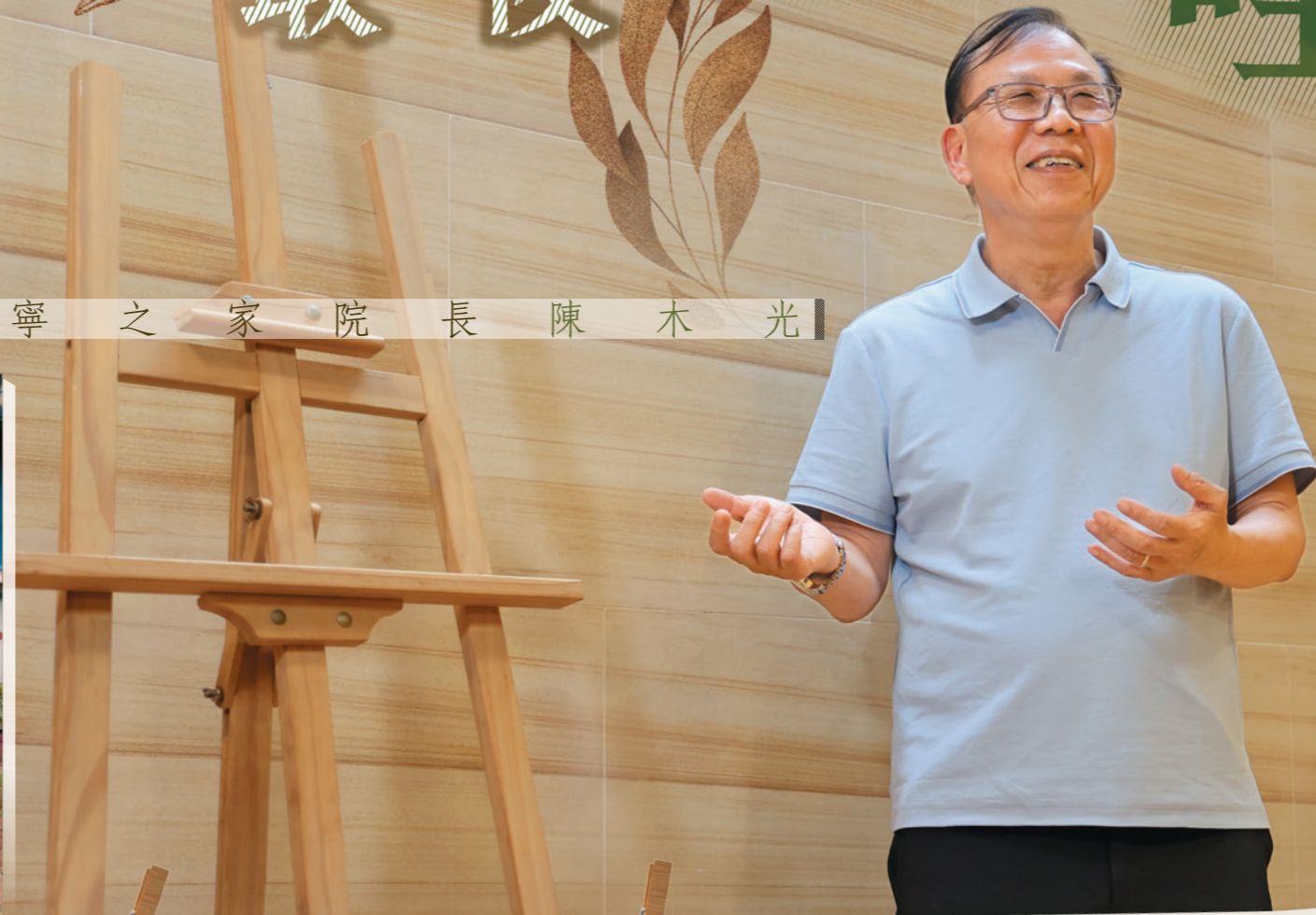


最後一哩路

▲陳木光指靜思室的天窗能讓陽光射進，一室溫暖，很多人在這裏舉行追思會，和親人好好告別。



「賽馬會善寧之家」院長陳木光

訪

問當天，九龍塘畢架山又發生倫常悲劇，年老照顧者涉殺死行動不便的丈夫然後自殺。類似悲劇，不時發生，要「好活」不易，人生最後一哩路，要「好死」更難。

位於沙田亞公角山路的善寧之家，背山面海，平台小花園有面牆寫着愛、寬恕和尊嚴。「愛和尊嚴，對每個人都好重要，亦好需要。」陳木光四年前出任善寧之家院長，對於這份退休後的工作，他直言既沉重，挑戰亦很大，「考慮了一個晚上，覺得有意義，就接受了。」

