

赠品二：医生选择如何离开人间

——和我们普通人不一样，但那才是我们应该选择的方式

欢迎来到【助燃者】平台！



我的老岳母，今年5月初去世，享年93岁。

当时，她已经从养老院转进了南京的中大医院，情况很不稳定。

医生问：病危时要不要抢救，如果不抢救，需要家属签字。

我太太他们兄妹三人各抒己见，一时难以决定。

于是，先行从美国旧金山家中，赶回南京的太太打电话回来，征求我的意见。

我想起了1998年和2007年，我母亲和父亲，分别在去世前被抢救的情景，实在是痛苦万状，惨不忍睹。

其实，我想说：“千万别抢救，让老人少一点痛苦！”

可话到嘴边又咽了回去，因为担心，如果我这个做女婿的去反对抢救，太太和大舅哥、小姨子，由此误会不是自己的生身父母就持有双重标准，不妥。

但实实在在，我亲眼目睹，自己的父母临终前，用痛苦和金钱换来的教训，不愿在岳母身上重演，于是我想到了肯尼斯·库珀博士。

当我在电话里讲述了我正面临的困惑，并询问库珀博士意见的时候，他问我，有没有读过一篇叫做《医生选择如何离开人间？和我们普通人不一样，但那才是我们应该选择的方式！How Doctors Die? - It's Not like the Rest of Us, But It Should Be!》？

我愕然了。

医生以救死扶伤为天职，难道他们还有什么不能和我们普通人分享的惊人秘密吗？

库珀博士在电话中听出了我的愕然，他说：“年轻人（他总是称我为“年轻

人”)，你先把这篇文章找来读一读，读完以后，你来写今天的库珀处方。当然，在发送给我的中国读者们阅读之前，我要先把把关。”

这让我既好奇，又有点诚惶诚恐，立即搜索一些英文网站找到了这篇文章。

肯尼斯·库珀博士所说的《How Doctors Die? - It's Not like the Rest of Us, But It Should Be!》发表在2011年的11月23日，作者是一名医生，叫肯·穆尤睿(Ken Murray)，这篇文章发表以后，曾经在美国社会和医学界引起了轰动和辩论。

文章很简单，Ken回忆说：就在几年前，一位名叫查理的非常有名望的骨科医生，发现自己的胃上长了一个肿块，于是，他做了一个小手术，没想到诊断结果出来，竟然是癌症杀手——胰腺癌！

