明确提出培育安宁疗护志愿者服务队。

“我们这支队伍的成立恰逢其时。”楼妍兴奋地说。

“科研的目的在于更好地为患者服务,育人首先要教做人。服务队的成立,为护理人才培养方案提供了落脚点,培养护理学生具备为生命各阶段护理对象提供服务的知识、技能与素养。”成立大会上,杭师大护理学院党总支书记汪胜的发言收获掌声一片,“30年后,我们和在座同学的父母都将步入老年,会面临身体上的病痛,亦或精神上的困扰。如何走过人生的最后阶段?如何让临终者善终、失亲者善别、在世者善生?这是众多安宁疗护学者、研究者和践行者始终在思考和探索的问题。”

理性的现代医学技术 也需要感性的人文关怀

29岁的程琳,在这支大学生队伍里算是小姐姐。本科毕业当了5年护士后,她选择考研深造。

过去的职业生涯中,程琳认为医院的规章制度是第一位的。“曾经有些重病的患者或家属提出想在床头放根红绳,我一定会说不,因为病床按要求必须干净整洁,但现在大概率会默许,红绳消毒就可以。痛苦中的人更需要念想。医学是理性的,但人是感性的。”

在感受别人生命的同时,对青年学子而言,每次志愿者服务都是不断学习和反思的过程,让他们收获知识经验和人生感悟,也让他们学会如何更好地爱人与被爱。

“我本科曾在肿瘤科学习,患癌病人基本是清醒的,会和我们聊天。直面死亡,容易反思人生。”和程琳一样,那些经历也让刘金龙拓宽了生命的深度和厚度,避免有限的生命做一些无意义的事。

也有同学开始反思医护行业的情感困境。

2021级护理专业学生戴妍妍在医院见习后写道:“作为医护人员,托举生命的重量,我们的职业是充满英雄主义色彩的,但一次次目睹死神逼近患者,我第一次在临床上真正认识到人类力量的渺小时,难以接受无可奈何的挫败感。”

“我读到《最好的告别:关于衰老与死亡,你必须知道的常识》这本书,才发觉绝大多数人都需要补上



‘死亡教育’这门课。我们曾以为,忌讳死亡乃至至于无视死亡是剥离了恐惧的理性,但其实忌讳的外衣将死亡这一客观规律包裹得严严实实,以至将其特殊化、神秘化,甚至妖魔化。困扰之下,导致我们特别的痛苦。”戴妍妍说,理性而具体地了解死亡,树立正确的死亡观,显得格外重要。

杭师大护理学院韩豫老师于2023年在校内开设了“大学生生命教育网络思政工作室”,三十余名护理学生依托工作室读书、观影,在市肿瘤儿童病房参与癌症儿童及家属的陪伴。韩豫说:“通过生命教育、安宁疗护志愿服务,学生们可以认识到生命的意义和价值,防止自伤或伤害他人。”