



齐创关怀友善社区
共建安宁疗护服务

2023年10月14日
界安宁疗护日





数字工具箱




whpca
worldwide hospice palliative care alliance

目录

3 关于世界安宁疗护日 (WHPCD)

5 为什么需要世界安宁疗护日?

6 谁设定了世界安宁疗护日?

7 世界安宁疗护日的次主题

9 活动关键信息

11 主要期盼

12 关怀友善城市宪章

13 社交媒体信息样本

15 其他资源

17 参与方式

19 筹集经费

20 活动品牌建设



关于世界安宁疗护日

世界安宁疗护日（WHPCD）是一个支持安宁疗护与缓和医疗的年度联合行动日。安宁疗护是一种跨学科的护理方法，旨在减轻患有严重疾病的患者和他们的照护者的痛苦，提高生活质量。世界安宁疗护日相关活动已经连续举办19年。在**10**月**14**日星期六，请加入我们的行列，在世界各地共同倡导更好的安宁疗护服务。我们将同心协力，在不同的环境中尽我们所能共同呼吁：“只有将安宁疗护纳入全球医疗系统，才有真正的全民健康保险（UHC）。”

2023年WHPCD的主题是“齐创关怀友善社区，共建安宁疗护服务”**（Compassionate Communities: Together for Palliative Care）**。关怀友善（Compassion）一般是指对经历痛苦的人的强烈共情及帮助他们的愿望。而真正的关怀友善则意味着认识到他人的痛苦，然后实际采取行动去帮助他们。现在比以往任何时候都更需要团结起来，支持彼此。安宁疗护是我们共同的责任。安宁疗护可以改善重疾患者从诊断开始直至生命最终阶段整个过程中的生命质量。安宁疗护也关注患者的照护者的健康和福祉，其中包括在丧亲后的善别关怀。

关怀友善社区关心人们，帮助人们的生活，连接人们与服务，并提高人们对临终相关问题的认识。我们希望与政府和相关方合作，推动安宁疗护相关的健康促进，共同支持社区成员的整个生命周期，直到生命结束。近年来，世界各地已经建立了数百个关怀友善社区。我们相信，安宁疗护服务与关怀友善社区的整合将更好地满足社区中弱势人群的需求。

我们需要增强基于社区的健康促进政策。

此外，将安疗护宁纳入医疗保健系统是实现全民健康保险（UHC）的重要组成部分，这也包括金融风险保护。获得高质量的基本医疗服务及安全、有效、优质、可负担的基本药物对所有人来说都至关重要。关怀友善社区宪章(**The charter of compassion)**指出，我们应该尊重每一个人，以绝对的公正、公平和尊重对待每一个人。

图1.患者和亲属是社区关怀的中心





为什么需要世界安宁疗护日？

在很多地方，安宁疗护的需求尚未得到满足。我们与世界卫生组织（WHO）出版的《全球安宁疗护地图》表明，在需要安宁疗护服务的近6000万成人和儿童中，只有约12%的人得到了相关服务。由于缺乏安宁疗护及止痛服务，每年约有1800万人在疼痛和痛苦中离世。

安宁疗护的发展应遵循世界卫生组织制定的公共卫生模式，强调政策、教育、药物供应、社区赋权、研究和实施。而要实现这些组成部分中的每一项，都有许多阻碍。

借助世界安宁疗护日这个重要的机会，我们可以提高全世界社区和政府对安宁疗护的认识和支持。



谁设定了世界安宁疗护日？

世界安宁疗护日是由世界安宁疗护缓和医疗联盟(WHPCA)设定的。这是一个专门关注全球安宁疗护发展的国际慈善组织。它集合全球安宁疗护社区和相关人士的经验，在100多个国家内拥有450个组织成员。其使命是联结全球安宁疗护社区，为全球需要安宁疗护的人的改善福祉，并减少不必要的痛苦。

世界安宁疗护日是世界安宁疗护缓和医疗联盟与国际儿童安宁疗护网络 (ICPCN)、战乱和紧急情况下的安宁疗护（PallCHASE）以及国际安宁疗护缓和医疗协会（IAHPC）共同合作完成的。

