

# 希望心園

Heart of Hope Newsletter

Hope 希望之心  
安寧醫護關懷中心

Heart of Hope Asian American Hospice Care

2015 冬季季刊



基督教角聲佈道團  
安寧療護關懷事工夥伴



『希望之心』現階段服務內涵  
為愛，整理生命空間

帕金森氏症 (Parkinson's disease) 和晚期病患的照護  
一封寫給在天堂 Julie 的信

『陪您走到最後－生命末期關懷及安寧療護講座』

安息，在愛裡                      因病得福

JOIN US ON  
facebook

發行人：『希望之心安寧醫護關懷中心』

編輯委員：龔振成、陳維珊、章開隆、朱妙卿、霍錦、伍文恩

A photograph of three healthcare professionals smiling. In the foreground, a woman in a dark blue uniform with a stethoscope around her neck holds a stethoscope to her chest. Behind her, a man in a white lab coat and a woman in green scrubs are also smiling. The background is a soft, out-of-focus white.

## 你知道我們在尋找你嗎？

我們在尋找你，如果你看待病痛中的人如同自己的家人，  
我們在尋找你，如果你能感同身受一個經歷疾病侵襲的家庭，  
有多麼需要溫暖真摯的幫助，  
我們在尋找你，如果你明白做為一個病人的家屬，  
身心的疲憊與煎熬需要得到支持與撫慰。

如果，你是專業的醫生，註冊護士，社工人員，護佐，靈性輔導員，  
如果，你對生命末期關懷有熱誠，你對重病護理有經驗，  
如果，你也在找尋一份可以結合愛心與專長的志業，

## 我們在尋找你，你知道嗎？

希望之心安寧醫護關懷中心，開始招聘專業醫，護，社工，靈性專業人員。  
我們提供優質的薪資福利，彈性工時，以及充滿愛與感恩氛圍的工作環境。

- 健康保險(Medical, dental, vision options )
- 機構付費事，病，年休(Generous paid time off )
- 機構付費假日(Paid holidays )
- 退休儲蓄計劃(401K with Employer Match )
- 彈性稅前醫療費用抵免(Flexible Spending Account for Health )

如果，你是我們要找的人，請電郵你個人履歷表，若有任何問題也歡迎與我們電話聯繫，來函請寄：[hr@HeartOfHopeHospice.org](mailto:hr@HeartOfHopeHospice.org)

電話：408-986-8584

地址：1922 The Alameda, Suite 215, San Jose, CA 95126

# 『希望之心』現階段服務內涵

龔振成『希望之心』共同創辦人/總經理

自2015年一月開始，『希望之心安寧醫護關懷中心』承接了『角聲癌症關懷』原有的服務和節目，同時也預備申請加州安寧療護執照。目前『希望之心』正在積極尋找一位有安寧療護經驗的護理主任(Director of Nursing)來主導護理方面的工作和訓練有意參與的護理人員。雖然招聘一位合格的護理主任沒有預期的快速，但我們相信神必定有預備。在『希望之心』還沒有取得執照和提供安寧療護服務之前，我們仍然為華裔重症病患和家屬提供疾病教育、互助小組、中文資訊、和關懷服務，並且我們服務的對象是不分宗教、語言、社會背景的。『希望之心』竭誠地為華人社區提供生命末期關懷服務，請介紹你的朋友使用這些資源。歡迎大家告訴大家。

『希望之心』繼續舉辦每個月第三個週二晚上6-7時(太平洋時間)的全美電話教育講座。從原來各種癌症的主題擴展為重症病患的照護和與年長者健康有關的主題，例如：帕金森症、失智症、醫療選擇、肺部疾病、精神疾病、癌症治療的最新發展、年長者的飲食規劃、腎臟疾病、以及疼痛的處理等。7月份我們邀請了一位律師從法律的觀點解說資產規劃的重要性，吸引了許多人參加。這些講座的錄音都放在 [heartofhopehospice.org](http://heartofhopehospice.org) 網站裡，讓當天無法參加的朋友可以事後上網註冊聆聽。

我們也在每個月第三個週三上午10:30至12:15在我們的辦公室為本地罹患乳癌和婦科癌症的女性患者和康復者提供『彩虹互助小組』。藉著生命故事的分享、短片欣賞、溝通技巧練習、及繪畫等活動，幫助這些女性癌友在治療或復原期間得到情緒上的支持。同時藉著彼此的關懷、互相的扶持、神話語的供應及代禱，使癌友們得到心靈上的安慰與鼓勵，可以勇敢地面對癌症帶來的衝擊和困難。如果妳或你認識的女性癌友有意參加，請致電(408)986-8584查詢或報名。

我們的重症病患和家屬的心靈關懷熱線1-888-663-8585已經進入第五個年頭，目前有十七位受過嚴謹訓練的關懷者每週一至週五，上午九時至下午五時

時輪流在我們的辦公室裡聆聽重症病患和家屬的來電，為他們提供資訊、社區資源、和心靈的關懷。從今年1月至8月，我們的義工已經提供超過1,200人次的電話關懷服務，服務對象遍及北美許多華人聚居的城市。如果你或你的家人罹患重症，希望能夠和一個你不認識的人談談你的苦楚，請你致電我們的關懷熱線。

