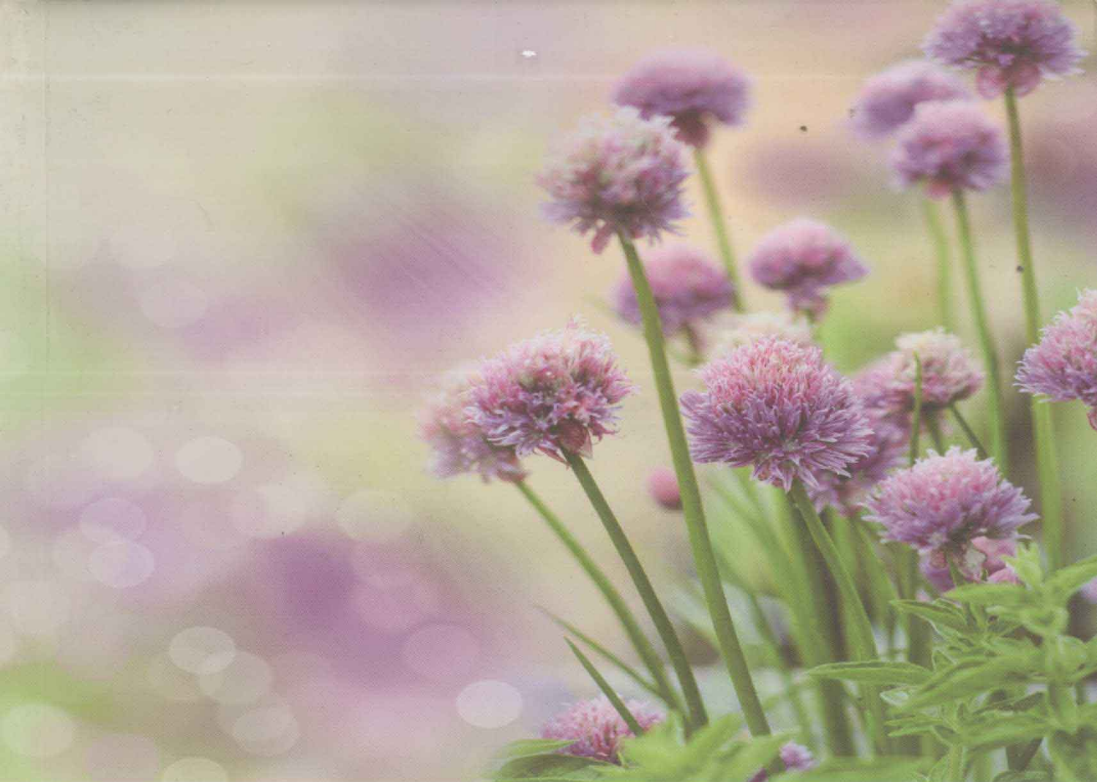




人生终站的陪伴

——临终关怀百题

施永兴 罗维 编著



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



人生终站的陪伴

—— 临终关怀百题

编 著	施永兴
	罗 维
编 委	吕 联
	朱 瑜
	朱 慧

内 容 提 要

人的全优生命质量系统工程是由优生、优活和优死环节所构成的。真实面对人生终站、倾听内心的声音,关怀生命终点的分分每秒,这是人的基本权利,也引起了人们普遍的关注。本书针对人们关心的临终关怀问题,深入浅出地讲解了生命尊严、身心关爱、家庭慰藉、生命末期感悟和优逝教育等方面科学、实用、普及、全面的知识和方法。在讲究科学性的基础上,强调实用指导与普及性,通俗易懂,简明扼要,内容新颖丰富,操作性强,为人生终站的临终关怀服务提供参考,可供病人及其家属,广大中老年人和基层医务人员阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

人生终站的陪伴:临终关怀百题/施永兴,罗维编
著. —上海:上海交通大学出版社,2012
ISBN 978-7-313-07823-0

I. ①人… II. ①施… ②罗… III. ①临终关
怀—问题解答 IV. ①R48-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第217803号

人生终站的陪伴 ——临终关怀百题

施永兴 罗维 编著

上海交通大学出版社出版发行
(上海市番禺路951号 邮政编码200030)

