



## 請他吃一碗滷肉飯

佛教慈濟醫療財團法人斗六慈濟診所 / 蔡慧珍 護理師

每位腎友在進入血液透析前，都有一個屬於自己的故事，而在透析過程中取得維持身心靈的平衡點，也是一門學問。

每個月總檢抽血中，身為專業醫護人員的我們，會給予甚有適當的飲食、水分及藥物的控制等衛教宣導，其中有一對夫妻的談話及互動深深影響了我。

### 總是胃口差，「食」在無味、吃不下

上機後都會看到一對熟悉的身影，那是一位洗腎的叔叔看一位愛夫心切的阿姨，阿姨總會戰在叔叔床邊問他：「妳今天有沒有特別想吃什麼？我去買！」，或者「你晚上有要吃什麼？我來煮！」，叔叔總是眉頭深鎖的搖頭表示吃不下、不想吃，

阿姨就會因此急躁起來，對他念念有詞：「護理師說你的抽血報告顯示營養不夠，這樣怎麼有體力訓練走路？搞得好像我虐待你、不讓你吃。東西都買到你面前，你也不吃，到底要我怎麼做？」。

這位叔叔本身因為包囊性腹膜硬化症，由腹膜透析轉血液透析，又受感染所困，導致抽血報告除了白蛋白不夠、貧血外，連膽固醇、鉀、磷等生化數值都在正常偏低，雙腳也嚴重水腫，看起來真的吃不多、營養也不足，自然沒有體力復健。

我便順口問了阿姨：「叔叔昨天晚餐吃什麼？」，「昨天晚上吃的不多，大概不到半碗飯，沛了一小塊滷肉和一顆蛋。我兒子查網路說洗腎病人要多吃牛肉補血，也常帶他去吃牛排。怕他吃得太油，滷肉都特別買瘦的，醬油也買少鹽，就是想說都洗腎了別再吃太鹹」。

這時，叔叔飽受委屈樣吞吞吐吐說：「我牙齒不好，根本咬不動牛排，我想吃有鹹、帶點肥肉軟Q的滷肉飯，但是妳做的滷肉食之無味，真的沒有那個胃口！」。



## 別忽視口腔滿足感的權利，吃得下自然營養滿滿

「哇！阿姨真的很用心在照顧叔叔。但其實吃飯跟心情有關，腎友每隔一天就要扎一次針，飽受疼痛恐懼，有時洗完還會產生一些不舒服與虛弱感，而這些不舒服只有叔叔感受最深。我們應該讓他的生活快樂一點，太鹹或太油的可以將他吃的量減半，不要剝奪他生活中一點點的口腔滿足感。看著他開心地大口大口吃，妳也放心不是嗎？」j 我看著叔叔躺在洗腎床上露出一絲微笑、摟著阿姨的肩膀，便默默在心中計畫，下次洗腎時「來煮碗滷肉飯請他吃！」。

## 滷肉飯色香俱全，心理滿足

過程中，自己也不斷捫心自問，這麼做會部會害了叔叔？這樣會不會讓他吃了所謂不健康的滷製品，或者是破壞護病原則？但想著如果是我自己的親人有這樣子的困擾，我是否也會願意去做呢？既然心中的答案已是確定，便以歡喜的心開始著手此項計畫。從網站收集相關透析飲食及滷肉製作過程，再去菜市場採買食材，滷肉中加進白蘿蔔、豆腐、烏蛋等食材，增加纖維質和蛋白質。當我手捧著熱騰騰的米飯，添上香噴噴豐富的滷肉端到叔叔手上時，心裡滿是期待著叔叔大快朵頤的滿足模樣。

因為叔叔和阿姨彼此無奈的告白，讓我能將心比心、視病猶親，用真正行動來感受他們的開心。一碗滷肉飯，讓我了解到渴望被滿足就是幸福！