今年10月17日，『希望之心』將在聖荷西舉辦一場全天的生命末期關懷和安寧療護講座。此講座將由華裔安寧醫護專業人員，包含專業護理師，社工心理師，靈性輔導員，律師，及接受過安寧療護服務的家屬等人以國語演講。我們希望藉著這個講座能夠幫助華人了解面對生命末期的各樣狀況與需要，並且認識美國醫療體系裡有關生命末期的醫護選擇，澄清對安寧療護的迷思與誤解，好讓病人和家屬能夠在有需要接受照護的時候，得到應有的醫護和關懷服務。所有的講員將在當天節目的最後共同參與問題討論和解答。有意參加的朋友請盡快致電(408)986-8584報名參加。

這一期季刊裡面摘錄陳維珊執行長的有聲書《因為愛，所以走過悲傷》關懷專輯裡的一篇『為愛，整理生命空間』，黃能淳神經專科醫師在電話教育講座裡說明帕金森氏症(Parkinson's disease)和晚期病患照護的摘要，一位肝癌患者的心路歷程和感想，一位癌友的配偶Jenny在她先生使用安寧療護後的迴響裡提到因著這些醫護和關懷服務帶給他們一家人心裡的安舒，還有Katy寫給在天堂的Julie的一封信裡敘述她在陪伴Julie度過生命末期時她有機會說“謝謝妳”、“我愛妳”、“對不起”和“再見”。這些真實的故事，幫助我們了解在面對生命末期時，我們仍然能夠選擇一個對病人和家屬的身心靈有益的安寧服務。



▲龔振成，共同創辦人/總經理



# 為愛， 整理生命空間

陳維珊 『希望之心』共同創辦人/執行長

(本文摘錄自作者《因為愛,所以走過悲傷》關懷CD專輯)

我們都搬過家，搬家代表著一個舊的居住空間的結束，和一個新環境的開始。在搬家的時候最困擾的不是把那些經常使用的東西打包裝箱，而是處理在過去的日子裡，我們累積了許多捨不得丟，但是也不再適合我們使用的一些舊的衣服或物品。當你的親人過世或一段重要的關係結束之後，我們之前提到，有些人用一種快刀斬亂麻的方式，在很短的時間裡丟掉與過世或離開的那個人有關的一切物品，試圖躲開一切悲傷的記憶。實際上這麼做反倒使自己的心靈永遠有一個不能夠碰觸但是也不會癒合的傷口。

另外有一些人，卻是為了保有過世的人所留給我們的愛與記憶，把與他/她相關的一切物品就像木乃伊一樣原封不動的保存著看守著，這樣的舉動無疑像是給自己餵食了很強烈的防腐劑，然後自己就成了陪葬品。這兩種極端的做法，都令人擔憂，對撫平悲傷並沒有幫助。

在你的親人過世或者是一段重要關係結束之後，如果你已經經歷一段真實悲傷的過程，現在你來到生命的轉彎處，眺望未來的生活，不妨，你就從整理他/她所遺留下來的衣服和物品開始。

整理衣物對一般人來說看起來是很尋常的動作，可是對經歷失落的人來說，卻是跨越悲傷的一大步，因為你在處理衣物的時候，你也不全然只是處理衣物的本身，比較困難的其實是處理附著在衣物上的

情感記憶，你決定要不要保留一件衣物的時候，其實你同時也是決定你要繼續的收藏還是準備好要釋放積存在內心很久很久的感覺。你可能好久都不曾再去碰觸或看那些衣物一眼，你把它們束之高閣，它們代表的是你不敢、或不想去面對那些疼痛的感受。你也許會將它們保持原狀，如同他/她還在人世的時候，因為你擔心你對他/她的記憶會慢慢的消退，所以你經常會去摸一摸去聞一聞那個熟悉的味道，以免自己忘了他/她的樣子。

其實整理衣物的目的不是為了要藉由丟棄他/她的舊衣物，而讓你有一天終於能夠全然消除內心對他/她的悲傷。因為在人的生命裡面有一些事物，是沒有辦法而且也不需要去捨棄的，那些是我們生命裡面的典藏，我們想要永遠保存它們，因為這些事物能夠讓我們看到的時候，就覺得很熟悉很溫暖，就可以感覺到力量。所以你在處置這些衣物的時候，不一定是捨棄它們，或者捨棄它們曾經代表的的的那些重要意義。你只是整理出一些生命的空間，讓新的事物可以進來，讓你的生命裡可以容納得下新的感動，讓你的人生可以往前走得下去，而且要走得有新的力量，有新的驚喜，而不是在原地踏步，舉步維艱，很沉重的活著，就好像一潭沒辦法流動的死水。