10月14日，我们将共同分享安宁疗护的故事，让我们在欢笑与泪水中，一起了解安宁疗护的意义。

感谢您的关注与参与。



世界安宁疗护日的次主题

关怀友善的种子就在我们心中

- 关怀友善是健康社区的基础，我们每个人都有责任在生活中相互支持。
- 在关怀友善社区中，我们帮助和支持经历死亡、临终与失去的人们，通过关怀友善的仁心与行动来改善安宁疗护和丧亲支持。
- 通过变得更加关怀友善，我们帮助他人，同时也收获归属感、成就感与力量，共同支持与创造关怀友善的社区。

关怀友善基于公平

- 在世界各地，尤其是在中低收入国家，增加安宁疗护的可获得性仍然是一个挑战。
- 关怀友善社区宪章鼓励、促进、和支持人们在面对生活的考验时互相关怀。我们需要关注重疾患者、老年人、经历丧亲与悲伤的人、认知障碍症患者、和残疾人士，以及关注长期护理中的困难与挑战。
- 政府、政策制定者和安宁疗护服务的提供者应该共同合作，制定和实施国家安宁疗护服务措施。同时也要与区域伙伴合作，这是直接影响社区并创造持续改变的关键。
- 每天都有数百万人忍受着疾病带来的严重痛苦。尽管吗啡可缓解中度和重度疼痛，并已被列入世卫组织基本药物清单且价格低廉，然而，根据联合国机构的统计，世界上仍有约有80%的人口生活的地区没有或缺乏止痛药物供应。

关怀友善传递理解与关爱

- 重疾患者和他们的照护者往往得不到足够的关怀。我们需要更多的家庭护理服务和具有安宁疗护知识与技能的初级护理人员。
- 关爱他人是一种善意的行为。关怀友善需要同理心。我们可以聆听他人的感受，共同分享，更好地理解他人。
- 关怀友善的护理人员对患者痛苦具有理解与同理心，这有助于患者的福祉。当患者处于疼痛、不适或遭受情绪或心理压力时，关怀友善的护理会使他们感到舒适。

全世界有许多社区行动倡议

- 关怀友善宪章
- 老年人友好城市
- 认知障碍症友好
- 关怀友善社区

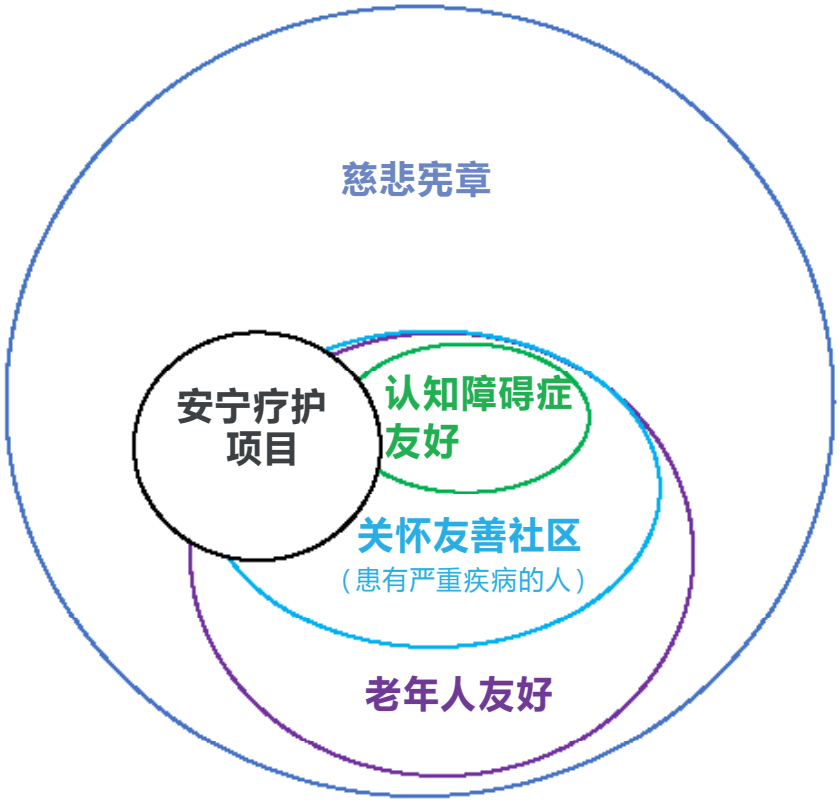


图2.

