

《我的死亡谁做主》

图书基本信息

书名：《我的死亡谁做主》

13位ISBN编号：9787506356992

10位ISBN编号：7506356996

出版时间：2011-1

出版社：作家出版社

作者：罗点点

页数：256

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《我的死亡谁做主》

内容概要

《我的死亡谁做主》内容简介：这是一个人人都要经历、家家都有人经历的过程。怎样告别美好人生？一个走到生命尽头的人不能安详离去，反而要忍受心脏按摩、气管插管、心脏电击等惊心动魄的抢救。即使挽回生命，也可能只是依赖生命支持系统维持的毫无生存质量的植物人状态……《我的死亡谁做主》怀着对生命过程的敬畏、对生命尊严的维护，科学严谨地探讨了来自民间的“生前预嘱”，希望更多人了解在生命末期放弃抢救也是一种权利。

《我的死亡谁做主》

作者简介

作者罗点点：曾经是一位很好心血管内科医生。现在是一个过着写作生活，并希望在写作中使普通的人性保持原形的女人。

这本书把“死亡”这个最难以启齿的问题说得那么透彻明白，像跟隔壁大妈唠家常一样，把这个中国人讳莫如深的话题聊得那么自然得体，同时也给所有理智而聪慧的中国人指明了一条为生命寻找尊严的道路。

——著名神经外科专家凌锋评论本书

我本人就是一个“生前预嘱”的拥护者和实践者，六年前就写好了“生前预嘱”。1998年我母亲弥留前，为了她的仪容和尊严，我就坚决拒绝给她上任何生命支持系统。

——摘自全国政协委员陶斯亮2010年两会提案《倡导生前预嘱，实现科学人道主义》

“人有旦夕祸福”，我们每个活在世上的人都不可能预知自己的生命会遭遇哪种不测。知道了生前预嘱，我立即写好了“生前预嘱”，按了自己的手印，跟家人和预嘱执行人（朋友）打了招呼，就是不知道这样做是不是具有法律效力？