我們都看過這些沒有流動的死水是什麼樣子，它們會滋長一些蚊蠅細菌，會渾濁不堪。沒有新的力量去注入的生命，就逐漸失去活下去的樂趣和意義，就像那一潭死水一樣。所以不要覺得你把摯愛的太太或者先生，或者是父母親所留下的這些衣物給了別人或捐了出去，你就是遺忘了他/她這個人，或者是你就捨棄了他/她留給你的愛與記憶，然後你感到很內疚。你所做的其實只是一種珍惜他/她所留給你的愛與記憶的一種行動，避免讓這些很珍貴的情感成為你生命要繼續往前走的包袱和重擔。當然，也有可能你要捐出去的是曾經帶給你傷害的人所留下來的遺物或是物品，那麼你所做的舉動，就像是釋放掉象徵這個人的不愉快的記憶，你決定不准許他/她繼續傷害你，這麼做是非常勇敢的。

有一個重要的提醒，當你把這些衣服物品分堆分類決定它們的去留時，除了一部分你很清楚要留

下繼續保存，和另一部份你在情感上已經可以放手送人或捐贈出去，會有一些衣服物品介於這兩種之間，你看到它們時，心裏還有些感覺，還有些不捨，讓你猶疑不定不知道該如何處置它們。那麼，建議你不要倉促的就把它們給處理掉，因為你很可能會在隔天或數天後，為這項衝動的決定感到後悔與懊惱。你可以把這類衣物暫時擱置幾個星期後，再把它們拿出來再度進行處理，決定有哪些是可以送走的。整理這些帶有情感意義的衣物時，請不要為難自己，同時也要對自己有信心。

你在整理衣物的時候，可以找個信任的朋友陪著你，告訴他/她你需要他/她在一旁支持你，但是不要期望你能夠一次就完全處理好，當然也不要告訴你要怎麼做，因為這是你的決定，是你自己內心必須走過的一個歷程。你所做的並不只是將衣物分類分堆這麼容易，你所做的需要一些心理預備，需要累積一些勇氣。

如果你是那些被邀請在這個過程中陪伴的關懷者，請你記得不要建議什麼該丟，什麼該留，也不要質疑他/她，留這個做什麼或者留那個幹什麼呢？請讓他/她自己決定，在他/她遲疑猶豫難以下決定的時

候，請不要催促他/她，給他/她一點點時間。如果他/她在那個時間哭泣，記得不要立刻就遞上手帕。再一次提醒，當你立刻遞上手帕，你可能當下就阻礙了他/她終於有勇氣要宣洩的，那些隱藏積累多時的情緒。在別人難過時遞上手帕，原本是善意與貼心的舉動，不過，對於這些正鼓起勇氣嘗試著釋放失落與悲傷情緒的朋友來說，他/她的內心有可能會再度自我暗示：流淚是不被許可的，悲傷是應該要隱藏的。因此，陪伴的人，請別立刻遞上手帕，給他/她機會去感受那種失落，允許他/她哭泣。

如果他/她有情緒不吐不快，你就聽他/她說，等他/她說完後安靜下來，你再問他/她要不要繼續整理。如果他/她覺得要停下來，今天已經不想再整理了，那麼，請告訴他/她，“沒有關係，他/她這麼做很不容易，很勇敢。”你看到他/她的努力，然後讓他/她知道，等他/她下一次想要整理的時候，如果他/她願意的話，還可以再找你。



◀ 陳維珊執照臨床社工師  
／心理治療師



二月11日前的兩三個星期內，我的五科體檢全搞定，順利通過。二月12日則需要前往聽肝臟報告。當天早晨禱告，心中非常平安，因為知道有主隨時的同在；主在掌權，於是自己一人去聽報告。

然而，醫生告訴我得了肝癌！由於早上的禱告有平安，所以我當時真的很鎮定，沒有埋怨或問為什麼此事會發生在我身上。只問醫生，下一步該怎麼做？現在回顧整個過程，只有七個字：“感恩，感恩，再感恩”。

回顧這當中發生的許多奇妙的安排：

- 老公的提醒，及時發現；
- 老公在旁的陪伴，鼓勵，給我許多的安慰和精神支柱（老公因為工作，不常在身旁）；
- 在台灣發生（在美國，當時我沒有醫療保險）；

我去年就安排今年初回台，計劃著到台北過年，和親友相聚，並做固定體檢...

到台北第二天開始，同學就已經安排好各種體檢。這回共看了六科：眼，牙，心臟，婦科，背/神經，肝/膽內科。台灣健保制度真好，但願台灣人民珍惜，不要浪費和濫用。

— 同學們的幫忙，親友們的關懷；  
— 最好的醫療團隊，基督徒護理照顧（2/18-2/23 過年期間前後順利安排，2/16見外科醫師，2/24進醫院，2/25早上第一個手術，2/27出院）；  
— 其中手術前也曾有害怕，面對新環境自然有拒絕的態度，不耐煩的時候；但手術順利；  
— 復檢時，醫生說：屬第一期肝癌，不需做任何藥物治療，只要保持身心靈健康正常作息生活，定期固定體檢；  
— 因為老公去年在台為我們預備一個固定的住處，開刀後，有安靜舒適地方靜養，恢復快速。謝謝老公多年來辛苦，細心，用心的預備，及時的派上用場；