我们正在与安宁疗护国际组织密切合作

这张关怀友善社区与其他社区行动关系图是由加拿大安宁疗护中心、英国哥伦比亚安宁疗护中心、安大略省安宁疗护中心共同构建的。这张图显示了加拿大的社区行动倡议彼此交叉重叠的关系。这种重叠提供了互相合作，共同产生更大影响的机会，也展示了关怀友善社区可以通过不同的方式共同构建。

参考文献：" Pallium Canada, BC Centre for Palliative Care, Hospice Palliative Care Ontario (2021). Compassionate

Communities' Relationship With Other Community Action Initiatives.



活动关键信息

1 关怀友善社区可辅助现有的安宁疗护服务：

- 关怀友善社区关注疾病与死亡，以及经历重病、老龄化、看护和失缺对人的个人思想、行为和社会意义的影响。关怀友善社区的目标是加强健康宣导，尤其关于严重疾病、失缺和善别的有关课题。

2 关怀友善社区提倡全方面健康：

- 除治疗症状外，全方面健康包括心理、精神、社会和实际福祉。
- 重点加强相互关怀和社会资本以及人民积极参与社区发展和建立社会联系和的能力。
- 建立合作关系促使培养社区建设发展能力和复原力，以应付有关社区里发生的生死离别课题和事务。重点关注健康平等、社会多样性与包容的话题。

3 关怀友善社区据于提倡健康的方法推广安宁疗护：

- 通过提倡健康方法，从诊断至晚期时期提供健康、福祉以及看护的有关教育与信息。
- 关怀友善社区是全球公认改善晚期体验的方法。促使当地资源、机构以及服务有更好的意识和能力提供支援。
- 患者个人的社会网络能照料本人以及为看护者提供支援与关怀。
- 支援患者与亲属往往是复杂而多层面的，如症状控制、社会环境与关怀、心理和情绪困扰以及精神护理等等。对应方式是需采取多种方法和生活质量衡量表来了解及得知患者与亲属对那些层面的认可和重要性。
- 发展关怀友善社区是应对人口特征问题的机会，如年龄、宗教、经济状况、病因等等。

图3. 关怀友善社区的构成



主要期盼

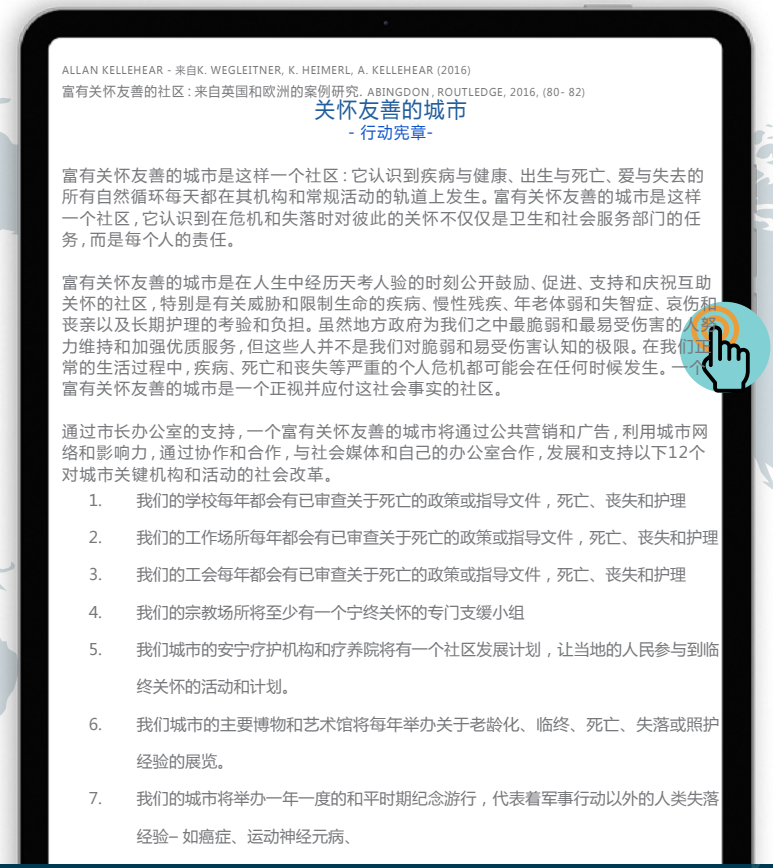
我们呼吁各国政府、政策制定者、医护专业人员、社区倡导者、志愿者、有安宁疗护需求的人士以及其他人士一起推动关怀友善社区和城市的发展，并与世界各地的安宁疗护联系起来。





