



Let's do ATP!

澄  
雲

MEMO

# 0

## 前言

「知死有備、樂活善生」是澄雲會的理念！

換句話說，既然我們都是「向死而生」，「必然會死」，則於死亡來臨前，我們何不珍惜、把握當下的時間，於對死亡預先有所準備下，愉快生活而完善我們的人生？

「澄雲MEMO」，是一本協助大家筆記死亡準備、規劃善生的生命紀錄本及人生計畫小冊子。

不管是獨自靜思後，還是與親人、摯友甚且醫療照護專業團隊人員，彼此溝通交流、共同討論後，如您就當下想法，想留下書面紀錄時，皆歡迎您打開「澄雲MEMO」，就MEMO中所提到，有關死亡準備的各種事項，即時筆記，留下您思考的足跡…

這些筆記，可幫助您省思死生，作些準備，調整步伐，更踏實地經營人生、完善人生；

這些筆記，也可提供您的親人、摯友甚且醫療照護專業團隊人員，能夠知曉您對死亡準備相關事項的一些想法及決定；萬一您於未來發生喪失意思能力，而無法為意思表達時，他們也可基於這些筆記所記載的內容，作為依據、指引，以代替您決定有關醫療、財產，甚且身後事的一些事項，而實現您的想法、計畫，守護您的最佳利益。

這些筆記，也會是您珍貴的人生紀錄，在生命最終時刻來臨前，您可隨時加以回顧、隨時予以調整；而於生命最終時刻來臨後，這些筆記，也將是您所留下的人生足跡、唯一無二的生命故事…

打開「澄雲MEMO」，筆記您的人生紀錄，預為準備，完善人生吧！

## ■ 我的基本資料

姓名	中文： 英文：
生日	
身分證字號/ 護照號碼	
住所	
聯絡方式	電話： 電子郵件： 其他（FB、Line ID）：

# 壹

人生觀  
生死觀

一、我想「生命」的意義是：

二、我對「死亡」的看法是：

三、於人生的最終階段，對我而言，重要的是：

四、對我而言，「知死有備」，指的是：

五、對我而言，「樂活善生」，指的是：

# 貳

## 醫療

### 一、當我罹患癌症等重大疾病時：

#### 1. 病情告知

- 請明確告知我的病名、餘命
- 只需告知我病名
- 不要告知我病名、餘命，請告知我家人：  
\_\_\_\_\_ (關係：\_\_\_\_\_) 或我的  
醫療委任代理人<sup>1</sup>即可。