——摘自网友“米粒儿”的来信

书籍目录

目录

序一 胡定旭 / P001

序二 罗爱伦 / P004

序三 生命的尊严凌锋 / P007

阅读篇

一、让我们谈谈死 / P002

大秘密 / P002

人人都想知道关于死的事 / P003

来个小测验 / P005

我去哪儿了？ / P006

人有几种死法 / P008

最现代的死法 / P009

真相大白 / P010

活人很“势利” / P011

那些过去的好时光 / P013

活着还是死了？ / P014

二、看看别人，想想自己 / P016

怎么死，这也是一个问题 / P016

饿死特丽？！ / P018

事不过三！ / P019

法律决定了什么？ / P020

别怪街上那位先生 / P022

母亲失手 / P025

谁是杀人犯？ / P026

狠心的母亲 / P027

狠心的儿子 / P028

狠心的自己 / P028

人伦之难 / P029

三、无痛苦的死亡，神话、理想还是现实？ / P032

斯巴达的孩子们 / P032

曾经臭名昭著 / P033

事情就是这么奇怪！ / P036

花多少钱都行？ / P039

医生的医生 / P041

大打折扣 / P043

两个“邪恶” / P045

四、生前预嘱——芝麻开门吧 / P050

我婆婆的故事 / P050

那张纸条！ / P052

普通人哪能这么幸运？ / P053

芝麻开门吧 / P054

为特雷莎修女工作 / P055

什么是“生前预嘱”？ / P056

说出你的故事 / P057

“生前预嘱”改变了什么？ / P059

“生前预嘱”还改变了什么？ / P060

“生前预嘱”不是法律文件 / P061

时光倒流 / P063
五、“五个愿望”怎么变成“我的”？ / P065
美国办法 / P065
中国办法 / P066
重要的事情是要说出口 / P068
万事开头难 / P069
是什么和不是什么 / P070
第几个吃螃蟹？ / P072
也许不是多余的话 / P074
指引篇
一、生命尽头的决策 / P078
心肺复苏和放弃心肺复苏 / P078
喂食管和呼吸机 / P082
二、不要疼痛 / P087
你的权利 / P087
疼的时候怎么办 / P090
三、最漫长的告别——阿尔茨海默病 / P092
不要叫我老年痴呆 / P092
早期 / P093
中期 / P097
晚期 / P097
不困难的诊断 / P098
困难的治疗 / P098
更困难的家庭长期照顾 / P099
四、纪小龙说癌症 / P103
癌来了！ / P103
没打开的“癌症之门” / P104
先搞清楚良性还是恶性 / P105
人人都有癌细胞 / P105
一定要扼杀在摇篮！ / P107
1 / 3的癌症诊断有误 / P108
2 / 3的癌症治疗是无效的 / P109
3 / 3的中期癌症病人治疗需要个体化 / P111
别英年早逝 / P112
五、亢祖说癌症 / P115
生得好，活得长，病得晚，死得快 / P115
一路煎熬渡难关 / P116
幸运啊 / P117
六、家有病人 / P120
乖，现在轮到我照顾你了(照顾年迈的双亲) / P120
说好不分手(照顾重病的配偶) / P123
举世之悲(面对患绝症的儿童) / P125
七、我是家庭看护者 / P127
需要特别注意的潜在危险 / P128
紧急情况下找谁？ / P129
照顾好您自己 / P129
找帮手 / P130
计划未来 / P130
八、去不去养老院？ / P132

- 养儿防老 / P132
- 以自理能力为准 / P133
- 三种居住方式 / P133
- 箭头代表什么？ / P134
- 九、如何与医生沟通？ / P136
- 找到沟通的“管道” / P136
- 送礼还是不送？ / P137
- 使用篇
- 一、“我的五个愿望”，什么时候说和怎么说 / P142
- 亲身经历 / P142
- 可别太晚 / P143
- “我的五个愿望”帮你说话 / P144
- 提起话题 / P145
- 说下去 / P146
- 如何跟进 / P147
- 怎样告诉别人自己的愿望 / P148
- 为什么要跟医生说 / P149
- 二、如何填写“我的五个愿望” / P151
- 我为什么要填写“我的五个愿望”？ / P151
- 什么时候是填写完成“我的五个愿望”的最好时机 / P152
- 到哪里去找“我的五个愿望” / P152
- “我的五个愿望”在什么情况下生效？ / P152
- 填写完成“我的五个愿望”之前我要知道什么？ / P153
- 为什么要“在我的五个愿望”中指定至少一个人帮助我 / P153
- 填写完成后做什么 / P154
- 不是法律文件有什么好处？ / P155
- 如果我经常出差或旅游怎么办？ / P156
- 我如果还有更多的问题怎么办？ / P156
- 三、我愿意帮助你 / P157
- 四、最后的时刻 / P159
- 会遇到什么问题 / P159
- 需要做什么 / P160
- 附录
- 一、专家访谈 / P163
- 是否放弃抢救应由专业医师主导——访复兴医院院长、危重症治疗专家席修明教授 / P163
- 生命末期：尊重病人的选择——访北京军区总院神经内科专家张微微教授 / P169
- “生前预嘱”在中国，路途尚遥远——访北京协和医院急诊专家 / P174
- 二、《选择与尊严》网站会员故事 / P186
- 陈小鲁：我父亲陈毅的故事 / P186
- 朱正琳：死的理想 / P187
- 婴宁：公公的尊严死 / P190
- 亢祖：生得好，活得长，病得晚，死得快 / P191
- 小沁：“这家伙太会死了！”——明朗叔叔的故事 / P193
- 点点：嗨，张美丽！ / P195
- 新平：昨夜又梦见梅妹了 / P197
- 三、《选择与尊严》网站信件摘编 / P200
- 四、两会提案 / P216
- 全国政协委员胡定旭、凌锋提案 / P216
- 全国政协委员陶斯亮提案 / P223

五、“我的五个愿望”——可使用的生前预嘱文本 / P227

六、调查报告 / P238

七、网上资源 / P249

前言

“生前预嘱”是一份可以让人们通过自主选择实现临终尊严的文件。它不提倡被法律严加管制的“安乐死”，而是让人们在自己的生命走到尽头，自主选择是使用呼吸机、心脏电击、鼻饲等人工生命支持技术延缓死亡，还是以接近自然死亡的方式追求更多临终尊严。世界上许多发达国家和地区自上世纪以来，无论是否通过专项立法，以不同方式提倡的“尊严死”和“自然死”，都是通过人们在健康和清醒的时候，事先签署的这样一份文件来推广的……

