

日野原重明健康系列

临终关怀

LINZHONG GUANHUI

陕西科学技术出版社

衰老的含义
即使患病，也要生气勃勃
关怀的本质——爱的技术
护理的艺术——学问与爱
从预防医疗到晚期关怀
用于临床治疗的音乐疗法
我们该如何度过天赋的生命
人的证明

(日) 日野原重明 著
徐坚 张鑫 译

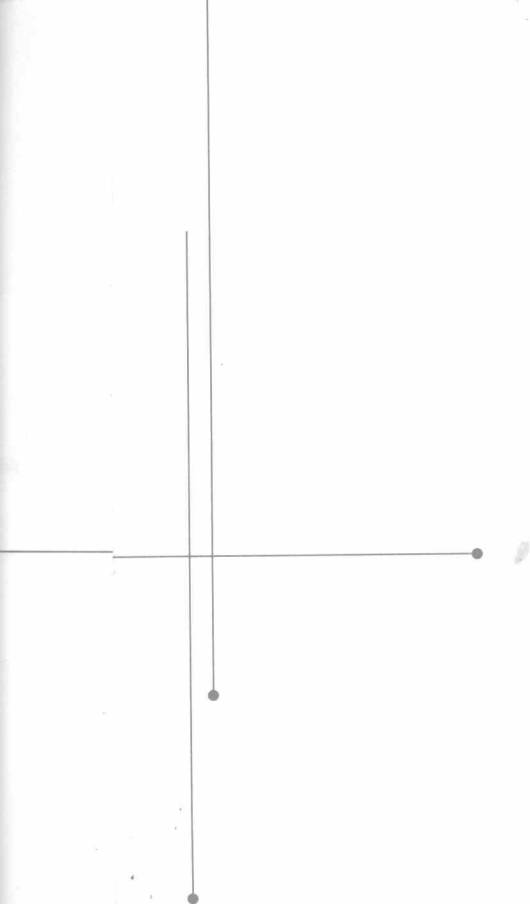


临

终

关

怀



2004

图书在版编目(CIP)数据

临终关怀/(日)日野原重明著;徐坚,张蠡译.—西安:
陕西科学技术出版社,2004.5

(日野原重明健康系列)

ISBN 7-5369-3778-4

I.临... II.①日...②徐...③张... III.临终关
怀—普及读物 IV.R48-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 029838 号

Mitori no Ai New Edition

Copyright© 2002 by Hinohara Shigeaki

Chinese translation rights in simplified characters arranged
with Shunjusha Publishing Company

through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo and Beijing Inter-
national Rights Agency Co., Ltd., Beijing

合同审核登记号:陕版出图字 25—2004—008 号

出版者 陕西科学技术出版社
西安北大街 131 号 邮编 710003
电话(029)87211894 传真(029)87218236
<http://www.snstp.com>

发行者 陕西科学技术出版社
电话(029)87212206 87260001

印刷 陕西宝石兰印务有限责任公司

规格 880mm × 1230mm 32 开本

印张 8

字数 100 千字

版次 2004 年 5 月第 1 版

2004 年 5 月第 1 次印刷

定价 17.00 元

版权所有 翻印必究

(如有印装质量问题,请与我社发行部联系调换)

应陕西科学技术出版社之约，最近有幸拜读了日本名医日野原重明先生的一些书的翻译稿，从中得到了很大的启发。作者一生行医、德高望重，他将个人丰富人生阅历的体悟与对众生的关照融合，凭借深厚的心理学、社会学、宗教学、哲学、生命科学等各学科的知识，写下这些充满人生智慧的好书。我相信，许多人会因读了这些书而活得更豁达，并会以更加积极的态度来描绘自己的人生四季。

当今社会是一个崇尚年轻、活力、健康的社会，人们有意识地回避或无意间忽视了衰老、疾病、死亡这类沉重的话题。虽然每个人也都知道

自己肯定会老、会病、会死，但在年轻、健康、离死亡还比较遥远时，多数人都不愿去思考、更不愿意去直面这些“未来的事情”。可是，老、病、死最终会在某一时刻到来，没有思想准备的人，一旦面对这些与社会崇尚相反的状态时，必会惊慌失措，不知如何是好；而不愿接受老、病、死的人，必然要承受更大、更强烈的人生痛苦和对死亡的恐惧。

