



生命的廚房： 我與阿嬤的洗腎歲月

仁禾診所 王嘉顯 先生

如果要我形容自己的人生，我會說是一鍋慢火細燉的湯，裡面有苦有甘，有鹹有淡。火候的掌握不是我自己能決定，而是命運早早幫我準備好材料，丟進鍋裡，再看我怎麼慢慢熬。

我從小就是個「隔代教養」的孩子。父母在我還不懂事的時候就分開了，他們各自去追尋自己的生活，把我留給阿公阿嬤照顧。小小的我，雖然嘴上不說，但心裡早就知道，跟同學不一樣。人家放學後是爸爸媽媽來接，我卻是看著那台已經跑了二十年的老機車，阿公駝著背卻依然硬朗地來接我。那個時候，我常常覺得孤單，但也因為如此，我對阿公阿嬤有著比一般孫子更深厚的依戀。

阿公阿嬤是做傳統辦桌的廚師。那是一份非常辛苦的工作，不論風吹雨打，婚喪喜慶，只要有人需要辦桌，他們就得一早出門，挑著大鍋、準備菜料，頂著大太陽或者寒風，從中午忙到深夜。小時候，我最喜歡跟在後頭看，油鍋冒煙、刀子切菜的聲音、碗盤碰撞的清脆響動，有時候煮好的菜我還會偷吃上幾口，對我來說，那就是我家的日常，最平凡的幸福。每當我偷吃到那炒米粉時，心裡總會冒出一股暖意，還有還有！我小時候超愛吃雞冠，那些味道到現在我依然記得。

我還記得，夏天的時候，廚房裡熱得像蒸籠一樣。阿嬤常常滿頭大汗，額頭的汗水流進眼睛裡，她只是隨手用手背抹一下，然後繼續切菜、炒菜。冬



天時，北風呼呼吹來，雙手凍得僵硬，可是阿嬤還是得一鍋一鍋翻炒，讓現場的客人都能端到熱騰騰的菜。那時候的我，總覺得阿嬤像是超人，不管再累都能撐下去。後來回想起來，我才明白那不是因為她不會累，而是她不能停，因為背後有一個家需要她撐起來。

可是，這份工作帶來的代價，卻是阿嬤的健康。她總是習慣邊煮邊嚐味道，尤其是試鹹度。因為傳統辦桌講究口味重，菜要夠香、夠鹹、夠入味，才算「道

地」。日子久了，阿嬤吃進去的鹽分比常人多好幾倍。阿嬤從來沒有喊累，總說：「沒關係啦，做吃的就是要準，不然人家會笑我們不專業。」但當醫生在她六十多歲的時候宣判她必須開始洗腎時，我才第一次明白，這些年阿嬤為了生活所承受的代價有多重。

那一年，我才國中。第一次跟著阿嬤走進洗腎室的時候，我覺得那是一個陌生又帶著冰冷的地方。空氣中有一股消毒水的味道，機器一排排地排列著，嗡嗡的聲音此起彼落。阿嬤躺在病床上，護理師熟練地幫她接上管路，血液被抽出，流進那台機器，在經過一個他們俗稱的人工腎臟，過濾後再慢慢回到她的身體裡。我看著透明的血液管一上一下，心裡有種說不出的害怕。

「阿嬤會不會很痛？」那時候的我小聲問。阿嬤笑了笑，拍著我的手背說：「不會啦，就當作在休息。」可我看得出來，她的臉色蒼白，眼神裡藏著疲憊。那是我第一次感受到「病」的重量，也第一次明白，原來生命需要靠機器來維持。從那天起，洗腎室的消毒水味道，就深深烙印在我的記憶裡，只要聞到相似的味道，我就會想起阿嬤安靜躺著的身影。

國中時的我，常常利用放學後的時間去陪阿嬤。其他同學也許在補習班裡做數學題，也許相約去打網咖打籃球，而我則是坐在洗腎室裡，聽機器的轉動聲及警示聲，翻著課本做功課。慢慢地，我跟這個空間不再陌生，甚至覺得它像是第二個教室。那裡的

護理師姐姐們有時候會逗我，說我應該很習慣這裡的氣味了。我笑著點點頭，但心裡卻暗暗希望，有一天阿嬤能離開這裡，能不要再扎針。但每當我看到護理師小心的替她量血壓，細心的照顧她甚至得空時會關心她和她聊天的時候，我又感到一種矛盾的安心，因為至少有人能在這裡守護她。