我的醫療委任代理人	
姓名：	身分證號碼：
聯絡電話：	住址：

#### 2. 病情討論

- 我希望與家人、醫療委任代理人及醫療團隊討論。
- 我會自己決定



### 3. 後續醫療

我希望盡一切治療

我希望接受緩和醫療<sup>2</sup>

我希望先盡一切治療，再依治療情況，考量是否改為緩和醫療。

### 4. 其他我會擔心的事：

## 二、當我確診嚴重傷病，經醫師診斷判定不可治癒， 近期內死亡已不可避免時：

### 1. 我希望在以下場所療養至辭世(請填入1~5之順序)：

( ) 自家

( ) 醫院一般病房

( ) 醫院安寧病房

( ) 養護機構

( ) 其他：\_\_\_\_\_

## 2.當我無法自行進食時：

我拒絕任何人工營養及流體餵養<sup>3</sup>，請協助我經口進食。

我不排斥人工營養及流體餵養，請依以下1~5之順序：

( )鼻胃管<sup>4</sup>、( )胃造口<sup>5</sup>、( )注射點滴<sup>6</sup>、

( )中心靜脈注射<sup>7</sup>、( )其他：\_\_\_\_\_

## 3.當我病情惡化，致有施行維持生命治療<sup>8</sup>。(如心肺復甦術等)之需要時：

請幫我施行維持生命治療

請幫我施行維持生命治療\_\_\_\_\_月後再停止。

我拒絕施行維持生命治療，請直接提供緩和醫療予我。

## 4.其他我會擔心的事：

### 三、當我處於意識昏迷或無法清楚表達意願時：

#### 1. 我希望在以下場所療養至辭世(請填入1~5之順序)：

- ( ) 自家
- ( ) 醫院一般病房
- ( ) 醫院安寧病房
- ( ) 養護機構
- ( ) 其他：\_\_\_\_\_

#### 2. 當我無法自行進食時：

我拒絕任何人工營養及流體餵養，請協助我經口進食。

我不排斥人工營養及流體餵養，請依以下1~5之順序：

- ( ) 鼻胃管、( ) 胃造口、( ) 注射點滴、
- ( ) 中心靜脈注射、( ) 其他：\_\_\_\_\_

3. 當有施行維持生命治療(如心肺復甦術等)之需要時：

請幫我施行維持生命治療

請幫我施行維持生命治療\_\_\_\_\_月後再停止。

我拒絕施行維持生命治療，請直接提供緩和醫療予我。

4. 以上1~3項，均委由我的醫療委任代理人基於我的想法，全權、直接代替我決定。

是

否

5. 其他我會擔心的事：

## 本節專有名詞註釋

- 1.醫療委任代理人：指接受本人書面委任、授權，基於本人之指示、意願，代理本人為有關本人醫療照護事項之決定者。
- 2.緩和醫療：指為減輕或免除病人之生理、心理及靈性痛苦，施予緩解性、支持性之醫療照護，以增進病人的生活品質(Quality of Life, QOL)。
- 3.人工營養及流體餵養：指透過導管或其他侵入性措施(如鼻胃管、胃造口、點滴等)，餵養食物與水分。
- 4.鼻胃管：指使用管子從鼻子進入，通過食道而連通到胃部，並藉由此管子，將水分、流體物質，甚至藥物注入到胃部之作法。
- 5.胃造口：指使用胃鏡手術，而從腹部皮膚直接設置管子連通胃部，並藉由此管子，將水分、流體物質，甚至藥物注入到胃部之作法。
- 6.注射點滴：指藉由注射予手腳靜脈之管子，將水分、營養等予以注入體內之作法。
- 7.中心靜脈注射：指藉由注射予鎖骨下方或與頭部接近靜脈之導管，將水分、營養等予以注入體內之作法。
- 8.維持生命治療：指心肺復甦術、機械式維生系統、血液製品、為特定疾病而設之專門治療、重度感染時所給予之抗生素等任何有可能延長病人生命之必要醫療措施。
  - 心肺復甦術：指於心臟、肺臟陷入停止時，藉由人工呼吸、心臟按摩、電擊及注射藥物等方法，以回復心臟跳動及肺臟呼吸之作法。
  - 機械式維生系統：指使用機械以維持心臟、肺臟及肝臟等重要器官功能之設備系統。例如葉克膜、呼吸器及洗肝機等。
  - 血液製品：是指由健康人的血液、血漿等，藉由血漿分離、純化或重組DNA等技術所製成的產品。
  - 為特定疾病而設之專門治療：指針對特定疾病所實施之專門醫療行為。例如洗腎、癌症化學療法等。
  - 重度感染時所給予之抗生素：指當罹患重度感染疾病時，得清除、抑制細菌所引起之發炎、高燒等不適症狀之藥物。
- 9.意識昏迷或無法清楚表達意願：指無法以言語或動作等非言語方式，而為意思表示或受意思表示之狀態。

# 參

## 照護

當我需要接受長期照護時

### 一、照護場所

我希望在以下場所接受照護  
(請填入1~3之順序)：

- ( ) 自家
- ( ) 養護機構
- ( ) 其他：\_\_\_\_\_

### 二、照護人員及性別

1. 我希望接受以下人員照護(請填入1~4之順序)：

- ( ) 家人、( ) 照服員、( ) 養護機構人員、
- ( ) 其他：\_\_\_\_\_

2. 我希望照護人員之性別(請填入1~4之順序)：

- ( ) 男、( ) 女、( ) 其他：\_\_\_\_\_、( ) 皆可

### 三、照護方式

我希望接受以下方式的照護(如經口進食、自行入廁、自行入浴等)：

## 四、養護機構

如我選擇到養護機構接受照護，我希望養護機構符合以下條件：

- 1.地點：\_\_\_\_\_
- 2.入住人數：\_\_\_\_\_人以下
- 3.照護人數：\_\_\_\_\_人以上
- 4.入住費用：\_\_\_\_\_元/月以下
- 5.我已決定以下養護機構：\_\_\_\_\_
- 6.其他：

## 五、意定監護人<sup>10</sup>

- 我尚未考慮是否委任意定監護人
- 我已委任我的意定監護人(姓名：\_\_\_\_\_、  
身分證號碼：\_\_\_\_\_、電話：\_\_\_\_\_)