电话:64071208 出版人:韩建民

常熟市文化印刷有限公司印刷 全国新华书店经销

开本:880mm×1230mm 1/32 印张:8.625 字数:244千字

2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

印数:1~4035

ISBN 978-7-313-07823-0/R 定价:28.00元

版权所有 侵权必究

告读者:如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系
联系电话:0521-52219025

真实面对人生终站

倾听内心的声音

关怀生命终站的每一秒

感悟生命帷幕中最重要的是什么

让有限的人生充满尊严、无憾和安宁

为临终关怀提供科学、实用、普及与全面的指南

序

一般来说，如何面对我们自己或亲人死亡这类问题，不会成为吸引我们的话题。但是每个生命历程中除非急性猝死或意外死亡，多数病死的人都会有或长或短的临终阶段准备接受死亡，最终都将面临“死亡”的事实，即使医学进步的今天，也无法将死亡的病人抢救过来。

谁也无法替代病人承受的痛苦，或改变病人对死亡的恐惧；谁不希望有一个安宁、无痛、无憾和无悔的善终呢？上海市闸北区红十字老年护理医院自 1995 年率先创办了安宁病房，之后上海市闸北区卫生局一直致力于维护人的尊严的临终关怀运动，相继在芷江西路、宝山路和北站社区卫生服务中心成立临终关怀科，开展社区临终关怀服务，希望通过症状的控制和爱的陪伴，使临终者享受人生最后一缕阳光，使其临终之路不再痛苦，不再孤独和不再遗憾。

施永兴、罗维等医师编著的这本《人生终站的陪伴》一书，是有益的普及性读物。在临终医学和死亡文化普遍缺失的今天，对于临终病人及家属来说，需要的正是这类普及性读物。在普及临终和死亡教育基本知识的同时，让大家了解临终和死亡真相；帮助临终的人平静地面对死亡和安详善终，帮助家属平顺地度过生命中的危机，使逝者安详，生者无憾。其实在帮助临终病人及家属的同时，也帮助自己领悟生命的意义。

这本书提出的那些独到的富有学术意味的理论观点，最终将融入

临终医学教育学科和死亡文化传播之中。这本书充满了生死的智慧，面对临终的人、照顾临终者的人，或者任何希望更加了解生命意义的人，都值得阅读。这本书也不失为一本具有观念阐述与工作实践的参考手册。

特为之序。

卫生部社区卫生服务体系建设技术专家
复旦大学公共卫生学院硕士生导师
中国生命关怀协调会调研部主任
上海市闸北区卫生局局长
王光荣 博士
2011年10月2日

前言

有关生死问题的书，社会上颇有多种，以生为盛。人的生命，本是科学家不懈研究的目标，但对于死，尤其是对临终的生命自然现象的研究则较少，临终关怀理念和知识普及则更鲜为人知。人作为个体是会死亡的，这是铁律。地球上现在所有的人都会走向死亡，因为我们每一个人都生活在生死相依的世界中。

乐生厌死，求生避死，人之所常。人都害怕临终死亡，但不幸的是每一个人都要面对死亡，我们绝对不能漠视死亡这一事实。无论如何，我们都要面对亲人和朋友的死亡，正视自己死亡的来临。因为它毕竟是人自然生命中不可或缺的组成部分。社会已走进 21 世纪，是打破死亡禁忌的时代，人们呼唤着有生命尊严的临终质量，所以每一个人都应该感悟生命，体认生命的宝贵，从而珍惜生命、关爱生命、维护生命尊严。临终也是一种生命状态，当人们无力挽救生命、死亡无法避免时，我们应该呵护和发扬生命终站的途径和方法，引导人们深刻体认生命终站转换阐发的生命本质，使临终者和他的亲属朋友面对现实，笑迎回归，便临终死亡精彩、平静、安宁、祥和！

我之所以走上“生命教育”的道路，要感谢我的工作和个人经历，在 1995 年以前，我对临终关怀和死亡教育，几乎全是与一般人所类似的茫然。而从当年开始的临终关怀实践起至今 16 年间，我一直目睹他人走向临终死亡。在我见到的临终阶段和死亡过程中，人们常常

手足无措，无奈而无法也不知如何面对？包括用什么合适恰当的词语；真正的有尊严无痛苦实现了心愿的从容安详西归之人少之又少，大多数的临终者处于彷徨、焦虑和痛苦交织中，心愿未了地匆匆离开眷恋的人世。因此在这本书中，我试着将自己从上述经历中亲身感悟到的包括学习到的一些知识告诉大家。

基于如此原因，萌发了我在2004年2月出版了《让生命享受最后一缕阳光》的动机，就是为了撩开人生终点过程的神秘面纱，提供对人生终点简明而有针对性的指引。承蒙读者的厚爱，他们对本书提出许多宝贵的意见，我在修订时立足于临终病人及其家属的实际需要，进行内容的调整，并更改书名为《人生终站的陪伴》，使其具有较强的针对性、实用性和新颖性。