另外，一般大家都知道注意营养、注意平时锻炼身体等保证身体健康的有效方法，可是很少有人会注意到主动加强自身心理的建设。其实，心理健康是我们争取个人发展、事业成功的重要因素，它甚至可以说比身体健康更重要。而精神分裂症、抑郁症、焦虑症、神经衰弱等患者，虽然他们的身体是健康的，可是由于心理上出现了问题，整日生活在痛苦之中，又如何谈得上生活幸福、事业成功？祖国医学讲：上医治未病。对于心理疾病我们也应该坚持预防为主的原则，不要等到出现问题的时候再去解决，最好是平时就能够像健身那样地去“健心”，经常呵护自己的心理健康。平时把心理建设得比较健康了，就能够更好地去工作

和生活,较好地应对生活中出现的各种压力、挫折和突发事件。在活得生机勃勃、健康舒适的同时,对必然要经受的衰老、疾病、死亡过程作一番理性的思考,吸取他人的经验与智慧,化作正确的方法、勇气和力量,来面对和解决我们生命中的负面状态。尤其是在我们不可避免地步入生命的临终期时,就一定能够将痛苦、焦虑、恐惧降到最低程度。总之,现代人应该活得愉快,死得安然。

对于生,我们无权选择,对于出生后的每一个日子,我们可以努力,尽显生命的美丽!

中国人民解放军总医院
老年心血管病研究所所长
中国工程院院士

王士雯

2004年4月

1911年，我出生在妈妈的老家山口市，那年我父亲第二次去美国留学。就像本书开头的随笔中所提到的那样，我的幼年时光是在神户度过的。

蒙田在他的著作《散文集》中曾介绍过罗马讽刺派诗人马路蒂艾力斯（注：音译）的话：“……回想已经逝去的生命时光就如同获得了第二次生命。”我怀恋自己幼年时光的心境和我现在暮年的心境是相通的。

我的壮年时代是在战争和战后的生活中忙忙碌碌地走过的。现在回想起来，我的一生是在把医学和护理两个世界合二为一的道路上走过来的。

关于“健全的生命之路”这一话题，八年前，我的拙著《健全生命的设计》出版了，紧接着又出版了《接受衰老和死亡》《如何走向生命的终点》（1987年）。和本书一样，这些书都是由春秋出版社出版发行的。那之后，我所写的东西和大部分随笔都是以自己的人生和经历为主或与衰老和死亡有关的。这是因为在那之后，怎样在衰老和死亡中

发现人生的闪光点成为我最重要的主题。春秋出版社出版的我的第四本书就是这本《临终关怀》。

在我近 60 年的内科医生的生活中,有半个世纪以上在从事护理教育,从中我深深地感到,为了使人生有一个善终的美,充满爱心的护理是多么重要。而且爱心护理这样的行为是任何一个人都能做到的。这不也正是作为人的一种见证吗?

我很感谢春秋出版社能出版我这本有关爱心护理精神的书。歌德曾说过“能把自己的人生的终点和起点连接起来的人是最幸福的人”,这句话和我的微不足道的人生轨迹交织在一起,本书正是我如今这种心境的总结。

在此我想特别感谢本书的编辑佐藤玖子女士,秘书岸野惠女士和春秋出版社的林干雄先生,是他们从我写的众多随笔和演讲稿中编辑整理出本书的内容的。

作 者

1994 年 3 月



- 1 从幼年至今 / 1
 - 幼年、青年时的回忆 / 3
 - 神户、我的幼年 / 8
 - 缅怀恩师 / 17
 - 我与圣经 / 21
 - 与患者共鸣——从师铃木大拙先生 / 24
 - 美丽的眼睛——百寿老人小仓游龟先生 / 27
 - 挚友之死所留下的 / 30
 - 衰老的含义 / 34
 - 即使患病，也要生气勃勃——怀念重兼芳子女士 / 42
 - 让护理之爱深入人心 / 51
 - 我与音乐 / 55

- 2 温馨护理 / 59
 - 护理之心 / 61
 - 关怀的本质——爱的技术 / 68
 - 护理的艺术——学问与爱 / 76
 - 体察病人的心思 / 89
 - 从预防医疗到晚期关怀 / 103