然而，洗腎不是短暫的治療，而是一條漫長的道路。阿嬤每週三次，從來沒有間斷過。一次治療就要四個小時，有時候再加上候診與準備的時間，往往一天就耗掉大半。對一般人來說，四個小時可以做很多事，可是對阿嬤來說，那只是靜靜地躺著，把身體交給機器。有時候，阿嬤會在透析中突然抽筋，痛得全身僵硬。護理師趕快過來幫她處理，我在旁邊看著，心裡像被什麼刺了一樣。那時候我才懂得，病痛並不是一瞬間的事，而是一種持續的磨耗。

時間過得很快。轉眼間，我已經從一個青澀的孩子，變成三十幾歲的大人，有了自己的家庭。而阿嬤，也洗腎超過 17 年了。十幾年的歲月，在別人身上可能只是人生的一小段，但在洗腎病人的世界裡，卻是無數個來回的針扎、無數次的透析輪迴。她的身體已經不如當年硬朗，走路需要攙扶，手臂上布滿針眼與疤痕，甚至因為長期血液透析導致兩個很大的假性動脈瘤，讓我看了都覺得可怕，可是，她依舊保持著一種樂觀，有時候她還會笑著調侃自己說手臂已經比年輕時「更有故事」，因為上面刻滿了歲月留下的痕跡。



「這就是命啦·能活一天就賺一天。」阿嬤常常這麼說。

有時候·我會在洗腎室裡靜靜地看著阿嬤·她閉著眼·像是睡著了·可我知道·那並不是安穩的睡眠·而是一種不得不接受的休息·周遭的病人們·有的看電視·有的閉目養神·也有人什麼都不做·就那麼靜靜地躺著·這個空間·充滿了病人的沉默與家屬的無奈·在那份沉默裡·我常常聽見自己心跳聲·好像提醒我必須更勇敢地面對未來。

陪伴阿嬤的過程·讓我看見了很多別人看不到的人生·有人因為糖尿病走上洗腎這條路·有人因為高血壓忽視多年而導致腎臟衰竭·也有人跟阿嬤一樣·因為飲食習慣而換來這份代價·洗腎室裡的故事·就像一本本活生生的生命日記·每一個人都在跟命運拉鋸。

我記得有一位伯伯·總愛在洗腎時和阿嬤聊天·他說自己年輕時開過工廠·後來因為病倒而不得不收起一切·他笑著說:「腎壞了·什麼都沒了·但至少命還在。」阿嬤總是附和著點頭·他們的對話簡短卻沉重·卻也讓我明白·這些人都是在用幽默掩蓋心裡的苦·有時候我甚至覺得·笑聲在洗腎室裡·比藥物更能減輕病人的痛苦。

而我·從一個不懂事的國中生·到如今成為一個有孩子的父親·心境也改變了很多·以前我

覺得阿嬤洗腎只是「生病」;現在我懂了·洗腎是一場「生活」·是一種必須跟機器共存的日常。

有時候·我也會想·如果沒有這些年在洗腎室的陪伴·我的人生會是什麼模樣?也許我不會這麼早懂事·也許我不會這麼深刻體會「陪伴」兩個字的重要·阿嬤的病·教會我珍惜時間·她讓我明白·很多時候我們以為還有很久·但其實人生不會等人·所以現在的我·總會在下班後多留一點時間陪伴家人·因為我知道·那些看似平凡的片刻·其實最珍貴。

如今·看著自己的孩子在阿嬤膝蓋上撒嬌·我心裡百感交集·阿嬤雖然老了·體力也一年比一年差·但她眼中那份對家庭的愛·卻從未減少·我常常想·我能有今天的穩定生活·是因為阿公阿嬤在最艱難的時候·給了我一個家·他們用一盤盤的辦桌菜養大了我·而阿嬤更用她的身體·告訴我什麼是「付出」的重量。

有一次·我問阿嬤:「妳會不會後悔·年輕的時候太拼命?」阿嬤沉默了一會兒·笑著說:「人生沒有後悔的啦·做了就是做了·只要看到你們一家過得好·就值得。」那一刻·我眼眶濕了·我知道·她把一生的青春都耗在廚房裡·換來的不是財富·而是我們這些子孫的安穩·這樣的愛·比什麼都重。

洗腎的路·還要繼續走下去·我也知道要走一輩子·逃脫不了·未來會怎麼樣·我不知道·但我知道·

不論再累再辛苦·我都會像當年國中時那樣·陪著阿嬤·守著她·因為·這一路走來·不只是阿嬤在為我付出·也是我在學著怎麼去愛·或許人生的意義·不在於擁有多少·而在於能陪伴彼此走過多少。