如果读者通过本书，对人生终站尊严和安宁临终、自然死和优死等基本知识有所了解从而有所体悟，就可增加生命的活力，提升生命终站质量，丰富生活的内涵和意义，活着的时光会多一些美好；更重要的是在学会临终关怀中度人度己，帮助别人就是帮助自己。那么，无疑就达到了作者修订本书的目的。

我还是不敢说这本书充满金玉良言、昭昭哲理，但希望读过的人都会因之有所收获，感悟良多。我是有责任的人，对书中每个问题都是认真的和负责的。即使涉及信仰和宗教原理，但并不沾染宗教意识，而纯粹站在生命科学的立场，加以阐述。本书文字追求浅白流畅，力求给每一位借以帮助那些人生终站的人和其家属朋友可解不少心中谜团，提供某些思考及体悟。衷心地希望本书成为每个热心于临终关怀事业的有识之士以及探索关爱人生终站的读者提供思索有兴趣的一本读物。

本修订读本在编写过程中，得到了上海市闸北区卫生局鼎力支持，也有王光荣局长的悉心指导和李哲同志的帮助，在此谨表谢意！

由于作者水平所限，不当之处请读者不吝指教。

施永兴

2011 年 10 月于上海

目 录

生命尊严篇

- 01 我的生命我做主/003
- 02 临终病人的权益/004
- 03 听着音乐离世/006
- 04 提高临终生命质量/007
- 05 临终病人/008
- 06 临终关怀/009
- 07 临终关怀的客观需要/011
- 08 临终关怀的理念和目的/012
- 09 临终关怀安宁病房特征/013
- 10 有尊严的临终幸福 /015
- 11 维护临终病人尊严 /016
- 12 尊重临终病人意愿/017
- 13 被尊重，拥有选择权，是临终病人需要的基本关怀/018
- 14 临终关怀类似于“社会子宫”的母体呵护/019
- 15 面对生命的终点安详离去/020
- 16 医生到底该不该告诉他实情？/021
- 17 家属不同意告诉病情怎么办？/022
- 18 如何告知病情/023
- 19 告知者遵循的原则/025
- 20 与病人和家属的沟通交流/026
- 21 知情同意/027
- 22 放弃，还是抢救？/029
- 23 临终病人危机时要不要急救？/030
- 24 放弃治疗/030
- 25 医生主动放弃治疗的法律问题/032

- 26 病人及家属放弃治疗的法律问题/033
- 27 对患绝症的临终者的治疗是“无效治疗” /035
- 28 为什么不能放弃临终病人支持治疗/037
- 29 安宁死不是安乐死/039
- 30 我国目前不能实行安乐死/041
- 31 生前预嘱/043
- 32 生命预立指示和预立代理人/044
- 33 遗嘱/046
- 34 有效遗嘱必须具备的条件/047
- 35 交代后事/048
- 36 生命纪念册/049

身心关爱篇

- 37 临终病人喜欢的颜色/053
- 38 临终阶段的颜色光疗法/055
- 39 探视临终病人的注意事项/057
- 40 如何给临终病人送鲜花/058
- 41 临终病人与音乐/060
- 42 绘画疗法是表达情感的一种方法/062
- 43 爱的表达——触摸/063
- 44 临终病人更需性爱抚/065
- 45 临终病人的人生回顾干预措施/067
- 46 家属在临终关怀中的角色/068
- 47 家属的权利与义务/070
- 48 家属的心理安抚/072
- 49 临终病人的日常生活/074
- 50 做好临终病人的个人卫生/075
- 51 临终病人不吃不喝怎么办/076
- 52 给予良好的饮食/077
- 53 临终病人能否服用人参或西洋参/079
- 54 临终病人选择的饮料/081
- 55 临终病人药膳/083
- 56 临终病人膳食的营养误区/085

- 57 用茶水漱口好处多/087
- 58 临终病人的情绪/088
- 59 临终病人的心态/090
- 60 临终病人的心理反应/091
- 61 临终病人的行为改变/092
- 62 不同年龄临终病人的心理特点/095
- 63 说出最后的心愿/096
- 64 病人讲一些奇怪的话怎么办/097
- 65 临终病人的眼神/099
- 66 临终病人体温升高或出汗/100
- 67 临终恐惧/102
- 68 悲痛/103
- 69 呼吸困难/104
- 70 恶心呕吐/105
- 71 吞咽困难/107
- 72 食欲减退/108
- 73 褥疮（压疮）/108
- 74 大小便失禁/111
- 75 便秘与腹泻/113
- 76 淋巴水肿/116
- 77 胸、腹水/118
- 78 恶液质/118
- 79 临终病人疼痛/120
- 80 中医药治疗晚期癌痛/122
- 81 濒死昏迷/124
- 82 面对濒死新生儿/126
- 83 临终艾滋病人的身心关爱/127
- 84 老年临终病人的身心关爱/129
- 85 面对生命终点站/130
- 86 不让临终病人留下遗憾/132
- 87 临终病人要完成的功课/133
- 88 握着亲人的手安然离去/134
- 89 哭泣是释放悲痛情绪的安全阀/135