經歷並知道了我的苦難是暫時的，我可以擔當的；我不能夠勝任的，有主奇妙的預備和保守！

這段時間，我學到許多功課，與大家分享，共勉之：

— 接受別人對我的好，不是那麼容易... 同學一句提醒：“朋友做什麼？”讓我謙卑欣然接受他們的關心，但是不敢認為那是理所當然的，只存著感謝的心接受。  
— 不要為明天憂慮。不是說我們不要計劃未來。只是明天如何，真不是我們可以掌控的。正如有人說計劃趕不上變化...  
— 以我從前的個性，每天必須是安排得滿滿的。沒計劃、不忙碌的一天，可以說是不可能的，覺得每天過著無所事事的日子很浪費時間，沒有價值。但是現在學習靜下心來，培養休息、休養、休閒的概念。  
— 但同時，我也學會真實的抓住，活在當下，接受事實，面對問題，接受新狀況，環境。  
— 當察覺有負面想法、自艾自憐行為時，趕緊遠離，看些正面的事物，和一些喜樂的朋友在一起。  
— 不要等累了，才休息。  
— 分享什麼（事實），和誰分享（考量對方可能的反應），為什麼分享（動機與目的），如何分享（表達方式，態度），再次對以後所說的任何話，都要負責。  
— 得到癌症，不是絕症；即便是，反而更要珍惜身體健康；好好過剩餘的日子。

— 我是B型肝炎帶原菌者，每年都有做驗血檢查，各種肝指數都在正常範圍內。是在肝的超音波中，才被診斷有肝癌。這裡提醒的功課是如你也是B型肝炎帶原菌者，務必每六個月照肝超音波。  
— 如做錯事，就謙卑認錯悔改；非常難，但是靠著神，是可能的！  
— 不再羨慕別人。  
— 更多一點幽默感。

我一直在思索要不要和大家分享過去這幾個月發生在我身上的事，因為這當中有些是隱私。經過謹慎考慮，覺得有必要。這並不是戲劇，或是要大家的同情，可憐，甚至擔心，特別是對一些認識我的親友們；只是覺得我的遭遇有太多奇妙的安排，怎麼可說是巧合？

總結過去幾個月，感謝天天經歷神的同在和保守，所以能有真平安，喜樂！遇到事，沒有手忙腳亂... 八月開始，我在美國可以有Medicare了。那將是我開刀六月後該復檢時候。多麼奇妙的時間安排，看見神奇異恩典！見證人生的盼望！很清楚知道健康家庭，愛神，愛人如己是神對我的呼召！

靠神的大能；祂差派一些天使親友，幫助我慢慢更珍惜過每一日；每天活著明白主的旨意，每天是很輕省的開始人生另外一新樂章。

因為我不再靠自己了，我不再需要用我的工作，證明我是楊某某...

神愛我這個人，不是因為我做了什麼！因為人能做的，在這大環境中，是那麼地有限...

一切榮耀歸於神！

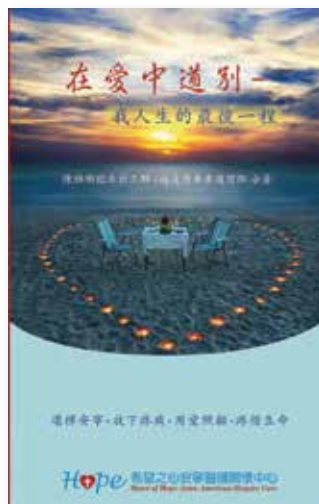
雖然得了癌症，但因及時，早期發現，這麼多奇妙的安排，所以我說因病得福。

感謝老天讓我得癌症，及時給我許多提醒，面對問題，一一去處理。



為了幫助在美國喪親或經歷生命重大失落的華裔朋友，角聲關懷在2013年3月正式出版「因為愛，所以走過悲傷」華語關懷系列6片CD專輯

，已開放購買。每套CD售價60美元，美國境內運費與加州購物稅另合計10美元，每套共計70美元。我們在希望之心的網站裡備有專輯試聽段落，歡迎各位前往<http://heartofhopehospice.org/node/34>試聽。如有興趣購買者，請直接從我們的網站下載申購表，連同支票寄到 Heart of Hope, 1922 The Alameda, Suite 215, San Jose, CA95126。（支票請寫給Weishan Chen，支票下方加註 Heart of Hope, Healing Grief In Love Project。）



由「希望之心」共同創辦人陳維珊執照臨床社工師和顧問趙菠倩資深專業護理師共同撰寫的『在愛中道別 - 我人生的最後一程』這一本中英文對照敘述生命末期病人最後6個月身心狀態的手冊已經發行了。這本手冊以末期病人第一人稱的方式陳述，讓陪伴者和探望者

了解病人可能出現的身體症狀、意識狀態、心情寫照和最後的期許 - 受尊重、有尊嚴、安詳地與親人在愛中道別。如果您覺得這本書對您所認識的朋友或親人可能有所幫助而希望購買這本手冊，請將書價(每本\$5)連同加州購物稅和郵資每本共\$8.50寫支票給HHAHC，註明Book，寄到 Heart of Hope, 1922 The Alameda, Suite 215, San Jose, CA 95126。歡迎您為這本手冊的後續發行捐款。