给查理做手术的医生是个高手，此公不但医术精湛，而且还发明过一种特别的治疗方法，可以把胰腺癌患者的5年内存活率，从5%增加到15%，即：提高3倍！

当然，其生活品质会在医疗过程中大受伤害，用咱们老百姓的话来说就是：遭罪是免不了的。

然而，查理却拒绝了这位名医的治疗方案。

第二天回到家，他关掉了自己原本做得很成功的诊所。

从此，再也没有去过医院。

查理把时间，全用在了和家人一起享受人生的最后时光上，尽可能地找到最惬意的感觉和状态。

他完全没有做化疗和放疗，也没有再做任何手术。

几个月以后，查理在自己的家里病逝，亲人们都陪伴在他的身旁。

美国著名的医疗保险制度Medicare几乎没在他身上花钱。

当然，查理不是为了给已经千疮百孔的Medicare省钱，他是为了自己在人生最后的珍贵时光里，尽量享受生活，少遭罪。

换句话说，在生命的数量和质量之间，查理选择了质量。

在我看来，虽然美国人，不像我们中国人那样忌讳谈“死”这个话题，不过究竟如何死亡？也并不是所有人，都能够从容谈论的事情。

毫无疑问，医生也是人，也会面临死亡和病痛的折磨，但似乎从来没有人研究过，这个群体会在死亡的方式上有什么与众不同？

查理的选择，揭示了一个不为人知的秘密：

虽然为尽天职，医生们不遗余力地挽救病人的生命，可是当医生自己身患绝症时，他们选择的不是“近水楼台先得月”——为自己使用最昂贵的药和最

先进的治疗手段。

恰恰相反，他们作为一个特定的群体，却选择了最少的治疗！

原因，正是因为医生们的专业训练，让他们深深明白药物和手术的局限性，以及它们给患者带来的生活品质的摧残和巨大的痛苦。

他们在人生的最后关头，集体选择了生活品质！

真是太震撼了！

请不要误会，医生当然不想死！

人生一世，草木一春，医生当然和我们一样，希望长命百岁，尽享生活的美好与融融亲情。

但他们又是最知道现代医药和医疗技术局限和结果的人。

在两害取其轻的原则下，他们非常明智地选择了，较少痛苦和与家人平静地分享最后时光的离开方式。

通过多年的临床经验和“见多识广”，**他们知道临终病人最恐惧的莫过于在巨大的痛苦中孤独地离开人间！**

有不少久经训练的美国医生，曾经和家人认真讨论过，当死亡无可避免时，病危前自己的选择。

他们反复叮嘱，当“最终的判决”来临，当自己在人间的最后弥留之际，千万不要让任何人闯到家里来（他们选择不住医院），尤其是在给自己做抢救时的人工呼吸（即：CPR， Cardio Pulmonary Resuscitation）时，把自己的肋骨给压断（CPR 常常导致肋骨断裂）！

为什么？

因为这些“医疗天使”们耳濡目染过太多的医学“无用功”（futile care）了，但当一个人的生命已经走到了尽头，身体极度衰竭，行将“油尽灯熄”之时，他（她）实际上已经丧失了判断力和决定权，而医生的尽“天职”和亲人们的尽“孝道”，却把更多的痛苦带给了弥留者，无情地剥夺了他们留恋人间的最后权利。

然而，颇具戏剧性的是，我们常常选择了痛苦而昂贵的抢救，徒劳地试图延续亲人将逝的生命。

而掌握了最丰富医学知识和技术手段的美国医生们，却为自己选择了最好的临终方式：**呆在家里，用最少的药物和治疗来改善生活品质，而不是延长生命！**

再来看看我们那可怜的，躺在病床上或昏迷不醒，或极度衰竭的亲人，被东开一刀，西开一刀，身上插满管子，被各式仪器所“绑架”，大把大把吃药，成瓶成瓶输液。更别说一掷千金的花费了，钞票像打水漂一样哗啦啦流出去。

“请答应我，当我处在这样的状况时，请一定把我杀了！”

肯·穆尤睿回忆说：“我真的不记得，有多少次，我的同事们很认真地对我这样嘱咐过！恐怕我们审讯最冷血的恐怖分子时，也做不到像我们对待病人那样造成的折磨和痛苦！所有的钱，买来的全是痛苦！”。

有的医生甚至纹身“No Code”，来提醒同行们，永远不要对自己实施人工呼吸。

但遗憾的是，医生所接受的职业训练和教育，却恰恰让他们“己所不欲，偏施于人”。

私下里，他们互相说：“天啦！一个人怎么能让自己的亲人受这样的罪啊！”

众所周知，美国医生的酗酒和抑郁症发生率都比很多其它行业高，不忍看到病人受折磨，恐怕是重要的原因之一。

我的一个医生朋友证实说：“我每次替病人做人工呼吸时，每做一下，我就暗暗祷告：上帝啊！请您饶恕我！因为实在是太惨不忍睹了！”

肯·穆尤睿坦陈，到他发表《How Doctors Die? - It's Not like the Rest of Us, But It Should Be!》一文为止，他已经有10年时间不再参与住院病人的临终医护了。

究竟为什么会这样呢？

因为我们忌讳在健康的时候讨论死亡，尤其是当长辈或老人进入晚年的时候。

但一旦遭遇病危，到了需要抢救，才有可能挽回生命的时候，在奈何桥头徘徊的人们，只好听任亲属和医生摆布了。

手忙脚乱之际，大家往往无暇顾及病人本人的意愿，在无力回天的情况下，他（她）的灵魂与肉体究竟愿不愿意再如此折腾下去？

愿不愿意再遭一回罪呢？

我在读肯·穆尤睿的这篇文章时，我父亲临终前的一幕浮现在眼前。

我父亲得的也是胰腺癌，和美国的查理医生不同的是，父亲遭受了查理躲开的所有折磨，包括两次手术，化疗，放疗，吃药，在医院里住了半年多。

虽然中美医疗制度有很大的差异，但在这个问题上居然惊人的相似！

这又让我想起了三年前去世的岳父，他老人家临终前的唯一愿望就是：“我要回家！”