“选择与尊严”是内地第一个推广“尊严死”的公益网站，他们甚至已经推出了一份可操作可使用的名叫“我的五个愿望”的生前预嘱文本。

我本人很赞成人有权利通过表达个人意愿和自主选择，最大限度地实现自己的临终尊严的观点。这是对人，对生命和对科学的最大尊重。

希望这本由“选择与尊严”公益网站志愿者集体创作、多位内地著名医疗专家或撰稿或审读，并由罗点点女士执笔的书，能让更多人了解怎样选择自己的临终尊严。……

精彩页

没打开的“癌症之门”

癌症是一种未知的普遍“自然”现象，是所有恶性肿瘤的总称。目前已经知道不仅人类患癌症，动物、植物也有癌症；不仅现代人有癌症，古代人也有癌症；不仅常见器官可以发生癌症，人体所有部位、器官、组织都可能发生癌症。从有记载的历史来看，癌症已经陪伴了人类数千年之久。癌几乎肆虐横行在人体的每一个部位，从大脑到各个器官，从表皮到骨骼。到目前为止，还没有办法能预知谁一定能患癌症，谁一定不患癌症。哪种癌一定能治好，哪种癌一定治不好。目前采用的所有医学方法，对癌症都还是“小打小闹”，不能根本解决问题。为什么呢？原因很简单：癌症的病因不确定。就是说，一种疾病的病因还不为人类所知晓，还不明白它是怎么回事，怎么能有的放矢呢？怎么能有效治疗呢？

医学发展到今天，虽然与千年前、百年前、几十年前比较有了飞速的发展，取得了可喜的进步和成就，但就癌症而言，人类还处在“盲人摸象”的阶段，还远远没有打开“癌症之门”，那些抱着“几年、十几年攻克癌症”的美好愿望的人们，一定要清醒清醒了！要重新摆正一下自己的位置和态势了。不然，盲目和幻觉是会最终让你“惨败”和追悔莫及的。

先搞清楚良性还是恶性

任何人去医院看病，发现肿瘤，一定要先搞清楚是良性还是恶性。

肿瘤分良性和恶性，良性肿瘤和恶性肿瘤的区别就在于：良性肿瘤在身体的哪个部位生长，就永远呆在那个部位，而恶性肿瘤从一个部位生长以后可以跑到身体的其他部位，医学上叫转移或者叫扩散。比如子宫的平滑肌瘤，它是良性肿瘤，它一辈子都会在子宫里，不会跑到其他的器官。恶性肿瘤它可以转移，比如肺癌，它可以转移到肝脏、骨、皮肤、脑，任何部位，这是第一个不同点。第二个不同点：良性肿瘤它长到一定大小就再也不长了，反而会越来越萎缩，如同庄稼，成熟后它会枯萎。而恶性肿瘤，只要病人还活着，有血液循环，有供应营养，它会一直长下去，一直长到人体死亡为止。这两点就决定了肿瘤是良性还是恶性，恶性肿瘤就是癌症。

人人都有癌细胞

每个人一生中身体内一定会出现“癌细胞”，只有当体内“清除”功能失效后，癌细胞才能长起来。人体是由细胞组成的。正常人体约有60兆个细胞，人体细胞还通过不断的分裂产生新细胞，以取代那些死亡细胞。每分钟有1亿个细胞死亡和新生。每一次细胞分裂，染色体自身复制，就可能有很多次出错的机会，基因发生自然突变的概率为 10^{-6} 。可以推算出人体每天出现3000个基因突变细胞，一生中会有 10^{10} 次方的突变概率(100亿个细胞)。

DNA复制难免“出错”后，导致基因突变，变异的细胞中一部分就会变成前癌细胞。但是有前癌细胞人体也不等于一定会长出癌症。事实上，人体癌症发病率并没有预想的那样高。由此可见，一次突变并不足以将一个健康细胞转变为癌细胞。一个细胞癌变要求在一个细胞中发生几次单独的突变，它们共同作用才能诱发细胞癌变。据统计，一个细胞转化需要发生3~7次单独的随机突变。