临

终 关 怀

终 关 怀

今后的晚期治疗 / 131

告知病名 / 146

用于临床治疗的音乐疗法 / 181

我们该如何度过天赋的生命 / 193

人的证明 / 219

1

从幼年至今



幼年、青年时的回忆

我们家有父母亲、祖母以及六个兄弟姐妹，包括佣人在内，总共十人。我就是在这样的大家庭中长大的。父亲是一个牧师，收入微薄，我家过着俭朴的生活。

我没有零花钱，买玩具、书籍之类的事情根本没有。在神户上小学的时候，只有一个皮球，什么三轮车、棒球手套根本不给买，只能是偶尔向有钱人的孩子借借他们的玩具玩一下罢了。

小学时代(1918—1924)从来没有离开过兵库县，只是偶尔到神户市的郊外去过。在假期和星期天，登过神户市的里山、六甲山，夏天，每天都

在须磨浦海边游泳。带我们去海边的大人偶尔会买瓶汽水或者刨冰给我们吃。这种事对我们来说就是最快乐的事情，现在仍然历历在目。

为了节约燃料，从里山弄来黏土，从木炭铺子要来木炭末子做成煤球，摆在我家大门前边的三合土上晾晒。同学们路过我家，看到煤球后，戏弄地叫我“煤铺小子”。

当我上小学时，没有像现在的供给饮食制度，同学们各自带盒饭去。有个同学，父亲是个医生。他的盒饭里放有煎鸡蛋，当时就想：我要是能带那种盒饭家庭的孩子就好了。

在当时，穷人孩子盒饭里的菜是海带、鲑鱼、或者鲷鱼、鲱鱼等。如今，鲑鱼呀，鲷鱼、鲱鱼成了高级鱼了。当时，这些鱼总是大丰收，很容易搞到，很便宜。而鸡蛋却是非常昂贵的食品。

父亲每周星期天要在教堂布教。因此也只有父亲一人可以在星期天的早晨吃一个煎鸡蛋。我们孩子们总是盼望快点儿长大，这样就可以吃鸡蛋了。一星期有一天可以吃到大肉盖浇饭，这是我们盼望的日子。大肉盖浇饭，其实不过是把不到

200 克的小肉片分给十个人，放在盖浇饭上罢了。尽管如此，我们吃的还是非常兴奋。

从神户去京都、奈良的休学旅行在当时的小学是没有的。到附近的里山、六甲山郊游，带去的总是日之丸盒饭（米饭的中央配以红色腌梅子的盒饭），这只不过是将三个放有梅干的饭团装在竹壳里而已。偶尔会有的教会露天集市上的咖喱饭，以及圣诞节的日式火锅等，是我们的盛大宴会。

虽然生活很俭朴，可现在想起来，一点悲惨的回忆都没有，只有“真好吃”这样的美好记忆。

在我 30 多岁的时候，爆发了第二次世界大战，和小时候一样，仍然过着有节制的生活，最后还是挺过来了。今后任何时候，再发生那样的物资匮乏的困境，我已经有了“能够忍受”的心理准备。幼年时经历的贫穷，对现在的我来说似乎成了好处，吃任何东西都存在着感激之情，这就是在幼年时培养出来的。

小学一年级的時候，在教会的圣诞庆祝会上，我扮演了梅特林克《青鸟》中的棣棣，一个女同学

扮演了咪棣，我们一同演出，现在想起来都感到很惬意。如今她已经老了，因骨折离不开拐杖，成了我的一名门诊病人。

小学三年级的时候，同一教会的一位中学高年级同学给我们三名男生指导了三部合唱，我们唱了舒伯特和勃拉姆斯的《摇篮曲》。从那时起，音乐丰富了我青少年时期的生活。

旧制中学五年级（现在的高中二年级）的暑假，我和四名同学在濑户内海沿岸城市进行了巡回演出。节目是男声四重唱和我的钢琴演奏以及朋友的小提琴演奏。

最后，我和朋友两人还演了山本有三作的戏剧《海彦山彦》。演出是收费的（相当现在的1000日元左右），三场演出观众都在300人左右。后来，听说观众中有上野音乐学校（现在的东京艺术大学）的学生，就感到非常惭愧。我们将演出收入的一半交给指导我们的教会老师，剩下的作为旅费。归途中，在濑户内海的小岛岸边露营。半夜时，大海涨潮，我们发现海水向帐篷涌来，急忙将帐篷移走。次日清晨，附近农家送来一个西瓜，我