



書名：幸福死 -

面對死亡的31個練習，用你想要的方式告別

作者：石賀丈士著；洪逸慧譯

內容簡介：你如何規劃「死」，決定了你在那之前會怎麼「活」。

很多人逃避死亡議題，自以為至少能活到平均年齡，到時候再說就

好。事實上，有很多人因為猝死而根本沒有機會說話、因病突然喪

失自主能力，只能任憑其他人決定你的命運。不必要的維命措施、

還沒完成的心願……如果可以走得有尊嚴，誰想這樣充滿無奈且懊

悔的離開？在疾病來臨之前，從沒有人告訴你該怎麼當一個病人，

也不曾想像過，該怎麼去面對因病而絕望的家人以及無助的自己。

一位安寧療護醫師透過他的所見所感，寫下深刻體悟、真切呼籲。

目錄：

第一章 五十歲後，思考自己的生命終點

第二章 陪伴在側的家屬應該謹記在心的事

第三章 實現「自然死亡」

第四章 各種「不可思議現象」都有理由

第五章 如何迎向「幸福死」

第六章 為了不留下後悔

索書號：419.825/8437

登錄號：C0013471

介購單位：圖書館