虽然癌症起始于一个细胞突变，但是这个突变细胞的后代必须经过几次突变，才能形成癌细胞。流行

《我的死亡谁做主》

病学的统计表明，癌症的发病率随年龄的增长而提高，而且是几何级数提高，癌症的发病率是年龄的3次方、4次方甚至5次方。癌症的渐进发生过程非一日之功，需要数年时间，在此期间既有内因的作用，也有外因的诱发，致癌因子需要有剂量累积效应。癌症的发生要有许多因子的共同作用。体内还有免疫监控系统，可以随时消灭癌细胞。因此，许多癌症不是不可避免的。

一定要扼杀在摇篮！

癌细胞在身体内不是一天两天、一月两月、一年两年长起来的，而是几年、十几年、几十年才发展长大的。只要及时“攥住”癌细胞的“苗头”或“信号”，把它“扼杀”在摇篮里，癌症就不会那样严重威胁人类生命了。

恶性肿瘤的早期阶段，手术切除一般可以治愈，只是发展到中晚期时会转移扩散，手术切除后还会复发，同时破坏组织、器官的结构和功能，患者最终可能由于器官功能衰竭而死亡。一旦到了复发转移时，医学目前只能“望癌长叹”。如此看来，早期发现是最重要的。癌细胞从一个细胞繁殖生长到1cm大小时具有大约10亿个细胞，大约需要15到30年。在此漫长的过程中，是完全有机会“捕捉”到癌块的。(P104-107)

《我的死亡谁做主》

章节摘录

版权页：以前，人大多死在家中。中国人乐天知命，除了天灾、战乱和各种意外死亡，很习惯把“生老病死”视为自然生命过程，一旦大限来临，就平静接受命运安排，死在自家床上，周围有亲人环绕。这种死离人近，比较好理解，甚至代表着那些过去的好时光……中国很多地方有风俗，人死后在家里停放七天，接受亲友吊唁。这不仅是在专业人员缺乏的情况下，确认死亡以防弄错的办法——“死”而复生的故事在民间流传并非空穴来风——更是老幼皆宜的死亡教育。记得我第一次看到“尸体”并不是在医学院解剖教室，而是在插队的地方。村里一个老妇人死了，我们知青结伴去吊唁。一上山坡就有披麻戴孝的孝子上来磕头。他见人倒头便拜，不论认不认识，请求大家原谅他母亲生前做过的不好的事。这“孝子”在村人的眼里和嘴里，对母亲都不算太好，但眼见一位五尺男儿跪倒尘埃，面容悲凄，您还是不能不被人伦感动，不能不替死者欣慰。去吊唁的人都能得到一个白面馒头，吃了馒头的人有责任帮着丧家把死者灵柩抬上山冈……我无法分析自己在看到这个老妇人的“尸体”时感受到多少好奇或多少恐惧。但和我后来在医学院解剖教室里见到的相比，前者显然更加真实而生动。它总是让我想起大哲学家蒙田在《学习哲学即学习死亡》那篇散文中朴素的句子：给别人让出空间，正如别人让给你一样。说出来您也许不信，这桩早年在乡村中经历的丧事，让我至今想起来还很亲切，我甚至认为是那幅图景奠定了我死亡意识中的基本部分。

《我的死亡谁做主》

媒体关注与评论

这本书把“死亡”这个最难以启齿的问题说得那么透彻明白，像跟隔壁大妈唠家常一样，把这个中国人讳莫如深的话题聊得那么自然得体，同时也给所有理智而聪慧的中国人指明了一条为生命寻找尊严的道路。——著名神经外科专家凌锋评论本书我本人就是一个“生前预嘱”的拥护者和实践者，六年前就写好了“生前预嘱”。1998年我母亲弥留前，为了她的仪容和尊严，我就坚决拒绝给她上任何生命支持系统。——摘自全国政协委员陶斯亮2010年两会提案《倡导生前预嘱，实现科学人道主义》“人有旦夕祸福”，我们每个活在世上的人都不可能预知自己的生命会遭遇哪种不测。知道了生前预嘱，我立即写好了“生前预嘱”，按了自己的手印，跟家人和预嘱执行人（朋友）打了招呼，就是不知道这样做是不是具有法律效力？——摘自网友“米粒儿”的来信

