

國立臺灣科技大學圖書館
「書香獎勵閱讀計畫」心得報告

計畫案號	113-52	繳交日期	113/05
讀者姓名	文法任	單位 系所	資工系所
書名	斷食善終:送母遠行,學習面對死亡的生命課題		
心得	<p>在面對可預期的死亡時，每個人會有許多不同的離開方式，現今很多人會選擇安寧療護，但這本書的作者，同時也是一位復健醫院院長，提出了一種新穎的"斷食善終"模式，這個模式不是像減肥的那類斷食，而是慢慢地完全不進食，直至生命走到盡頭，甚至作者以自己親生母親作為斷食善終的對象之一。作者在書中解釋，消化系統是人類臨終前第一個開始退化的器官，也就是會慢慢開始食不下嚥，因為身體知道已經即將不再需要這麼多營養素了，在決定以後可以考慮帶病人先去吃他想吃的最後一頓大餐，吃多少都沒問題。在開始正式進行斷食善終後，最初的階段可以先給予少量的食物，到中期時必須要慢慢減少食物的量，中後期改為每天只攝取水份，而到最後的階段，連水分都不進行攝取，只用水分沾潤如乾燥的嘴唇等部位，然後病人就會開始準備陷入類似昏迷的睡眠狀態，而在這之後，病人的生命也會漸漸地凋零直至死亡。我認為這個方法的好處在於，病人可以很大限度的在生命的盡頭自行控制想要離開的時間，並且可以有時間能夠與親朋好友進行最後的告別，基本上在斷食時病人也不太會有過多的因飢餓而引起的不舒服，因為本身的消化系統已經開始退化，也就是說身體慢慢地不會再透過生理反應來告知病人他需要以往健康時所需的食物量了，在最後接近昏迷的時間，意識也會趨近模糊，因此病人可能不會特別感到痛苦。</p>		