

医师报

2021年4月15日

责任编辑:尹晗
美编:杜晓静
电话:010-58302828-6847
E-mail:ysbyinhan@163.com

HUMANITY 人文

A5

● 医者·感悟

面对预演的生命尽头

▲北京清华长庚医院疼痛科 路桂军

2021年3月27日,我在北京社会管理职业学院生命文化学院实训厅为自己办了一场生前葬礼。

开展安宁疗护工作,每天都在和走到生命尽头的患者和家属打交道。要面对的多数是穷途末路的沮丧、心有不甘的告别、对生命意义的拷问,却鲜有“了却生死”的从容离世。

安宁疗护的工作内容是让患者无痛苦、有尊严、平静安详地转身;让直系血亲释怀不甘,安宁、坦然应对;让亲朋好友感觉即便离去,逝者的整个人生仍是平安顺遂的。而以上这三个目标的实现,都无一例外统一于“对死亡的认知”。因此,生死教育是安宁疗护工作核心内容。作为先行者,我希望自己有机会大尺度亲历生死,面对生死自己掌握一些话语权,这便是为自己办“葬礼”的初衷。

葬礼当天,当我躺在冰冷的遗体处理台上,当入殓师柔和地放松我四肢的关节、修剪我的指甲、按摩我的面部肌肉时,我的内心充满了自责。我想,这付躯体跟了我四五十年太亏了,这么多

年来,我一直在无休止地透支自己的身体,却从没有用心内观过自身,从没过想过我的身体也需要爱抚,更没想到此生唯一一次“对身体的抚触”是在告别这个世界的仪式环节。

在“告别路桂军”环节的开篇,随着我最喜欢的一首歌《往事只能回味》,青年舞蹈家李帅在棺椁前用舒展肢体语言再现了我叩问世界的一生。我的儿子和女儿致缅怀答谢辞,然后行注目礼、绕棺、鲜花释怀礼,整个过程没有哀乐、默哀等任何沉痛之礼。观者眼中过程平顺且温婉。

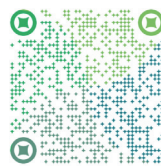
仪式末了,血亲挽别,我妻子因入殓太深导致画风急转,当她双手捧我面颊涕泪交加,我的心瞬间崩溃。我没想到,我一个自诩为从事生命教育的专家,面对明知是预演的“生命尽头”,也无法做到淡定从容!那一刻,我叫停了现场,我发现我不能再消费家人的痛苦,虽然我知道这



路桂军躺在遗体处理台上

有助于亲情的成长,但彼时彼刻,我再无力坦然面对。

“一场演练酬灌顶,两世离合皆因情,奈河桥上思奈何,三生石畔问三生。”反思后,我决心坚定践行“思想上带家庭融入社会,躯体上由社会回归家庭”,工作用心干,生活用情暖。



关联
阅读
全文
扫一扫

● 医学·故事

按图索药



“医生,我记不得药名了,只记得药盒好像是红白相间的……”近日,在南京市江宁医院心血管内科门诊,前来就医的刘大爷回答医生问“吃什么药”的时候,一下子说不上来了。当医生拿出一个标有常用药盒的小图板时,刘大爷一下子找到了自己所服用的药物。“我们年纪大的人经常记不住药的名字,但一看到盒子就能认出来。”开完药后,刘大爷感慨道,真没想到江宁医院服务这么细致,处处替患者着想。

说起这个“按图索药”小图板,还有一段故事。南京市江宁医院心内科副主任徐崇利介绍,很多患者都记不住药品名称,“有时,患者20分钟都说不出药名,医生也很着急。”

一次,徐崇利遇到一名患者把自己服用药物包装拍照存在手机里,于是就萌生了制作小图板的创意。在他的带领下,心内科与药房联合,收集平时心血管病患者常用药的药盒,然后分门别类整理好,做成降压药、冠心病用药等不同的小图板。每当患者遇到药名“记忆卡壳”时,医生就可以拿出小图板“按图索药”,让患者辨认。这种“土办法”不仅有效解决了患者的烦恼,同时也提高了就医效率。

图/文 特约通讯员 程守勤

北大医学

温度的传递

▲北京大学医学人文学院 黄蓉

韩启德院士说,“医学是有温度的”。有温度,就可以传递。可该如何传递?叙事医学或许是一个通道。

一次,我在河北某医院参加叙事护理培训课程。那天,一上午紧凑的课程过后,我想在午餐时喝一杯咖啡提提神。遗憾的是,咖啡壶内空空如也。我只好倒了一杯茶,略带失望地回到座位。