《我的死亡谁做主》

编辑推荐

《我的死亡谁做主》：2006年2月7日，我们在北京召开了《掌握生命归途》的讨论会，这是我们对如何通过建立“生前预嘱”（Living will）、在生命尽头保持尊严的第一次讨论。会后我们有了自己的名字：选择与尊严（Choices & Dignity）。我们并不提倡法律意义上的安乐死，我们只是建议成年人在疾病和生命的终末期，选择不使用延缓死亡过程的生命支持系统，如人工呼吸器、心肺复苏术等等。这种建议并不反对或贬低其他种类的选择。我们不把此建议归类为临终关怀，因为临终关怀通常是指社会和他人对临终者的关注和作为。我们强调通过建立“生前预嘱”来实现个人对死亡方式的选择。这是一种以个人为主体的对临终尊严的诉求，尽管也需要社会和他人的帮助，但最终要靠主体的明确表达和签署相应文件来实现。我们要做三件事：一、使更多人知道什么是“生前预嘱”，建立“生前预嘱”如何能在生命尽头帮助实现个人意愿。二、使更多人知道在生命尽头选择不使用生命支持系统以保持尊严是一种权利，需要被认识和维护。三、促使建立“生前预嘱”在中国社会环境下变成事实。生命树上无论什么颜色的叶子都美丽，人们对生命死亡的意义理解尽管不同，但通过尊重个人意愿的选择，生命树叶都能尊严飘落。生得好，活得长，病得晚，死得快，选择与尊严，你知道“尊严死”吗？一种不涉及积极致死行为，又给危重病人和临终者带来最大限度的尊严和舒适。正在全世界范围内变成现实。

《我的死亡谁做主》

精彩短评

- 1、发人深省，是本好书，要认真读。
- 2、书很好，我很满意，纸质还可以
- 3、妈妈已经在认真地看了~
- 4、死亡是我们每个人都要面对的问题，感谢作者写了这么一本好书，让病人、家属、病人单位、医生、社会都能科学、理智地面对，真正尊重病人的临终意愿！
实际上病人还有长期受病痛折磨的问题，甚至生不如死，如何解决，希望作者或其他人也能写书指点。
- 5、看了《看见》这期节目后买来看的。这真是一个太能触发思考的话题。什么是生？什么是死？现代技术让生与死的界线模糊不清的时候，怎么去死？在具体的复杂情境中，患者、家属、社会舆论、法律、政府分别有何权利和责任？死亡的权利属于谁？在恐惧死亡和逃避痛苦的本能的驱使下，如何才能遵循自我意志？
- 6、从一个全新的角度诠释人生问题，挺有启示意义。
- 7、本书真的很不错。值得阅读
- 8、对生命与死亡的思考，值得每一个人认真阅读、思考
- 9、其实这是一本不错的书，但对于死国人都比较沉重，难以诙谐。
- 10、书还没有看完，内容相当不错
- 11、看了《看见》，知道了这本书，想到了死去的爷爷奶奶，还有现在身体越发不好的外公……希望每个人都能有尊严的死去。
- 12、关于老，病，死的一些非常现实的问题，为人子女应该了解并思考的问题。“生得好，活得长，病得晚，死得快”。
- 13、这本书我先后买过7本了，送了5本给朋友。他们看过都说好。前阵子跟另一个朋友说起这本书，他又说要看。再来一本送他。
- 14、很好哦，妈妈也看了，很赞成里面的观点。
- 15、帮别人买的，说很不错的书
- 16、正在看，对死亡的恐惧开始减少
- 17、文笔不行,前重后轻,最后凑数字.观点赞同
- 18、废话太多了点 尼玛不就一句话嘛 “我爱怎么死怎么说 你丫靠边去”
- 19、或许还要再多看几遍才能从中领会其深意
- 20、书的内容很真实，真正能教会让人如何正确面对死亡的一本书
- 21、很一般的书，语言枯燥，事例不生动，没味。
- 22、R48/8
- 23、不做推荐
- 24、一个全新的视角来看待死亡，做又准备的、从容的死。好书，推荐。
- 25、看采访才买的
- 26、怎么有尊严的死！对自己可以下决定，但每个人看法不同，不能强求，毕竟未知的东西是可怕的~
- 27、可惜刚买完，就又降价了。
- 28、很棒的人生角度！值得深思，作者真正的是精神升华了人！
- 29、关于死亡的书籍，可以写的这么轻松不容易。因为《杨澜访谈录》里看的对作者的访谈，买了它。对于死亡，又多了份认识，对于不同的人面对死亡的不同决定也有了更多的理解。
- 30、偶然在一个专栏里看到的介绍，挺好奇的。还没看，有空翻翻
- 31、第一次在当当买书，物流很快，书也是正版，质量很好！
- 32、看了感触很深，将来待我们老了以后，不知道会是什么样。我想我需要有一个有质量的生活，如果老了我不想自己一直躺在床上，要人服侍。
- 33、从报纸上看了此书的书评，一直想找来看看。希望我们都能够有尊严得活着，有尊严得决定让自己有一天能有尊严的死去
- 34、没有太多感谢