退休前任職醫管局新界西聯網護理總經理，主力做行政工作，來到這裏卻要一身兼數職，由撰寫報告尋求資金、改革人手和前



▲七九年考入護士學校，陳木光先後在葵涌醫院及青山醫院工作，圖為他在青山醫院病房外的花園留影。

有影皆雙的恩愛夫妻，珍惜仍可並肩行公園的早晨時光；白頭人送黑頭人的哀傷父母，期盼能夠陪伴患腦癌的兒子並好好道別；還有在死亡邊緣掙扎的他，只想在最後歲月回家一趟，飲一杯久違了的香濃奶茶。

陪伴病人走完人生最後一哩路，賽馬會善寧之家院長陳木光說，心情雖沉重，意義卻重大。

「你未必可醫好病人，但能夠讓他們在人生最後的時間感到寬慰，帶給家人安慰，就已足夠。」以自負盈虧經營的善寧之家，專為晚期病人及家庭提供寧養舒緩服務，近距離凝視死亡，醫護出身的陳木光，也有很多難過和不捨，所以自己先要學習放下。

上任即推連串改革

線服務，到接聽家屬查詢電話，甚至上病房派禮物，有時都要一腳踢，「試過幫忙接聽查詢電話，對方剛巧是一個基金的CEO，了解我們的工作之後，竟主動提出資助，這是意外收穫。」他說。

以自負盈虧經營的善寧之家，於二〇一七年由賽馬會撥款興建，是香港首家以家庭為本的寧養中心，院舍共設三十間設備齊全的獨立病房，專為晚期病人及家庭提供齊全的舒緩服務。陳木光說，最初的構想是由非資助宿位補貼資助宿位，但現實是非資助宿位入住率並不理想，故上任後他提出連串改革，首要是優化收費，包括推出月費計劃和日住全包，鼓勵家人多陪伴，達至一定時數，可以扣減收費。



八八年衛生界功能組別選舉前，護士界舉行討論會，陳木光是講者之一。



退休前任職醫管局新界西聯網護理總經理的陳木光，不時到內地醫院講學和交流。

「你未必可醫好病人，但能夠讓他們在人生最後的時間感到寬慰，帶給家人安慰，就已足夠。」



院舍平台有一幅寫滿字的牆，陳木光說，人生最後一段路，愛、寬恕和尊嚴，對每個人都好重要，亦好需要。

醫管局出身的他，又着力加強和公立醫院合作，簡化轉介病人的程序，「只要病人家屬打電話來，我們就會派外展護士到醫院探訪，評估情況，再由社工確定是否屬資助個案。」大半生從事醫護工作，陳木光深信寧養舒緩服務需求殷切，如何讓服務「被看見」，讓有能力負擔的人有選擇，讓有需求但無力負擔的人獲資助，是當務之急。

陳木光出身基層家庭，爸爸是運輸工，媽媽是家庭主婦，父母為口奔馳，六兄弟姊妹他排行第二。陳木光自小冇嚴重口吃，七五年中學畢業，做過工廠散工和地盤工等，他人行做白衣天使只是偶然，「細個有

口吃，考政府工幾次都滑鐵盧，很不甘心，輾轉看門診被轉介接受言語治療，因而遇到我的恩師。」

有口難言的同理心

七十年代，言語治療是新事物，治療近一年，重新學習咬字，尋回的不再是流暢表達能力，還有自信，「恩師是香港第一個言語治療師，就好像我的家人，知道我家境清貧，覺得我性格細心正面，好適合做護士，說當護士可以住宿舍，鼓勵我投考。」事實證明，這是陳木光正確的人生決定，七九年考入護士學校，其後成為精神科註冊護士，