我才刚刚坐下,在一旁用餐的一名本院护士就走了出去。不一会儿,食堂的工作人员走来,拿走了咖啡壶。又过了一會兒,装满咖啡的咖啡壶就出现在了自助台上。

我走过去,倒了咖啡。一边感受着手心的温度,一边震撼于护士的细察能力——自始至终,我和她都没有交谈。之前我走过去倒咖啡时,分明还看到她正在和同桌的伙伴聊天。我失望而归,她用余光看了我一眼,或许正是那一眼,我的行动、表情乃至背后的情绪,都被她尽收眼底。

彼时的我,博士刚刚毕业,对叙事医学还处于一知半解的状态。但这杯咖啡的温度却一直暖在心中。身体与情感的记忆,有时候超乎理性与智慧。

后来,我接触了更多实施叙事医学的医疗机构和群体。他们也向我分享了叙事医学为医疗所带来的温度:有的医院达成了全年护理服务零投诉的目标;有的医院显著降低了医患纠纷数量;有的医院将叙事医学运用到了抗击新冠疫情的一线工作,取得了令人惊喜的效果。

甚至,通过实施叙事医学,很多医务人员改善了与同事的关系、与家人的关系,并因传递温度而收获了自信,使自己的职业轨迹发生了积极的变化。

这些改变,听起来很像“玄学”。的确,很难从学理上精准地解释叙事如何促进了医学,或者为叙事给出一套放之四海而皆可行的技术指南。但换一个角度来讲,在十个小时的外科手术之后,患者清醒过来,望着医生真诚地说出那一声“谢谢”;当心急如焚的家属们在诊室外等候,听说患者并无大碍后迫不及待地大声欢呼,而候诊的人们报以理解的祝福;当新生儿历经艰辛,终于来到了这个世界,用响亮的哭喊宣告自己的到来……以上的情境,是否会有一两个能在心中唤起一道暖流?这种温暖,又能如何条分缕析、通透解释呢?

人与人之间,千差万别。差别之间拉开距离,距离使得温度降低。叙事唤醒的,就是关于人与人之间温度的记忆。在相互交换故事的同时,温度也在不知不觉之中传递。传递温度的人多了,这个世界自然也就温暖了起来。医学,也就成为了温暖的人学。



专栏编委会

指导:詹启敏 刘玉村
主编:焦岩
执行主编:武慧媛
编委:张静 邵晓风 仰东萍 王冕
管九莘 耿璐 黎润红
徐璐 韩娜

● “袁”何如此·日志 29

我们要培养什么医生?

▲中国协和医科大学出版社社长兼总编辑 袁钟

2021年4月5日

中国人不是缺乏死亡教育,是没有经常面对死亡的条件。历史上,中华民族是一个农耕民族,华人早已习惯“不动的家”也难以面对长期生活在一起的亲人的死亡。而游牧民族或航海民族的“家”是要经常长途搬迁或动荡的,“丢弃”老弱病残的事情时有发生,对死亡的接受程度也就更高。



2021年4月6日

问:“我们要培养什么医生?”

答:“如果你生病了,有两种医生可选:一种技术高超但医德很差,一种医德高尚但技术并不拔群。你会选谁?”

“我选后者可能性更大。”

“所以,在培养技术高超的医生的同时,也要培养医生高尚的医德。”

2021年4月7日

“一位邻居患痛风和结石症,我们很少能就他的痛苦产生一种概念;然而,对他因剖腹、受伤、骨折而遭受的痛苦,我却能极其清晰地形成一个概念。这种客体之所以能对我们产生如此强烈的效应,主要是因为它的新奇。对剖腹与截肢屡见不鲜者,其后再见到所有此类手术时,就会漠然视之,乃至极度麻木不仁。”

——读《道德情操论》

2021年4月8日

一个人的善良和文明,藏在他对贫弱者的态度中;一个民族的善良和文明,藏在他们对贫弱者的态度中。

2021年4月9日

问:什么是“精神世界的绿水青山”?

答:激活伟大的血缘动力,给我们积极向上的力量,让我们的思想更纯粹,让我们的灵魂更干净,让我们的追求更高尚,努力做让爹娘及先辈欣慰的事,做让儿女及后代骄傲的事。

2021年4月10日

别用性代替爱,而是把它作为爱的庆典;别用权力来欺压人,而是用它来救助;别把名望本身视为目标,而是视它为达到更宏伟目标的手段;别为了成功而让他人付出代价,而是把它作为帮助他人的工具;别选择造成他人失败的胜利,要选择那种无损于他人、甚至有益于他人的胜利!

——读《与神对话》

2021年4月11日

中医药当前的主要问题是被过分科学化,然而,中医药是中国人的一种生活方式,反映中国人对生命、生活和健康的信念、倾向、主张和态度。