《我的死亡谁做主》

- 35、感觉一般，没什么特别的感受
- 36、大部分文章网上都有了
- 37、大众读物，并没有涉及更多的伦理学方面的探讨，精简一下会好一些
- 38、听朋友介绍买的，刚开始读。内容吸引了我，真是一本值得一读的好书。有尊严的生存和有尊严的死亡，对每一个人来说都很重要。
- 39、没有人不害怕死亡的，但是，能有一个正确的态度更加重要不错的一本书，虽然不见得会全部按照里面去做，但是很多观念不错
- 40、这本书评论很高，很不错，虽然还没正式开看，但是从名字可以让我们客观的看待一些问题。
- 41、该书是值得每个中国人阅读的一本好书。你想想，一生都幸福的人，难道最后路程很痛苦，而且需要忍受的时间很长，那么你人生所有幸福还会那么圆满吗？你想想，中国国情是医疗资源相当匮乏，你就忍心将医疗资源花费在延长那些即将死亡人的死亡过程吗？... 阅读更多
- 42、帮同事买的，他说这本书非常好
- 43、老爸点名要的书！
- 44、在一次偶然的的机会，看到一个节目，然后发现这本书。虽然还未真正开始接触这本书，但被作者的观点吸引。赞同她所提出的观点。“尊严死”。生者纵然不舍，对死者即是再好不过的安排。
- 45、我是在电视上看到罗点点女士的节目买了这本书的，仅仅是因为很少这么认真去思考关于死亡的问题。的确，我们应该更加尊重生命，更加尊重自己，让我们都能够有尊严得活着，有尊严得决定让自己有一天能有尊严的死去。
- 46、写的很真实，希望更多真真的尊重生存的质量
- 47、看过CCTV崔永元做的一个作家访谈后买的。买了已有半年，但一直未看，总感觉现在谈论这个话题很是比较沉重。
- 48、给我了一些关于如何考虑身后事的思路，值的一看。
- 49、枕边之书
- 50、确实写得不错，有深度，值得一读
- 51、内容物太少
- 52、真正有尊严的并不是死亡本身，而是生命。。。
- 53、看完以后跟妹子说起来这本书，丫说我太理性了。说实话，我们避开死亡这一现实太久了，以至于把它误认为是一个“新话题”。不论如何，泰然面对一个新话题，理性而有些残酷的思维是应该的，也是正确的。
- 54、有点失望，有点走过场的感觉，用途不大
- 55、很真实的反映了死亡的意义~~
- 56、死亡我们都面对的
- 57、想“尊严的死”
- 58、我的工作就是每天面对生死，我见惯了各种样式的死亡，所以对于能干净利落的死去充满向往。
- 59、虽然不是什么好事，但适合每个人看一下
- 60、替朋友买的书,她说非常好.
- 61、不通俗，太学术性。
- 62、对于科普来说还不错，有些问题也是能够感同身受。前半部分探讨伦理道德问题的不错，后面的各种资料看着就有点啰嗦。
- 63、非常通俗的一本书，其实对生命，死亡等概念的讲述部分非常模糊浅薄，但作为“生前预嘱”的推行书籍来说还是不错的。
- 64、书还可以，看了有些感触，但离想象的还有点差距，总体上还是不错的
- 65、以前还没关注过这类事件，医学伦理，太多东西有待学习了。自己和家里人也需要考虑下尊严死的问题
- 66、是一本很值得一读的好书。比实体店便宜，网购很方便。只是亚马逊自己发货的速度有点慢，我是北京的客户，7/30下单，8/5才收到，相比由卖家发货慢了不少，希望改进。
- 67、如何推荐给家里老人呢？似乎开不了口。
- 68、此书适合年龄段大点的朋友看，还行！
- 69、书的纸质还可以，就是书角上有点撞坏了！！！！