# 希望之心

## 彩虹乳癌/婦癌 互助小組

05/20 生命故事

06/17 人生驟變

07/15 壓力辨識

08/19 情緒疏導

09/16 溝通有方

10/21 自我接納

11/18 自助助人

12/16 彩虹人生

時間: 2015年5月-12月  
每個月第三個星期三  
上午10:30am至12:15pm

地點:  
希望之心安寧醫護關懷中心  
(原南灣『角聲癌症關懷』)  
1922 The Alameda, Suite 215,  
San Jose, CA 95126

★ 報名方法: 有興趣參加者,  
必須在專題舉行日期前  
致電報名。

**報名電話: 1-408-986-8584 語言: 以普通話為主**

### 全美免付費電話重症疾病教育講座

於每個月的第三個星期二下午6-7時（太平洋時間）舉行。免費及容易參加！你可以在全美各地或家裡使用電話參加國語電話講座。請事先報名以便取得免付費電話號碼和講義。

10/20/2015 晚期腎臟疾病患者的照護

11/17/2015 拒絕與失智共舞

12/15/2015 疾病的疼痛處理

活動預告請致電408-986-8584詢問  
或上網到[heartofhopehospice.org](http://heartofhopehospice.org)報名

帕金森氏症是一種慢性也是漸進性的中樞神經系統退化疾病，患者腦中的神經傳導遞質多巴胺（Dopamine）遞減，導致各種活動障礙。美國現在有超過150萬名患者，年齡越大罹患的機率也愈高，80歲以上的人有4%會得到此病，平均發病年齡是62歲。醫學界目前並不能用驗血或儀器來診斷出此病，也不知道此病的成因。因此，若出現動作明顯變慢，單側靜抖（身體沒動時候發抖），並且另外有肌肉僵硬或者走路不穩常摔跤時的狀況，就應馬上就醫，由醫師判斷是否罹患此病。

帕金森氏症臨床症狀一般分為五個階段：一）身體一邊出現手抖肌肉僵硬。二）身體兩邊出現抖動。三）全身僵硬、走路不穩用小碎步、易摔倒。四）患者需要拐杖輔助。五）完全無法行走。從發病到末期約為15到30年。

通常帕金森氏症的晚期臨床症狀可分為運動性障礙和非運動性障礙兩種。前者症狀為多動症、吃藥後時好時壞、身體變僵走路會摔倒。後者症狀為失憶（dementia）、精神問題像憂鬱症（depression）和幻覺、吞嚥困難和低血壓（orthostatic hypotension）以致於暈倒。

晚期的治療方法有：1）用藥物：治帕金森氏症的、憂鬱症和幻覺的、治失憶的藥等。

2）用DBS（腦深層電刺激也叫腦部起搏器），透過手術將電極導線植入，藉由電流控制腦中不正常的活動訊息來控制身體的運動。合適的病人可以用此手術治療，效果很好。3）用肉毒桿菌（Botox）可很有效的抑制流口水。更嚴重可能要用胃管。照顧晚期病人的家屬對此病的症狀要有所認識，知道這種病人的症狀常會受環境和情緒的影響而時好時壞，而非病人故意作對或假裝病重。

安寧療護近十年來已漸被接受，臨終病人用這種服務已從20%增到40%，其服務的範疇已從絕症（癌

症）病人擴大到慢性病（帕金森氏病、失憶症等）病人。安寧療護通常由一團隊負責（有醫師、護士、心理與社工師，護佐和靈性輔導人員等）照顧病人，對家屬也有輔導，且提供醫藥及必需的醫療器材如病床，氧氣筒，輪椅等等。Medicare與MediCal會支付安寧療護的費用，病人要加入安寧療護須符合三個條件：1）醫師診斷病人存活期在六個月之內。2）病人或家屬同意加入。3）提供安寧療護的機構是 Medicare 批准的。如果沒有保險，可以試著找非營利的安寧療護機構，一般都會願意免費提供照護。

## 帕金森氏症 (Parkinson's disease) 和晚期病患的照護



黃能淳神經專科醫師，  
美國神經委員會認證神經專科醫師

帕金森氏症病人何時進入安寧療護呢？與癌症病人不同，帕金森氏症病人存活期是很難預測的。但如果病人臥床多時不起，吞食困難且常有吸入性肺炎，疼痛難忍，失憶幻覺嚴重等症狀，就可與醫師討論安寧療護。進入安寧療護是先由主治醫師把病人提交到安寧療護機構，病人可以自由選擇合適的安寧療護機構，此機構再評估病人是否合乎安寧療護的條件，如合格就可立即開始。適時進入安寧療護可減輕病人痛苦，保持生活品質，減少親人辛勞，也可免除不必要的醫藥及檢查。

建立良好醫患關係是很重要的。醫師可早些教育病人家屬，讓他們知道這種病的漸進惡化性，考慮到病人的生活品質及提醒病人與家屬要早把必要的兩個法定文件準備好：

1）醫護事前指示書（Advance Health Care Directive）2）醫療代言委託書（Durable Power of Attorney for Health Care）。帕金森氏的病人家屬也應儘早和社會機構聯絡，了解可用的資源如養老院 Nursing Home 和喘息服務 Respite care。

