



透析歲月

天成醫院 邱秋香小姐

剛換了一家透析中心，是楊梅一家社區醫院內附設的，去的第一天，醫師查房看了看病歷，才知道已經透析時間十年了，我從來沒算過，也一直不清楚是從什麼時候開始的，十年，好漫長的歲月，當長庚醫院急診室醫師一句話：小姐，妳腎衰竭需要馬上洗腎，否則會有生命危險，我頓時傻眼，在這之前，只聽說洗腎像被宣判死刑，跟癌症一樣，時間長短而已，其他的一無所知，家人是一臉茫然，更不能接受，會不會是誤診，不願放棄的我們，決定去其他醫院再做詳細檢查，跑遍了幾家醫院，檢驗結果還是一樣，只得接受事實，就地緣關係，直奔新竹台大，從此開啟了與機器為伍的透析生涯，也就在這時，出現了生命中的貴人，新竹台大腎臟科鄭暉騰醫師，為什麼一定要提到他呢？在洗腎之前的一年多，因為每日早晨的嘔吐，懷疑腸胃有問題，所以首先掛診腸胃科，沒有確切的答案，再轉診至其他所有可能的科別，一直找不到病因，病急亂投醫的結果，無法對症下藥，延誤最佳治療時機，導致腎臟被破壞而需要終身洗腎，雖然已經成為事實，但總是知道什麼原因，心裡才能釋懷，所幸鄭醫師的博學、專業，在我體內發現自體免疫的問題，再請風濕免疫科醫師確認，原來那時所有的症狀，皆由紅斑性狼瘡引起，當然，腎臟已然受傷最深，無法挽救，但這個發現，讓後面可能有的紅斑性狼瘡症狀-皮膚嚴重過敏、心包膜積水、乾眼症等得到控制，所以無論如何，都得感謝鄭暉騰醫師，他是一個非常貼心、視病如親的好醫生，我有一段時間，離開新竹到遙遠的花蓮，當時他告誡我，這麼久以來，把妳照顧得這麼好，因為體質特殊，用藥有很大的禁忌，一般人可以的藥，我卻嚴重過敏，讓他傷透腦筋、想盡辦法，妳不要去到那邊又讓身體更糟了！所以在新的醫療環境，要時時提醒自己，謹慎小心，還希望我有任何不適，一定要回來求救，對於這樣的仁醫，怎能不感恩於他呢！



一開始透析狀況百出，也不知道怎麼控制飲食，更沒有人告訴我水份的攝取不宜過多，什麼是高磷、高鉀一點概念也沒有，檢查報告更看不懂，醫生講解沒有耐心聽，水腫導致寸步難行，誇張的是早上透析完，下午掛急診，日復一日，看不到未來的感覺，強烈的籠罩著我，還好護理師們都很有耐心，循序漸進，引導有關透析治療的相關知識，注意事項，剛開始覺得很不耐煩，

慢慢的，為了不想後遺症一直出現，開始強迫自己改變飲食習慣，也願意配合醫師指導，吃所有食物前加上鈣粉或鈣片，現在看到其他腎友的窘狀，護理人員的苦口婆心，真的很想幫忙勸說，因為自己經歷過，太痛苦了，行筆之前，旁邊一位腎友不寧腿-手足舞蹈症發作，看到她痛苦的表情，彷彿看到以前不聽話的我，護理師給她的建議，請她去看神經內科，她似乎完全狀況外，任由手腳不斷舞動，這雖然是眾多透析病患會有的後遺症之一，可是找對科目，好好治療，是有機會痊癒的，無知的可悲，比生病更可怕，昨日即將假日，會有兩天無法透析，她水份本就超標，因為躺不住而提早結束，更是雪上加霜，護理師不斷曉以利害關係，也擔心她回家之後的問題，但她完全不在意，是啊！四肢不聽使喚真的非常難以忍受，唉！還好自己幾年下來，不斷的學習，怎麼照顧自己，才能安然走過，就像這個月的檢驗報告，除了副甲狀腺偏高一些，鐵稍為不足以外，其他指數都在標準之內，這就是飲食控制的重要，跟醫生詢問是否可以施打D3了，護理師質疑，怎麼這麼專業，我小聲說，生病久了，快可以當醫生了，哈哈！雖然是玩笑話，但對自己的身體也要有基本的常識，多吸收一些總是好的，至於鐵在食物中獲取是最安全的，於是跟家人討論，多做些牛肉料理，因為我對於鐵劑，這特殊體質也敬謝不敏喔！

心理會影響生理，在透析中心的腎友身上，最明顯，有些腎友積極樂觀，面對未來也不害怕，所以身體狀態穩定，聽說有人已經透析了二十年以上呢！相反的也有些腎友，早早放棄自己，甚至自怨自艾，任由身體衰敗，不但自己沒尊嚴，還連累家人，我還真看過一個不算老的腎友，在孩子前面假裝站不起來，行動都要子女攙扶，轉身還能開車出去玩樂，只因為要洗腎，覺得心裡不舒服，對周圍的人道德綁架，當然大部份是真的下半身無力，才需要助行器或請外勞，總之，想要餘生有生活品質，受人尊敬，哪怕有一絲絲可能都要努力，比如運動，正常人都不能不動，何況已經生病了，在健康面前，沒有偷懶的理由，找到方法，持之以恆，堅持活著就有希望，未來不一定多久，生命在好不在長，一星期三向透析中心報到，把這事當上班，時間到下班，在什麼位置做什麼事，另外的時間，參加社團，看一些心靈書刊，像我剛好重拾小時的愛好，寫作、看書、找三、五好友聚會，開始對新奇的東西感興趣，關心周遭的人，就會發現透析治療不算太差，有太多人連這個機會都沒有，一個朋友的父親，資產多到數不清，但是聽到要透析時，無法接受覺得丟臉，沒有跟家人商討的情況下，選擇自殺，沒有成功卻燒傷喉嚨跟食道，只好插管，一年後全身器官衰竭，想想多不值得，那一年，全家人的辛苦、懸念，付出的代價有多大，還是那句話，重要的是家人的體諒與支持，透析的初期，雖有醫護團隊的幫助，最大的力量來自於愛，像我，另一半非常暖心的陪伴，讓我想要好好活著，孩子、孫子的貼心、孝順，也讓我堅強，覺得不能拖累他們，所以我多年的努力，終有碰到適合我的方法，堅持不懈，每當我去洗腎中心，除了可以大步走進去，還可以安穩的躺四個小時，歸根於我為健康所做的付出，我想再過些許日

子，可以去當義工，分享我的經驗，例如：我的不寧腿如何好的，四肢健壯有力，每月的檢查報告，數據從糟的一塌糊塗，轉成良好的變化，可能以我自身的案例，會比醫護人員的關懷更有用吧！國人洗腎比例偏高，更造成龐大的醫療負擔，腎友們保護自己的觀念，極需加強，心理的輔導亦發重要，即便已經洗腎，更要想盡辦法，開心的迎向未來。