## 六、其他有關【照護】的想法？想與誰討論？

### 本節專有名詞註釋

10.意定監護人：指與本人簽立意定監護契約並經公證，約定於本人受監護宣告時，允為擔任本人監護人者。

### 一、信託

尚未考慮是否信託

我已處理信託規劃，並委由我的信託監察人<sup>11</sup>

(姓名：\_\_\_\_\_、

身分證號碼：\_\_\_\_\_、

電話：\_\_\_\_\_ ) 監察信託事務的執行。

### 二、保險

尚未考慮是否保險

我已處理保險規劃，並委由我的保險業務人員

(姓名：\_\_\_\_\_、身分證號碼：\_\_\_\_\_、

電話：\_\_\_\_\_ ) 處理保險事務。



### 三、遺囑

尚未考慮是否書立遺囑

我已書立遺囑，並委由我的遺囑執行人

(姓名：\_\_\_\_\_、身分證號碼：\_\_\_\_\_、

電話：\_\_\_\_\_ ) 執行遺囑事宜。

### 四、其他想法

我對生前財產處理之其他想法：

#### 本節專有名詞註釋

11. 信託監察人：指為保護受益人及信託財產，監督受託人執行信託事務之人。

# 伍

## 身後處理

身後處理如下：  
當我辭世後，我希望的

### 本節專有名詞註釋

12.生前殯葬服務契約：指與殯葬禮儀服務業約定於一方或其約定之人死亡後，由殯葬禮儀服務業提供殯葬服務之契約。

### 一、有關「生前殯葬服務契約<sup>12</sup>」：

- 尚未考慮是否簽立生前殯葬服務契約
- 我已簽立生前殯葬服務契約，並委由我的遺囑執行人  
(姓名：\_\_\_\_\_、  
身分證號碼：\_\_\_\_\_、  
電話：\_\_\_\_\_ )執行契約事宜。

### 二、告別式

- 請勿幫我舉行告別式
- 可幫我舉行如下方式之告別式：
  - 一般告別式、 佛教告別式、 天主教告別式、 基督教告別式、
  - 其他：\_\_\_\_\_
  - 告別式同意親友瞻養遺容

### 三、葬法

1.我選擇以下葬法(請填入1~5之順序)：

( )火葬、( )土葬、( )樹葬、( )花葬、( )海葬、( )灑葬、

( )其他：\_\_\_\_\_

2.下葬地點、儀式等，我想：

3.我希望以下物品陪我一起下葬：

### 四、其他想法

我對生前財產處理之其他想法：

# 陸

## 生命 回顧與展望

我的重要生命故事如下：  
如以十年為期，每十年內，

0~10歲

11~20歲

21~30歲

31~40歲

41~50歲

51~60歲

61~70歲

71~80歲

81~90歲

91~100歲

101~110歲

110~120歲

# 柒

我還想……

## 我還想……

我有以下待辦事項，在我辭世前，將努力完成：

事項	預定完成日
向以下人士道謝：	
向以下人士道歉：	
向以下人士道愛：	
向以下人士道別：	

其他待辦心願清單：



我還想說……

除了以上事項，對於我的人生，我還想說(自由書寫)：



以上內容，確實都是本人之意思、想法，  
謹此為記！

### 筆記人

姓名：\_\_\_\_\_ (親簽)

日期：西元 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

### 見證人

姓名	中文：	英文：
生日	西元	年 月 日
身分證字號/護照號碼		
住所		
聯絡方式	電話： 電子郵件： 其他 (FB、Line ID)：	

姓名	中文：	英文：
生日	西元	年 月 日
身分證字號/護照號碼		
住所		
聯絡方式	電話： 電子郵件： 其他 (FB、Line ID)：	



社團法人台灣澄雲死生教育協會 出品

# 澄雲 MEMO

出版單位 社團法人台灣澄雲死生教育協會

理事長 黃三榮

文字 黃三榮、陳遠銓、李維中、李育瑄、彭瑞驊、邱綉棋

編輯 葉庭瑜

會址 106-46 台北市大安區師大路83巷2-1號2樓

聯絡電話 02-23690381

官方網站 [www.twchengyun.org](http://www.twchengyun.org)

連絡信箱 [TWchengyun@gmail.com](mailto:TWchengyun@gmail.com)

統一編號 76342082



社團法人台灣澄雲死生教育協會 出品