1）醫護事前指示書（Advance Health Care Directive）2）醫療代言委託書（Durable Power of Attorney for Health Care）。帕金森氏的病人家屬也應儘早和社會機構聯絡，了解可用的資源如養老院 Nursing Home 和喘息服務 Respite care。





# 安息， 在愛裡

Jenny

約伯記1：21“我赤身出於母胎，也必赤身歸回；賞賜的是耶和華，收取的也是耶和華。耶和華的名是應當稱頌的。”

這是我在去年四月初得知先生被診斷出第四期肺腺癌之後，腦中浮現的一段經文。無比的震驚和不信過後，只能每天學習倚靠神的恩典走前面的未知路。我知道，這將是一場奮戰，很徹底並且毫不妥協；但我同時也深信詩篇65：11所記“你以恩典為年歲的冠冕，你的路徑都滴下脂油。”從他被診斷到安息主懷，將近一年多的日子以來，無數的奔波和治療所引起的副作用，看得我非常地心疼，感到不捨和無奈。但也在這段時間裡，我們有機會修復關係，彼此饒恕和感謝，最重要的是，我先生終於真心地回轉歸向神。我深知，因著神極大的憐憫和恩典，他走得非常平靜，我真的非常感恩。

在他治療到今年年初，醫生告知我們標靶藥物無效後，我心裏已有了最壞的打算。不多久，在第二輪化療的第二次療程當天，醫生建議我們不要再做任何積極性的治療，而推薦了安寧醫療的服務給我們

。接下來的一個星期，我先生面談了兩家服務機構，確實明白了解之後，選擇了其中一家比較信賴的，接受了他們的居家醫療照護及服務。自此，我先生在疼痛程度比以往減輕了許多，也不需要再舟車勞頓了。說真的，去醫院對當時的他來說是近乎萬般艱辛的。在最後的兩個多星期裡，隨著病況的發展，安寧醫療團隊密切的追蹤症狀及搭配所需用藥，使他的不適降到最低，並且也提供了醫療器具，如氧氣機，病床等，也有護佐協助他的清潔護理。除此之外，有社工及牧師的協談及諮詢，使我和兩個孩子在面對家庭巨變的同時，有實質的幫助。在最後的幾天，我也找了私人看護，輪流全天協助先生一切的需要。最後，我先生在過完我們結婚十二週年紀念日的隔天，安息主懷。我不能想像，若沒有居家安寧照護，我和孩子是否能在最後的那一刻環繞在側，一同為他來禱告、感謝及好好道別？在他身上，沒有任何殘酷的急救插管及儀器，我的孩子們說：“爸爸看起來好像還在呼吸。”他的面容真的好安詳，我深深相信，他在天父的懷抱中，與基督同在，有聖靈的環繞，真是好的無比。

“I am saved!”是我先生在走前幾天當我放詩歌給他聽時，突然從他口中迸出的一句話。是神的恩典，使這句話透過我先生的口而出，不僅帶給我極大的安慰，也使我明白他的救恩是真真確確，實實在在的。以賽亞書55:9“天怎樣高過地，照樣，我的道路高過你們的道路，我的意念高過你們的意念。”雖然不明白，但我告訴自己，要學習在人生的每個驚濤駭浪中，倚靠神並要知道祂仍坐著為王。詩篇29：10“洪水泛濫之時，耶和華坐著為王；耶和華坐著為王，直到永遠。”

“I am saved.”這句話至今仍餘音繞樑，是我和孩子們繼續勇敢往前行的鼓勵和確據。感謝神!

- Jenny Yeh

# 一封寫給在天堂 Julie 的信

Katy

記得在四月十四號的早上約九點的時候，我的內心深處一陣悸動，我知道你走了。因在上課中無法向你的先生確認，在第三堂快要下課的時候接到你大女兒芯的電話留言，確認你在那時離開人世！雖然我們認識才短短4年左右，可是我們確是交往至深的姐妹。你生病，我陪伴；你治療，我代禱。我們是被奇妙的主安排在一起，一同經歷基督無窮生命大能的生命夥伴。

在你去奧瑞崗州做幹細胞移植的6個月裡，每一天的電話禱告都是刻骨銘心，謝謝耶穌的信實，保守你沒有受到任何細菌的感染。你回來後，給我看醫院給你做的塑膠面膜；你也告訴我，當你要做電療時所要面對極大的強光而擔心另一隻眼睛也可能會瞎掉的恐懼，我對你能面對那麼巨大的痛苦而不放棄的勇敢肅然起敬；你又告訴我，你的身體已經經過至少60次以上的全身麻醉，長針要穿過全身再經過心臟，打藥劑到腦部，希望能消滅腦部的癌細胞。在一次又一次對身體嚴峻的煎熬下，醫生預估你的病頂多拖一年半，連醫生團隊都非常訝異，你如此強韌的生命力，竟堅持了將近7年的時間，你實在是一個永不放棄的生命鬥士。