关怀友善城市宪章

公共卫生和安宁疗护国际组织 (Public Health and Palliative Care International (PHPCI))是关怀友善社区活动的总部。组织对安宁疗护采用公共卫生方法，并认为在提供高质量医疗服务的漫长而复杂的任务中，社区是一个平等的伙伴。PHPCI 是与全球安宁疗护相关的主要社区发展倡议的中心，被称为关怀友善城市。



ALLAN KELLEHEAR - 来自K. WEGLEITNER, K. HEIMERL, A. KELLEHEAR (2016)
富有关怀友善的社区：来自英国和欧洲的案例研究. ABINGDON, ROUTLEDGE, 2016, (80- 82)

关怀友善的城市
- 行动宪章-

富有关怀友善的城市是这样一个社区：它认识到疾病与健康、出生与死亡、爱与失去的所有自然循环每天都在其机构和常规活动的轨道上发生。富有关怀友善的城市是这样一个社区，它认识到在危机和失落时对彼此的关怀不仅仅是卫生和社会服务部门的任务，而是每个人的责任。

富有关怀友善的城市是在人生中经历天考人验的时刻公开鼓励、促进、支持和庆祝互助关怀的社区，特别是有关威胁和限制生命的疾病、慢性残疾、年老体弱和失智症、哀伤和丧亲以及长期护理的考验和负担。虽然地方政府为我们之中最脆弱和最易受伤害的人力维持和加强优质服务，但这些人并不是我们对脆弱和易受伤害认知的极限。在我们正常的生活过程中，疾病、死亡和丧失等严重的个人危机都可能会在任何时候发生。一个富有关怀友善的城市是一个正视并应付这社会事实的社区。

通过市长办公室的支持，一个富有关怀友善的城市将通过公共营销和广告，利用城市网络和影响力，通过协作和合作，与社会媒体和自己的办公室合作，发展和支持以下12个对城市关键机构和活动的社会改革。

1. 我们的学校每年都会有已审查关于死亡的政策或指导文件，死亡、丧失和护理
2. 我们的工作场所每年都会有已审查关于死亡的政策或指导文件，死亡、丧失和护理
3. 我们的工会每年都会有已审查关于死亡的政策或指导文件，死亡、丧失和护理
4. 我们的宗教场所将至少有一个宁终关怀的专门支缓小组
5. 我们城市的安宁疗护机构和疗养院将有一个社区发展计划，让当地的人民参与到临终关怀的活动和计划。
6. 我们城市的主要博物和艺术馆将每年举办关于老龄化、临终、死亡、失落或照护经验的展览。
7. 我们的城市将举办一年一度的和平时期纪念游行，代表着军事行动以外的人类失落经验– 如癌症、运动神经元病、





社交媒体信息样本

让我们一起善用社交媒体的力量，扩大2023年世界安宁疗护日的影响，并在全球分享关怀友善社区的理念。以下是在社交媒体渠道分享的信息样本。欢迎随便使用，让关怀传递到各自，共同为晚期患者及其家属的福祉而努力。

Facebook/微博/微信：

使用这些平台十分便捷，您可以与他人联系，分享

有关安宁疗护与缓和医疗的资讯以及世界安宁疗护日的新闻。分享您有关安宁疗护的个人故事，甚至为安宁疗护服务推广募集活动。https://www.facebook.com/thewpca/。

YouTube /抖音/哔哩哔哩/小红书/微信视频号：

您也可以利用这些平台上传关键信息和文件的视频，以记录您在世界日活动。您可以关注世界安宁疗护缓和医疗联盟的相关频道。

LinkedIn: LinkedIn是与其他专业人士、组织和当地世界日活动的潜在赞助商分享内容的好方法。使用Facebook的内容，并为你的**LinkedIn**受众改编。记得使用标签，并在LinkedIn上关注世界安宁疗护缓和医疗联盟。

Instagram: Instagram专门从事照片和视频分享，在青少年和年轻群体中最受 欢迎。作为一个视觉社交媒体平台，醒目的图像和照片对参与度至关重要。请注意 ，除非您有一个商业账户，否则将不可能在Instagram帖子中包含链接。或者，您可将链接放在您的简介中，并在帖子中提及。你可以在**Instagram**上关注@**thewhpca**。

主要标签： #WHPCDay23 #CompassionateCommunities #PalliativeCare

其他关键标签：#UHC #全民医保 #健康 #保健 #安宁疗护 #人权 #UHC2030 #关怀友善 #世卫组织 #关怀

建议的信息:

- 关怀友善的社区采取促进健康的方法进行安宁疗护，旨在确保社区成员在生命末期得到关怀。**#关怀友善的社区#WHPCD Day23 #安宁疗护**
- 我们迫切需要使关怀友善成为安宁疗护和解除健康相关痛苦的明确、有声有色和充满活力的力量 **#CompassionateCommunities#HumanRights**
- 个人和社区的关怀友善能提高生活质量，减轻痛苦，增强关怀 #关怀友善的社区 **#WHPCDay23** #安宁疗护 #缓和医疗
- 关怀友善的城市是由公开鼓励、促进、支持和庆祝在生活的艰难时刻相互照顾的社区组成的 #关怀友善的社区 #关怀友善 #世界卫生组织
- 关怀友善城市宪章https://compassionate-communitiesuk.co.uk/wp-content/uploads/2021/12/The-Compassionate-City-Charter.pdf包括城市、城镇或乡村可以采取的13个步骤，以公开接纳晚期患者、照顾者和
- 丧亲人士，并提供一个支持和开放的空间。
- #关怀友善的社区 #安宁疗护 #缓和医疗 #关怀
- 我们都可以发挥作用，在生活中相互支持，共同创造基于关怀友善的解决方案
- ，以支持社区#关怀友善#关怀友善社区#关怀**#WHPCDay23**
- 关怀友善社区强调加强社会资本、互助关系和公民积极参与社区发展的



其他资源

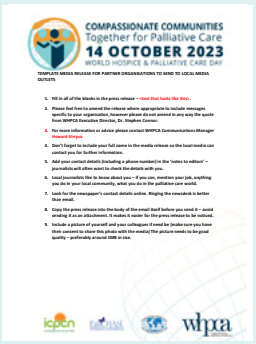
您可以下载资源，帮助您传播您的活动和世界安宁疗护日的信息

资源包括：标志、媒体发布模板、政府请愿书模板、筹款工具包、与媒体合作等。

它包括:



LOGOS



媒体发布模板



政府请愿书模板



筹款工具包



拍摄自己的技术提示



与媒体合作



参与方式

1 展现群策群力的关怀

在个人及组织的Facebook和微博，抖音，微信公众号，微信视频号，小红书，哔哩哔哩等平台上添加活动信息。具体方法如下：上传信息至Facebook, 微博等平台；
考虑利用日程安排功能，在一天内多次发布信息。

2 关怀友善社区的活动

关怀友善的社区着眼于健康的整体定义，超越了简单的症状治疗，包括心理、精神、社会和实际的福祉等方面。您可以抽出一些时间，参与您所在地区的关怀友善社区的工作。

建议的活动

- 如果可以的话，联系社区中患有严重疾病或晚期患者及其家属。向他们表达您你的关心。
- 向您所在的城市、乡镇、村庄或邻居宣传关怀友善社区和关怀友善城市的理念，并解释安宁疗护的健康促进方法
- 您可以组建关怀友善社区和关怀友善城市，作为实施安宁疗护服务的策略。
- 通过满足以下条件，将社区变成一个富有关怀友善的社区
  13个步骤

3 鼓励大众参与

与患者、家属和您所在的社区协调组织一次活动，以吸引人们对安宁疗护作为全民健康覆盖的一个组成部分的关注，并邀请他们分享经验。邀请您的社区和媒体成员以及政府官员参加。请务必在 WHPC日地图上列出您的活动，并分享您的经历。