《我的死亡谁做主》

70、死亡，是我们每一个人都需要关注的问题。有尊严的离开这个世界，我想是大多数人都怀有的愿望。

我们经常说要对自己的人生负责，我觉得对自己临终前的种种，负起责任，也是非常非常重要的。当今，社会越来越开放了，能够理性讨论死亡的人，正视死亡的人也越来越多了，尤其是年轻人。设想，待到临终前，我们可能已经没有能力再考虑怎么离开的问题，我们也已经没有能力和我们爱的以及爱我们的人探讨怎么离开的问题。那么，为什么不在我们还有能力的时候就做这样一件事情呢。虽然，我们热爱生命，但天灾人祸不可避免。谁都不知道自己什么时候面临死神的召唤。所以，当下就做吧。静下心来好好思考一下，用最温情的方式，将爱、关怀和你的意见传递给你身边的人。

71、一本文集，收录了很多文章那种。

72、本书写的比较深邃浅出，很好

73、旁征博引，内容生动。

74、之前对这本书有所了解，对人还是不错

75、难得有书直面这么沉重的话题，好书啊

76、大众读物，内容实在泛善可陈

77、很深刻，值得探讨，这本书是从天下女人节目知晓的

78、我的死亡自己做主，读过此书会对生死有新的认识，会知道人应该如何活着，不要过度治疗。

79、速度很好，书也很好

80、我希望生命自然的结束，而不是机器的停止。《我的生命谁做主》怀着对生命过程的敬畏、对生命尊严的维护，科学严谨地阐述了在生命末期放弃抢救也是一种权利。

81、前段时间无意间看到某学长的一个微博，好奇，便借了这本书来看。读的不够仔细，死亡这个问题，我还看不明白。科技是有副作用的，不仅仅是在死亡的问题上。人需要敬畏，敬，自然畏。

82、了解死亡,面对死亡,思考死是为了如何更好地活

83、看了好久才评，确实还可以。

84、让我们谈谈死亡，谈谈我们有意无意忽略的事情——这本书写得非常实在，给出的几个方法也很简单易行。值得推荐。

85、符合我的想法，很喜欢此书以及作者的观点。。

86、很喜欢这本书，并且很认真填写了自己的愿望！希望大家都珍惜自己健康的身体，幸福的生活！

87、喜欢这本书,提出了一个很好的观点,生前预嘱,这应该是一个需要考虑的问题,喜欢书中的有些观点,比如:生得好,活得长,病得晚,死得快.除了生得好,我们没办法把握,但后面的九个字,我们都是可以去努力做的!

88、我的死亡谁做主，自己做主。对死亡有深刻的认识。

89、带读者走进另外的视角，坦然的面对死亡前的抉择。与家人而言，作为亲属如何让家人走的安详，宁静且有尊严。当自己面对死亡前的抉择，又如何让自己走的有尊严。有时候，能尊严的离开比痛苦的坚持更幸福。我们都是热爱生命的人，从呱呱坠地到奄奄一息，一直都需要被尊重，被呵护。既然人都是要死的，就选择个最有尊严的方式离开！愿一切的生命都能幸福！