還記得你的頭髮掉光後，我們一起的那張合照嗎？那時候我們還興高采烈的計劃等你病好了，我們兩家一起去意大利旅行。我們也常為我們的孩子們彼此代禱，盼望他們能更多的來愛主。那時候你住在離我家將近一個鐘頭車程的地方。我常在下課後直接從學校開車來看你，因為怕回程碰到下班時間會塞車，你總是很客氣地要我留下來吃飯，你包的火雞肉蝦餛飩味道真好。有一次，你們夫妻和我一起去看一個肺癌末期的男病人，向他傳福音。你毫無保留地來見證你的經歷和神在你身上的恩典。他聽了之後對你說：我的病和你比起來實在是小巫見大巫。可是他還是比你早走了兩年。當你們從舊址搬到了新家，我們夫婦來看望你們，你非常興奮地對

我們說：你們是第一批來探望我們的弟兄姊妹。

幹細胞移植過後不久，癌細胞擴散了，你十分的消沈。2014年的9月，你開始了安寧療護的階段。12月中一個風暴要來的夜晚，你的情況危急，那時你無力地靠在我身邊，眼中充滿了淚水。我們手握著手向主求恩典，你突然張開了口，給我看你舌頭上佈滿了小黑點，你的臉上充滿了恐懼。那次以後，你開始不能說話和行動了，大小便已無法自主。後來的兩次看你，每當我向你唱詩和禱告，你的臉上充滿了喜悅和滿足。最後一次的見面，你的呼吸已很微弱，雙目緊閉，可是當我為你禱告之後，你的手緩緩地伸向我，我們握著手，淚水緩緩地流下。

回想每一次見到你，你總是那樣的優雅從容，又是那樣的善體人意。你常對我說的一句話是---神永遠不會錯，只要相信祂。你的先生衛，他總是那樣的笑容可掬，體貼周到，把你照顧得無微不至。你的3個孩子，芯、耀和珍也盡力地輪流來照顧你。大女兒芯，身體並不頂好，但是她一趟又一趟的從西雅圖飛來任勞任怨地照顧媽媽。她那溫婉孝順的個性，令我印象深刻，也感動不已。現在你在家人和弟兄姊妹的愛和不捨中卸下了一切的勞苦，走完了人生最後的一程。

我們的生命好像是雲霧，出現少時，就不見了。我們的兩手空空的來，也空空的走。我們出於塵土，也必歸於塵土。親愛的朋友，我要對你說“謝謝你”，因為你教導我在遭遇人生苦難的時候，如何靠主站立；又要對你說“我愛你”，因為你對主堅定不移的信心；同時也要對你說“對不起”，我應該花更多的時間來看望你和陪伴你；現在我們要說“再見”了，我們天家再見！

思念你的Katy 上





## 2015年『因為愛』 感恩音樂會和茶會

時間：11/14/2015星期六1:45-3:45pm

地點：矽谷基督徒聚會

Silicon Valley Christian Assembly  
3131 Bowers Ave., Santa Clara, CA 95054

由星島中文電台節目主持人曾智寧小姐  
和希望之心董事韓應峰先生共同主持  
節目內容：鋼琴和長笛演奏，報告，  
病友、病人家屬、及義工的見證分享，  
勉勵；音樂會後茶點招待。

歡迎舊友新知參加。

請致電408-986-8584

索取免費門票。



### 希望之心

誠徵下列義工一起

服務社區：

- 中英文打字
  - 翻譯（中英，英中）
  - 季刊編輯
  - 美術設計排版
- 彈性服務時間，  
請致電408-986-8584  
與我們聯絡。

## 『陪您走到最後--生命末期關懷及安寧療護講座』

近年來，越來越多華裔人士感到生命末期關懷及安寧療護議題的重要性。我們希望藉著這個講座能夠幫助華人了解面對生命末期的各樣狀況與需要，並且認識美國醫療體系裡有關生命末期的醫護選擇，澄清對安寧療護的迷思與誤解，好讓病人和家屬能夠在有需要接受照護的時候，得到應有的醫護和關懷服務。

此講座將由華裔安寧醫護專業人員，包含專業護理師，社工心理師，靈性輔導員，律師，接受過安寧療護服務的家屬等人以國語演講，並由所有講員共同參與問題討論。

時間：2015年10月17日，星期六，上午8時30分至下午5時

地點：南灣愛修基督教會 South Bay Agape Christian Church, 1255 Pedro St., San Jose, CA 95126

講座內容：

- 安寧療護與華人文化中面對生命末期的特殊議題 陳維珊，加州執照臨床社工師 / 心理治療師  
a 病情告知 b 止痛藥品 c 照護與治療決定權
- 生命末期病人家屬心理建設及事前規劃事項 陳江海，安寧療護使用者家屬
- 生命末期病人身體的需求與照顧 吳秋芳，安寧療護護理師
- 生命末期病人情緒/社會心理的需求與照顧 陳維珊，加州執照臨床社工師 / 心理治療師
- 生命末期病人靈性的需求與照顧 勞乃遜，舊金山東華醫院靈性輔導員  
(英語主講,中文字幕)
- 遺愛不遺亂-生前資產規劃，保護家人 李傑夫律師
- 「醫療照護事前指示」及「維生治療決定醫囑」 趙波倩，腫瘤專科護理師

