



給腎友的一封信

偉仁健康診所 / 鄭品榆 護理師

「早啊！吃飽了沒？」，一聲親切的問候，開啟洗腎室的一天，像親人、朋友般的親密，有點甜又不會太甜的醫病關係，一份信任、一份在乎，緊緊地牽引著彼此的心。

在洗腎室二十年的歲月裡，看著許多人生故事真實地在身邊上演著，從最小的八歲弟弟到最年長的九十幾歲爺爺，每個生命都堅韌的實不可破，但每位腎友的身心也都是脆弱的，從他們腎衰竭到步入血液透析的過程，心裡的煎熬與難過並非一般人可以想像。每個腎友都有他們原本扮演的角色，不管是為人父母、公司老闆或是霸氣的大哥，當他們躺在病床上對自己未知的明天而感到害怕、茫然、不知所措時，醫護人員的角色便是何等的重要。



不厭其煩的介紹人工腎臟只是取代原來的腎臟幫我們把毒素清除乾淨；腎友報告又比上個月進步，就給予滿滿的笑容鼓勵著他們；當他們對自己感到絕望時，予以拍拍肩認真傾聽，我們明白種種的不安是如何侵蝕著他們的靈魂，所以盡心的陪他們一起面對、禱告，縱然只是一個小小的護身符，給予他們的卻是滿滿的能量。

「那個少年人也在洗嗎？他看起來好年輕！」、「那個阿公年紀很大了，看起來很是硬朗，還可以自己收棉被。」，透過洗腎將身體的毒素清除乾淨，雖然得花半天的時間，但你的生活將回復到最初的樣子，可以運動、旅行、工作、做自己想做的事。在飲食上的限制，其實就是現在極力推崇的養生飲食，吃飯吃八分飽，喝水用水瓶喝，雖然楊桃不能吃，但蔬果依然可以酌量食用，只是身體無法調節電解質，需在吃飯時搭配藥物來讓身體無負擔，並非什麼都不能吃。

一次次的重複著這些字句，真的想跟腎友們說：真的，不要緊！最壞的已經過去了。因為開始洗腎，有人工腎臟幫忙排毒素，把髒東西排掉，身體就會舒服，慢慢的胃口就會好，體力就會恢復，人生也不會因為洗腎而困住。一個禮拜三天有醫護人員照看著你、守候著你的健康，做為你的後盾，將毒素清除乾淨，黑白人生就變成彩色的，也許再多的言語也無法輕易訴說洗腎的心境，但日子還是要過，不是嗎？

身為小天使的我們都知道你們的痛，也許今天血管停掉了、昨晚因為水太多不好睡，還是近日因為脫水問題而導致血壓太高或太低，又或是睡覺時抽筋不斷等，種種的身體警報，我們都不會讓你們獨自承受，一切都會由醫護人員陪著你們共同去解決，讓身體找回舒服的靈魂。

感謝你們對我們的信任，讓我們有機會將所學盡力的奉獻給你們，作為護理師、小天使守候著你們，希望每一位腎友都能找回原來的自己。洗腎並不可怕、也不會絕望，要將洗腎視為人生的轉機，相信從否認到接受的過程裡，你們看到的會是更多彩、更豐富的自己。因為風雨過後就會有美麗的彩虹，而我們也一直都在。