先後在葵涌醫院及青山醫院工作，之後升任新界西聯網護理總經理直至退休。

陳木光未加入善寧會前，和普羅大眾一樣，對寧養及舒緩治療認識不深，「但這幾年的親身體驗是，平均每兩個接受過服務的病人，就有一個會捐款，所以我常常勉勵前線同事，做好服務就夠，不須太擔心自負盈虧的問題。」

陪伴病人走完人生最後一段路，可以不留遺憾，陳木光說這很重要，但不容易，要由病人最微小的心願開始。他遇過有吞嚥困難的病人想食燒鵝，買回來讓他聞一下就好；

「好死」很奢侈

善終是人生最後的福氣，但這福氣對香港人來說，卻有點奢侈。公營舒緩病床現時共有約三百五十張，專科醫生不足三十個，相對於死亡人口是杯水車薪。以自負盈虧方式經營的寧養院共有三間，除了「賽馬會善寧負盈虧服務」的寧養院共有三間，除了「賽馬會善寧負盈虧服務」的醫院，又成立首支家庭護理團隊，多年來積極推動寧養舒緩服務。

早年稱為「善終服務」的舒緩治療與寧養服務，是為危重或嚴重病患者提供治療護理，服務在八十年代逐步發展，於八六年成立的「善終服務會」（善寧會前身）創辦「白普理寧養中心」，是香港第一間獨立提供寧養服務的醫院，又成立首支家庭護理團隊，多年來積極推動寧養舒緩服務。

推行這種前瞻性服務初時，市民仍不認識舒緩治療，部分更誤以為是消極方案，或是臨終的最後選擇，但舒緩治療與積極治療其實可共同進行。

陳木光常走進病房，了解病人和家屬需要，因為他很珍惜陪伴病人和家屬走過的每一段路。



自負盈虧經營並不容易，善寧會上月舉行登山善行籌款活動，為善寧之家籌款。

痛，院方過去就曾開綠燈，安排兩老一同入住病房，只為讓傷心父母在兒子最後的時間，陪伴在側好好告別。

計劃擴展寧養服務

令他特別難忘的，是一對有影皆雙的恩愛夫妻，「原本在護老院住的公公和婆婆好恩愛，因為公公病情惡化，不想入住醫院被逼與愛妻分離，他倆無兒女，但有一個非常孝順的姪女，安排兩老入住這裏，每朝十點會見到他倆在小花園散步，有影皆雙，成為這裏的美談。」住了四十七日，公公走了，剩下婆婆孤身一人，但陳木光說婆婆離開時的說話讓他釋懷，「婆婆說在這裏是她人生最快樂的日子，她答應過公公，一定會好好生活下去。」

「你未必可醫好病人，但能夠讓他們在人生最後的時間感到寬慰，帶給家人安慰，就已足夠。」隨着人口老化，陳木光正計劃擴展寧養服務，包括和安老院舍合作，為院舍員工提供訓練，並協助護老院設正規房間，讓晚期病人入住。

總是近距離面對死亡，陳木光跟同樣做醫護出身的太太，一早立了遺囑，為身後事做好準備，「子女早已長大成人，現時最重要是定期體檢保持健康。」

又有行動不便但堅持想回家一趟的病人，「原來好想跟兒子親身交代屋企有甚麼機關，返到屋企又第一時間叫兒子買一杯奶茶給他飲。」他說，這些再微小的要求都會被重視。

「好多晚期病人不懂表達，我們要有更多耐心，要識問點解，讓病人覺得被尊重。」少年時代慘受口吃之苦的陳木光，對此深有體會，故他招聘人手時，最重視對方待人接物的態度。「好多人覺得為病人做的決定是最好，但其實未必，多點同理心，可能的話讓病人自己選擇就好。」生死不由人，但在最後的時光，擁有話語權，也許才是真正幸福。

「生老病死無可避免，見到好多人到人生最後一刻有好多後悔，



權充導遊帶不同團體參觀院舍，陳木光希望更多人可以認識寧養及舒緩服務。

一時間派社工跟進，又邀請年輕媽媽和孩子回院舍做義工，與他們緊密聯絡，陪伴傷心的家人走過艱難的一段路。還有白頭人送黑頭人的