報名：免費參加。報名方式：(1) 請致電「希望之心安寧醫護關懷中心」(408)986-8584報名

(2) 或上網到<http://heartofhopehospice.org>報名 (3) 若由希望之心代訂三明治午餐，每份\$10，當天收費



Non-Profit Org.  
US Postage  
PAID  
Permit #5294  
San Jose, CA

1922 The Alameda, Suite 215  
San Jose, CA 95126

『希望之心安寧醫護關懷中心』，非營利機構，承接和擴展『角聲癌症關懷』原有服務。繼續協助全美華人癌症與其他重症患者和家屬，克服文化、環境、語言和心理障礙，面對疾病，並訓練關懷義工為病人和家屬提供心靈支持。將來取得加州安寧療護執照之後，將為北加州南灣及部分東灣地區的華亞裔生命末期病人和家屬，提供專業醫護服務與關懷。無醫療保險的病人，本機構將盡力提供慈惠專業醫護服務。

**服務項目:**

- 舊金山灣區重症心靈關懷熱線  
1-888-663-8585 (週一至週五)
- 癌友互助會
- 安寧療護電話關懷/家訪義工訓練
- 各類重症專業醫療照護社區講座
- 全美免費癌症關懷電話熱線  
1-888-663-8585 (週一至週五)
- 全美免費重症疾病電話教育講座  
(每月第三個週二6-7時，太平洋時間)  
報名電話(408)986-8584
- 免費抗癌資訊和社區資源轉介
- 『希望心園』關懷季刊

希望之心安寧醫護關懷中心於2015年4月至8月收到下列捐款和活動贊助:

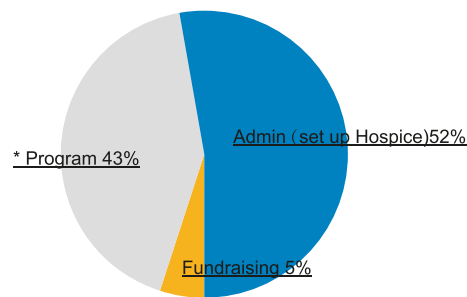
**A. Friend of Life Pioneer Donor** 生命之友先驅捐助者或活動贊助者, \$50,000以上. N/A

**B. Friend of Love Donor** 慈愛之友捐助者或活動贊助者, \$10,000至\$49,999. Yuan, Jack-Hung & Anna Yenhua

**C. Friend of Hope Donor** 希望之友捐助者或活動贊助者, \$1,000至\$9,999. Wu, Yun-Hwa Janet; Yen, Shu-Yuan & Lihui; Lai, Hsu Sng-Un; En-Yong Foundation; Oak Hill Memorial Park & Mortuary; El Camino Hospital; Hung, Alvin & Rebecca; Anonymous; Chi, Eric; South Bay Agape Christian Church; Cheng, Yuan Chai; The Home of Christ Church-Menlo Park; Ling, Katherine Lam Ho Mo; GOOGLE INC.; Mission Hospice of San Mateo County; Butt, Fidelia; Wang, Bob; Kang, Peiquan; Kwong, Celia Y

**D. Friend of Hospice Donor** 安寧之友捐助者或活動贊助者, \$1,000以下任何金額. Hu, Henry; Great Commission Center International; Young, Alexandra H; Coalition for Compassionate Care; Chinese Christian Mission Church; Crosspoint Community Church; Chen, Roulhwai & Ellen; Huang, May & Howard; Chow, Raymond W S & Mandy W Wu; Sun, Dailan; Silicon Valley Community Foundation; Hwang, Charlotte; Leung, Michael; Chen, Oliver T & Helen H; Kao, Shaw Lan; Chen, Don & Hsu, Michelle; Lai, Siutze E; Lee, Sze Ming; Sai, Raymond; Wang, Jih M.; Tam, Hung Keung; Anonymous; Liao, Steve; Fok, Katherine Sik Ling; Lin, Chiu-Jung; Wong, Alan; Kung, Jerry; Chen, Tai-Huang & Li, Sha; Tsao, Yu-Hwa; Yang-Wurm, Teh-Jung; Canton, Godofredo E & Phan Duong; Wong, David M & Katy H; Chu, Caroline; Wong, Gladys; Chau, Dorothy Sau Chun Mak; Chin, Pi-Wei; Zhao, Yue; Lo, Cha Chen; Sun, Cilin; Yee, Ding Ping & Li, Kun; Mak, Helen S L; Wang, Carrie H; Wu, Suyuan; Lu, P. & I. M.; Hsu, Hsiu Chu Liu & Tsann-Rong; Chui, Hon You; Ho, Josephine Fung King; Chew, Justin; Chuang, Chiachi; AmazonSmile Foundation

Income and Expenses, April 1 - August 31, 2015						
	April	May	June	July	August	Total
Income	\$2,863	\$6,813	\$15,779	\$15,720	\$13,825	\$ 55,001
Expenses	\$17,856	\$26,462	\$18,742	\$20,307	\$27,393	\$110,762
Net Income /Loss	-\$14,993	-\$19,649	-\$2,963	-\$4,587	-\$13,568	-\$ 55,761



\* Program includes: (1) Community Education (2) Publications (3) Volunteer & Staff Education (4) Community Patient Support