可当时做儿女的，却想尽一切努力，在所不惜地要治好老人的病（肾衰竭）！

其实，医生和家属的“尽一切努力”，可能含义完全不一样。

于是乎，噩梦开始，痛苦加剧，周而复始。

无论人民币还是美元，就好像流入了下水道一样，头也不回哗哗而去。

肯·穆尤睿医生说：他以前曾经为临终病人做过几百例人工呼吸抢救，只有一例被救回，那还是一位患高压性气胸但没有心脏病的人。

毋庸置疑，医生是无辜的，他们要尽职，他们面对哭哭啼啼的亲属们被迫努力抢救，虽然大家都心知肚明，努力下去的结果会是什么。

如果遇到财迷心窍的医生，那就更是周瑜打黄盖，一个愿打，一个愿挨了！

还有些医生因为担心被家属投诉，甚至惹上官司和麻烦，干脆你怎么说，我就怎么做。

而压垮肯·穆尤睿医生的最后一根稻草，是当他按照一位病人的遗嘱，在最后时刻帮他拔掉所有的抢救管道时，肯居然被一位护士举报犯了杀人罪。

所幸逝者生前的遗嘱帮了大忙，不然肯·穆尤睿坐牢是完全可能的。

肯·穆尤睿为他的临终病人减少了痛苦，也为美国的医疗保险免除了至少50万美元的浪费，可他却因此差一点锒铛入狱，这是制度的荒唐？

我的观点是：这一切原本都是可以避免的！

建议大家，尤其是老年人在健康的时候，就要与家人就这些问题详谈，交待清楚自己的想法和选择。

我们既不能讳疾而忌医，同时也不要讳死而忌谈。

据我所知，现在已经有越来越多的美国人开始反思：

我该选择怎样的死亡方式？

一口气读完《医生选择如何离开人间？ - 和我们普通人不一样，但那才是我们应该选择的方式！ How Doctors Die? - It's Not like the Rest of Us, But It Should Be!》

结合我父母的临终经历。我马上打电话给正在南京老岳母病床前守候的太太：“不要再抢救了，让老人家安静地离开吧！”这个建议没有受阻，他们兄妹最后也达成了放弃抢救老母亲的一致意见。

虽然，我那享年93岁高龄的岳母大人，没有如愿地在自己家中度过人生的最后时刻，但她少遭了一茬罪。

肯·穆尤睿医生的这篇文章，让我受到了震撼和教育，不管别人怎么想？如何做？

我先把自已对待死亡的态度写下来。

将来若是神智清楚时，算作自己的座右铭；如果神智不清楚的话，就算作遗嘱好了。

想到这儿，我认真地写下了以下“处方”，并逐条在电话里念给肯尼斯·库珀博士听。

听完以后，库珀博士很认真地说：“好，Wilson，一字不改，这就是今天的库珀处方！”

1、人终有一死，不要忌讳讨论临终关怀和死亡方式的选择。不但要和医生谈，也要和亲人交流，得到他们的尊重和支持。

2、如果遇上绝症，生活品质远远高于延长生命。我更愿意用有限的日子，多陪陪自己的亲人，多回忆回忆往事。把想做，但一直没有来得及做的事尽量做一些。

3、遇到天灾人祸，突然丧失了意志力，而医生已经回天乏术的时候，不要再进行无谓的抢救。不是为了省钱，实在是为了少遭罪，也减少对亲人们的折磨。

4、没有生病的时候，珍惜健康，科学减肥，珍惜亲情，多陪陪父母，多陪陪妻子或丈夫，多和孩子聚一聚。

工作做不完，钱也赚不完。

从来没有听说过，任何一个人在临终前后悔说：在办公室里呆的时间太短，恰恰相反，他们都后悔没有多陪陪自己的骨肉至亲。

亿万人海相遇，遇见便是缘，缘之所善则是有缘则圆。

记住：【助燃者】始终在你的身后守护着你。

王昱翔祝你：珍惜生命！热爱生活！笑对人生！



助燃者



王昱翔

更多**顶级咨询**请关注【**助燃者**】
微公号，关注即有**七份大礼**相赠；
或添加【**王昱翔**】微信号，备注
“**成长**”，即可参加相关课程。