- 90 走出哀伤航道/136
- 91 了解临终者家属的需要 /138
- 92 回家——最好的人生终点站/139
- 93 尸体料理的方法/141

人生终站 应知篇

- 94 临终病人气数/145
- 95 临终病人幻觉/146
- 96 病人快要临终是什么样子/147
- 97 哪些征象可以作为濒死参考/148
- 98 濒死体验/149
- 99 “死不瞑目” /151
- 100 人的生物钟/153
- 101 临终病人生命时钟失调/155
- 102 死亡钟和死亡节律/156
- 103 人有灵魂吗? /158
- 104 人死后灵魂不朽吗? /160
- 105 当病人心跳呼吸停止后, 大脑仍在活动吗? /161
- 106 濒死时最先和最后消失的感觉/162
- 107 临终病人心灵之旅/163
- 108 心灵关怀/164
- 109 真有托梦吗? /166
- 110 病人和亲属对死亡有预感吗? /168
- 111 死亡预期/170
- 112 预测临终病人的死亡因素/171
- 113 人是如何辞世的/172
- 114 生死一维性/174
- 115 死亡是一面镜子/175
- 116 我们不要惧怕死亡/176
- 117 生与死之间距离并不遥远/177
- 118 健康和智慧地看待死亡/179
- 119 平静地迎接死亡/181
- 120 人类目前还不能消灭一切疾病/182

- 121 人类目前还不能战胜死亡/183
- 122 脑死亡/184
- 123 人死后器官能活多久/186
- 124 何谓死亡/188

人生终站 感悟篇

- 125 人生来时和去时/193
- 126 笑对人生终站/195
- 127 临终是在生命的临界点上/196
- 128 癌症并非是很少才有的病/197
- 129 重新认识癌症/198
- 130 “享受”癌症/200
- 131 癌症是人生导师/201
- 132 尊重临终者宗教信仰/202
- 133 中国传统文化的死亡观/203
- 134 儒家的临终关怀思想/204
- 135 道教的临终关怀思想/205
- 136 佛教的临终关怀思想/206
- 137 佛教是一种特殊方式的临终关怀/207
- 138 佛教徒认为临终时须做的事情/208
- 139 基督教看待死亡/210
- 140 天主教看待死亡/211
- 141 伊斯兰教看待死亡/212
- 142 仪式哀悼/213
- 143 “守七”民间习俗的哀伤辅导/213
- 144 哀伤辅导/214
- 145 有关生死问题的答话/215

优逝教育篇

- 146 人们视角中的死亡/219
- 147 死亡，也许是生命的凯旋/220
- 148 不同年龄阶段的死亡认识/221
- 149 现代健康死亡观/222

- 150 死亡是生命的一部分/223
- 151 死亡是生命永恒的话题/224
- 152 古代文明如何看待死亡? /225
- 153 不同民族的死亡意识/227
- 154 哲学家对死亡的思考/228
- 155 何谓“优逝” /230
- 156 死亡教育/232
- 157 为什么偏偏是我? /233
- 158 从小认识死亡/234
- 159 与孩子倾谈:死亡的问题/235
- 160 帮助孩子度过丧亲后的调适生活/236
- 161 儿童常见的死亡问题及回答原则/237
- 162 年轻人的死亡教育/238
- 163 死期临近的老年人人格变化特征/239
- 164 老年人的死亡教育/240
- 165 临终病人及家属的死亡教育/241
- 166 优死教育的程序/242

无私奉献篇

- 167 临终关怀与社会支持组织/245
- 168 社会工作者在临终关怀中的作用/246
- 169 社会工作者/248
- 170 志愿者/250
- 171 志愿者临终关怀服务的观念/252
- 172 临终关怀中志愿者角色/253
- 173 志愿者临终关怀服务技巧/254
- 174 如何做好临终关怀服务志愿者/256
- 175 志愿者面对临终病人/258
- 176 志愿者面对临终病人的家属/259
- 177 志愿者培训与教育/260
- 178 关注临终关怀中的社会心理照顾/261



生命尊严篇

人生走到了最后一段路时，
面对终点站，
怎么样的照顾才是对病人最大的关怀，
又如何让病人走得安详无遗憾又有尊严。