4 让大众媒体参与进来

将安宁疗护的活动资讯分享给媒体，彰显安宁疗护的益处和对医疗系统的重要性。

5 录制简短视频

制作两到三分钟的视频，鼓励大众支持优质完善的安宁疗护服务。您可

- 以邀请代言人宣传安宁疗护，善别关怀和心理健康支持的重要性。

6 鼓励相关机构与人士参与

与相关机构 (例如卫生部，政府部门与医疗机构和专业团体)分享安宁疗护的理念和呼吁他们参与及支持。

7 与公众人物联系

取得您所在地区或国家的知名病患者，家属，名人对您的活动的支持。同时，分享他们的故事和对安宁疗护日的支持讯息。这能促使和增加媒体和公众的关注



组织活动的提示

- 确定您的受众。选择对您的活动感兴趣者成为参与者或合作伙伴。订定您想强调的信息，以及需要的资源。如果您有进行中或计划举办的会议，请融合“齐创关怀友善社区，共建安宁疗护服务”的主题，信息以及沟通工具。
- 在发送邀请函时，计划能够引起人们对世界安宁疗疗日关注的事情，例如，制作带有2023年主题标志的T恤衫或帽子，活动海报和横幅。
- 与其他机构合作，并寻找赞助商来支持活动。
- 使用活动标志、印制T恤和印有活动信息的海报，对活动进行品牌宣传和营销，并可广泛传播。在社交媒体上宣传该活动，并与您所在地区的主要公众人物分享帖子。
- 邀请媒体参加您的活动，或提出一个强调今年主题重要性的故事。
- 用视频和照片记录活动，并在社交媒体上广泛分享。打上标签：#齐创关怀友善社区，共建安宁疗护服务#WHPCDay23和#安宁疗护

请务必在WHPCD网站地图上登记您的活动，请点击这里





筹集经费



如果您想为世界安宁疗护日筹集经费

，你可以下载这份提示表

在全球推动普及安宁疗护的活动:

每年有四千多万生活在低收入或中等收入国家的人们以及他们的家人无法获得安宁疗护，从而导致患有严重疾病人士承受在的痛苦。世界安宁疗护缓和医疗联盟的成员遍布100多个国家。我们需要您的支持，以帮助我们在全球范围内普及安宁疗护。

缺乏获得安宁疗护和缓解疼痛时一个全球性的公共卫生危机。每年有超过六千万人因患有严重的疾病而遭受痛苦， 他们以及家人，照顾者都需要安宁疗护，然而，仅有七百万人能获得他们所需要的关怀。这些人中大多数是60岁以上的长者，但至少有7%为儿童。78%的安宁疗护需要来自于低收入和中等收入国家。

支持安宁疗护活动

下载并使用《世界安宁疗护地图》作为宣传资源


whpca
Universal Health Coverage & Palliative Care - Health for All!

活动品牌建设

标志

齐创关怀友善社区
共建安宁疗护服务
2023年10月14日
界安宁疗护日

景观

齐创关怀友善社区
共建安宁疗护服务
2023年10月14日
界安宁疗护日

图标

深色背景或图像

齐创关怀友善社区
共建安宁疗护服务
2023年10月14日
界安宁疗护日

活动传单/海报

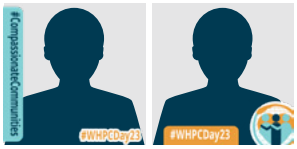
可作为可编辑的Word文档



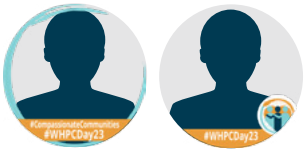


个人头像相框

方形



圆形



字体分类

标题

OPEN SANS BOLD
BEBAS NEUE

分词

OPEN SANS SEMIBOLD
Univers Condensed

身体副本

OPEN SANS REGULAR
Univers Condensed

字体

Arial
Univers

颜色

主要颜色

CMYK：青色 6，洋红色 43，黄色88，黑色 0
RGB：红235，绿157，蓝59 #eb9d3b

CMYK: 青色 47, 洋红色 0, 黄色 19, 黑色 0
RGB: 红 129, 绿 207, 蓝 211
#81cfd3

CMYK: 青色 99, 洋红色 72, 黄色 45, 黑色 40
RGB: 红 0, 绿 52 蓝 74
#00344a

100% 黑色

次要颜色

%的色调

背景15%的蓝色调

CMYK: 青色 6, 洋红色 68, 黄色 100, 黑色 0
RGB: 红 230, 绿 114, 蓝 37
#e67225

CMYK: 青色 74, 洋红色 0, 黄色 25, 黑色 8
RGB: 红 129, 绿 174, 蓝 184
00aeb8

whpca
worldwide hospice palliative care alliance

联系信息

一般咨询: info@thewhpca.org

通讯经理: Howard Kinyua hkinyua@thewhpca.org

© 世界安宁疗护缓和医疗联盟2023年，伦敦不列

颠街34-44号，WC1X 9JG

英国担保有限公司 在英格兰和威尔士注册，编号6735120

注册慈善机构编号1127569

www.thewhpca.org

info@thewhpca.org

twitter.com/whpca

www.facebook.com/thewpca/



TO CONTENTS