



第二人生

安馨楠梓診所 / 張雅雯 小姐

剛認識我的朋友知道我在定期洗腎，都會露出很訝異的表情並說：「你這麼樂觀真不像是有人在洗腎的人」，我都會回答：「因為這是我經過調適後的第二人生」。

我的父親也是洗腎病患，因長期糖尿病的關係，他從50歲那年開始洗腎，洗腎十幾年後就過世了。母親回想那段日子總是很悲傷地說：「唉！每周一、三、五都要去洗腎，洗到瘦巴巴，整天病恹恹的躺在床上，那時又因沒健保洗腎很貴，但為了活命也只好這樣，家裡的田地就這樣慢慢賣掉了」，我知道母親不只心疼祖產變賣，更不捨父親被病痛折磨。這也是我對父親最深的記憶，看到父親的苦，當時的我只能祈求老天爺讓父親的病趕快好，也希望自己千萬不要步入父親洗腎的後塵。

然而許多事卻無法盡人如意，48歲那年公司的體檢報告顯示我有糖尿病、高血壓、高血脂以及輕微腎臟功能不好，提醒我要去複檢，但是當時我只覺得應該是因為體檢前一晚和客戶應酬大吃大喝到半夜，體檢報告才会有這麼多異常，所以就沒去理會那份體檢報告。隔年我辭掉工作，自己經營公司，為了生意幾乎是天天陪客戶喝酒、抽菸，我的事業也隨著我的努力越來越好。有一天在跟客戶應酬時，突然的頭暈到醫院看診，經過抽血檢查，醫生說我的報告「滿江紅」，建議我要控制飲食，戒菸戒酒並定時回診檢查，可我心中只想著「醫師，趕快開藥給我吃就好，我和客戶約定的時間要到了！」，並催促護理人員快一點。之後每月固定回診「看醫生」，並沒有讓我的抽血報告指數獲得改善，只有不斷增加的藥物，最高紀錄高達數十顆，且一想到每天都要吃這些藥物就覺得厭煩，腦海也浮現父親就是吃這麼多藥才會洗腎的情景，我便下定決心如果身體很不舒服就去診所打個針，買一些顧腎的好藥方來調理身體，休息一下隔天再繼續工作。就這樣生活依舊，身體雖感到疲倦、無力，但心想一定是因為應酬太多才會這樣，便不以為意地過了5年。

有天，感冒多日的我在家中感到呼吸困難、喘不過氣、心跳很快，家人連忙送我去急診，醫生宣告我「體內嚴重積水，尿毒指數飆高，是急性腎衰竭，必須立即洗腎才能存活」，我千百個不願意去接受，心想我只是感冒不舒服，怎麼會這樣？但當時情況太糟糕了，太太也只能簽同意書讓我做緊急插管洗腎，昏昏沉沉的在加護病房躺了十多天，太太每天都會牽著八歲的女兒到加護病房看我，聽到女兒用稚氣聲音說：「爸爸趕快好起來，回家陪我玩！」，真的讓我淚流滿面，心中百感交集感慨萬千，不敢想像明天以後的日子要如何走下去，更後悔為何之前會這麼不珍惜自己的身體。如果之前有聽醫護人員的勸告，沒有一意孤行，現在就不會變成這樣了。

所幸住院治療後就順利出院回家，但醫生說未來仍要持續洗腎，先從一週兩次開始，就這樣開啟我的第二人生「洗腎人生」。剛開始洗腎過程不是很順利，洗完後常有血壓降低及想吐的情形，也經常埋怨為何這麼倒楣，心情總鬱鬱寡歡，孩子害怕我會生氣都不敢靠近我。看到太太擔憂的神情使我轉了念，既然遇到了，就一起解決吧！為了不讓家人擔憂、孩子怕我，我決定要堅強的面對自己，除調整公司的業務運作，也遵循醫護人員的指導，學習水份控制與飲食調整，經過他們的教導，那些洗腎不舒服的症狀終於漸漸改善。

後來，因路程關係且身體情況也較穩定，就改到家裡附近的洗腎中心洗腎，或許因為離家近，去洗腎中心的路上都會遇到認識的人，剛開始覺得讓朋友知道我在洗腎很丟臉，但事後想想我也沒做傷天害理的事呀！因此重新調整心態，面對現實，因為日子還是要繼續走下去，與其每天害怕遇到熟識的人，不如先主動跟他們打招呼，讓他們了解我的洗腎歷程，也提醒朋友一定要好好照顧自己的身體，不要擁有財富卻賠上健康。

回想這段洗腎人生還未走完，未來也還有很多的考驗在等著我，期許我能「關關難過、關關過」，也謝謝鼓勵我寫這篇文章的護理師，透過這些文字讓我又將自己的心情重新整理一次，真心感謝這些年一直陪伴我、鼓勵我的家人與朋友。