《我的死亡谁做主》

精彩书评

- 1、死亡，熟悉又陌生。多少人终其一生都在逃避它，而他总是如影随形。你永远都不知道它会不会在人生的下一个拐角处等着你。在它面前，我们显得那样渺小、脆弱。我们能选择如何生，似乎却无法选择如何死。这本书给了我们一个选择，真的好死不如赖活着吗，真的死亡就是那么可怕的事吗？对于有些人而言，死亡如果是种解脱，那么请尊重他们的决定，放手让他们有尊严的离开
- 2、最早对死有看法是在小学的时候，想起这个世界之前没我，之后也不会有，感觉很空虚，很失落。感受死亡则是十几岁是母亲离世。后来读了不少书，介绍死亡的相关知识，如何面对，如何让自己变得更加平静，以及多给别人留下一些有用和有意义的东西。以上种种确立了我的死亡观——正向接受、积极应对。本书涉及的是一个更加具体的问题——要有尊严地离开这个世界，而不是满身插着管子死在ICU里面。这个观点我非常非常同意！首先，具说中国人90%以上的费用都用在了生命的最后10%，从理性角度看这个很有问题。很早之前我就跟老婆在医疗费这个问题上达成了共识——给重病治疗费用设一个最高值，超过这个最高值就不救了。我不希望自己死亡前花了家里很多钱，走了之后人亡家破，这没有意义。另外，不要用生命维持系统来支持我没有思想地“活”，没有价值。活的差不多了，我想给别人腾个地方，就像别人曾为我做的一样。很高兴，这个观点与书里的观点非常一致。其实，生前预嘱形式是非常必要的，就是在清醒的时候除了安排下自己的遗产之外，对关键时刻是否要过度抢救，是否要用生命维持系统有个比较全面的交待。中国人比较忌讳谈死，就像不谈就不会有一样。此种非常普遍的现象还是对自己必死这一事实没法有效的面对，没有做好准备。个人感觉是这样，读书越多应该更明理，应该对自己、对死亡有个正确的认识的态度。读了本书，可以帮助读者了解一些必要的医学知识，可以帮我们更有效地理解死亡的过程。虽然只是死亡的一部分，但是过程仍然非常重要，至少在这方面不要做一个无知的人。有空读下本书。第三，年轻时的我总是不服气，总爱说“我命由我不由天”，好像自己真的能左右什么。随着年纪渐长，终于了解到世界有自己的运行规律，应该顺利“天命”而非一味抗争。请注意这不是消极，所谓天命一部分就是“生老病死”这个规律。现在医学制度发达之后，可以做到部分“违命”——病人不能自主呼吸？那用呼吸机。不能自主进食？那用喂食机。我们应该清醒的认识到——有时候是应该走了，不要无谓演唱没有质量的生命。于我而言，如果不能听说读写，那不如死了。最后，分享书里一个小故事：一个哥们对医生说，你要全力救我奶奶，要像打仗一样，要赢得胜利。他奶奶那年105岁了。我命由天不由我！
- 3、我的父亲去世3个多月了。当他获悉无法治愈他的癌症，他选择了嘱咐我们放弃过度医疗。因为他的嘱咐，我们在他生命末期的医疗方案的选择就相对地容易。他在生命的最后时刻留在家中，亲人陪伴左右。谢谢你，爸爸！给我上了一堂死亡课程！

《我的死亡谁做主》

章节试读

1、《我的死亡谁做主》的笔记-第113页

先关爱一下自己的人生只有一次的生命，懂一点儿癌症的基本知识，爱护好自己的健康，为你的“爱”事业成功去发挥出你的全部才华吧

2、《我的死亡谁做主》的笔记-第59页

在生命归途中个人意愿能被充分尊重将死亡称为“生命的归途”让我很感动。联想昨日闻听生乃死亡的开头、死乃生的起点的道理，还有汪峰吟唱的“生命是一场告别，从起点对结束说再见”坦然面对死难却是为人之基理。

3、《我的死亡谁做主》的笔记-第35页

<图片1>

4、《我的死亡谁做主》的笔记-第53页

笔者婆婆的故事能如此平静的展现在面前，我必须向笔者致敬，钦佩她无比的勇气和良知，分享自己对逝者往生时艰难的决定、瞬间的崩溃、痛苦的挣扎折磨，如何“替别人决定生死”？

5、《我的死亡谁做主》的笔记-第4页

宗教特别善于借助死亡的力量，引导芸芸众生走向“彻悟”和“皈依”。足够严肃的说法是，死让我们对生命有更深理解和敬畏。

6、《我的死亡谁做主》的笔记-第123页

让我感动的一句话不管父母多么衰老，都是我们的至亲宝贝，使我们在这个纷繁世界上找到自己的坐标

《我的死亡谁做主》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com