

一个阿尔茨海默病人的回忆录



[一个阿尔茨海默病人的回忆录 下载链接1](#)

著者:[美]格雷格.奥布莱

出版者:中国轻工业出版社

出版时间:2018-10

装帧:平装

isbn:9787518420513

“我脑海中有一块橡皮擦。”失去记忆，等于失去心灵吗？人固有一死，且听病人亲口讲述这趟无畏之旅。

根据统计，2010年，我国阿尔茨海默病患者已达600万。随着我国逐渐步入老龄化，包含阿尔茨海默症在内的多种痴呆类疾病对患者本人、家庭以及全社会的影响都将越来越明显。由于痴呆类疾病的特殊性质，患者的记忆和认知能力逐步丧失，常常与周围世界隔绝，给本人和身边的人都带来漫长而沉重的精神折磨。

《一个阿尔茨海默病人的回忆录》作者格雷格原本是一名出色的调查记者，后患上了阿

尔茨海默病。发病之后，他凭借非凡的勇气和才华，将自己的尚未丢失的记忆和对疾病的完整体验尽可能记录下来，并广为传播。此举在这一特殊疾病面前，堪称“前无古人，后无来者”。书中记叙朴素直白、令人揪心，不仅教会患者如何与疾病“战斗”，也教会普通读者如何“不放弃”生活。

作者介绍:

格雷格·奥布莱恩是美国著名调查记者、作家、编辑和出版人，35年笔耕不辍，曾先后供职于美联社、国际社等数十家新闻机构和报刊，同时也是波士顿社会报业公司的创始人之一。

格雷格·奥布莱恩于50岁时被确诊患上了早发性的阿尔茨海默病（即俗称的老年痴呆）。他与这一绝症顽强抗争，并借助写作鼓舞了无数病人和普通读者。

目录: 引言 与阿尔茨海默症共处

第1部分 在冥王星上：阿尔茨海默病人的内心世界

第1章 一个充满回忆的地方

第2章 薯头先生

第3章 绝对不行！

第4章 前往冥王星

第5章 “尼罗河就是不在埃及”

第6章 时光穿梭机

第7章 聪明药

第8章 头颅里的巨石

第9章 美国派

第10章 勿忘我

第11章 死胡同

第12章 传递接力棒

第13章 意外的天使

第14章 土拨鼠日

第15章 前往柯伊伯带

第2部分 诊断以外的故事

第16章 新视野

第17章 魔鬼在追赶

第18章 “你要相信！”

第19章 冬至

第20章 寻求救赎

第21章 是瑞士，还是剥碎渣……

第22章 亲爱的艾德琳

第23章 “你们哪一个疯子有胆量？”

第3部分 来自家人的思考

第24章 “路在何方”

第25章 好与坏

第26章 无法忘却

第27章 向着光前行

后记

了解阿尔茨海默症

作者简介

• • • • • [\(收起\)](#)

[一个阿尔茨海默病人的回忆录_下载链接1](#)

标签

阿尔茨海默病

传记

阿兹海默

老年痴呆

美国

心理学

回忆录

认知科学

评论

(046) 9.0

阿尔茨海默病的在人群中的发病率不低，但是大众对它的认识却非常肤浅，国外如此，国内就更不提了。本书用大众能听懂的语言，描述了这个疾病的可怕，所谓漫长的告别对患者和家庭的折磨。作者把自己的患病经历写下来，有勇气有大智慧，向大众进行了真正意义上的健康传播，好过干巴巴的知识传递。只是很遗憾，医学上目前对阿尔茨海默病还是无能为力。

不妨顺便关注"万千心理"的微博和微信公众号

从我记事起外公一直沉默寡言，直到我上大学家里人才发现不对劲在医院确诊了老年痴呆。我们以为他年老忘事性格内向不爱言谈，其实这么多年他生病了而我们都不知道。

冥王星，认知退化，记忆泯灭，我不再是我，世界黑暗，只有爱是闪闪不灭的灯光。

作者笔下有种淡淡的自嘲，但描绘了许多感动的瞬间，以及许多不吝惜理解、包容与爱的人。我几度停下来，要把眼泪眨回去才能继续往下读。有死亡，有离别，有挣扎，有更多无助。

书中包含着许多琐碎的细节，人物、地点，细致到街道名称与门牌号、沿路的景色，起初我还在想为什么作者要如此事无巨细地列出这些，这似乎并没什么推动的意义，然后恍然-

他在借此机会回忆所有事情，在忘记前能记下多少是多少，显然，他什么都舍不得弃掉。这让我更为他感到难过，再看到各种繁杂的名称时，我再也没有过一丝不耐。他是那么认真，尽全力地在与迷惘不清的状态对抗，这无力感透过文字，显得如此力量十足。希望一个人的深刻回忆能带来更多人的重视，“你们哪一个疯子有胆量？”

[一个阿尔茨海默病人的回忆录_下载链接1](#)

书评

我以前曾经读过一首关于暗恋的情诗，出处早已记不清，内容也忘的七七八八，只是依稀记得诗中有这么一节：“不敢说你好 就说我的海马体好 我的海马体真好 为我刻下你的眉眼 你的发梢”
委婉、含蓄，甚至有些晦涩。但倘若对心理学或脑神经科学有所接触，就能读懂这种理工科的浪...

我用长达几千页的日常症状记录写成了这本书。我的记录聚焦在每一天如何与它共处，而不是与它一同慢慢死去。我希望能让人们在看似无望的状态下仍然感受到希望的存在。
阿尔茨海默症就是我们俗称老年痴呆，但在我的脑海中只知道病名却对成因、病症和发展知之甚少，如果一个人没...

在看完这本书的前几天，我一直莫名的感觉很焦躁，整个人处于一种极度敏感神经质，易燃易爆的状态。
但是当我熬夜看完这本书之后，第二天的我内心却出乎意料的平静，这种状态已经在这阵子很久没有出现过，而且居然是在睡眠不充足的情况下，所以我觉得这一切都该是这本书的功劳。...

[一个阿尔茨海默病人的回忆录_下载链接1](#)