



健康老媽力戰乳癌

我們要善用酸甜苦辣的人生風味，調製出可口的美味佳餚

文／本院員工眷屬 田林璧鈴

我拿著每年一片亮綠，不見紅字的健康檢查報告，總是很豪氣的向家人炫耀著，60歲的女人能夠保持這樣的佳績，怎能不感到驕傲？大我幾歲的外子，很幸福、很信心滿滿的給我一個封號「健康老寶寶」，他說：「未來我就靠你照顧了，我們可以同享晚年！」

然而，人有旦夕禍福，2005年9月20日晚上，唰！蓮蓬頭強中帶柔的水順暢地淋下來，沐浴中的我，腦中迴盪著美容師為我做全身SPA時，口中發出的嘖嘖讚美；「太太，妳是如何保養胸部的呀？以妳的年紀，身材還能維持得這麼好，很少見耶！」冥想到此，雙手順著水流擦洗胸部，忽覺左邊乳房的左上端似乎有個硬塊，連忙叫先生進來幫忙確定，惶恐不安油然而生，反反覆覆想著「會是那個嗎？會是那個嗎？不！不會的！明明每年檢查都OK啊！」

當晚我輾轉難眠，負面想法一湧而上，恐懼佔滿心靈。彩色人生頓成黑白，就算是神仙也會受不了吧！百般思索後，決定停止庸人自擾，先找醫師檢查再說。

一向健康的我，竟罹患雙側乳癌

9月21日，大女兒陪我到中國醫藥大學附設醫院一般外科看門診，醫師做完觸診，安排超音波掃描，掃描結束，看看大女兒又看看我，顯得有點難以啟齒。此時我的心跳聲像戰鼓似的猛敲，與大女兒對望一眼之後，兩人異口同聲的說：「醫生！請您直說！」醫師用很祥和又帶點鼓勵及安慰的語氣表示；「左乳房我可以判斷95%是惡性腫瘤，右乳房下面也有異常，等開刀時做冷凍切片檢查確定後再治療。如果覺得有必要，可以再請其他醫師確認，我是不會介意的。」

醫師接著告訴我：「歐巴桑，只要好好治療，妳的病是會好的，不要擔心，更不可以把財產移轉出去，妳還要活很久哩！」當時我與大女兒出奇的鎮靜（難道是母女連心？），請教他接下來該怎麼辦？看到我們這麼鎮靜，他好像有點意外，也就直接說了：「安排9月28日開刀，但9月27日下午就要來住院，先做各種術前檢查。」出了診間，我的腦子裡好像灌滿了漿糊，當天是怎麼到家的？至今仍無任何記憶。

聞癌色變，對癌症病患與家屬來說，這是最真實的寫照。只記得當我回過神來，驚嚇莫名，心裡想著：「我的天啊！今天是9月21日，與10年前921大地震的日子相同，莫非劫數難逃？今年的921，就是我的大地震吧！」

隨後幾天，白天忙著工作，沖淡了胡思亂想，還好過一點，下了班，每當夜深人靜，可就難熬了，不時與老伴相擁而泣，或暗自哭腫了雙眼。搜尋著各種偏方，探聽著正規治療和另類治療的種種，徬徨無助又百感交集。9月27日住進醫院，心中浮出一句名言：「觀點比事實更重要」，遇事如果抱持正面的觀點，那麼該來的就勇敢的面對吧！心念一轉，我便勇往直前。

勇敢進了開刀房，醒來成平胸老媽

9月28日，全家人隨侍在旁，不斷的鼓勵我，我抱著從容就義的心情（應該說傻氣的有點不知死活）進入手術室，眼睛像掃描器似的先將周遭環境快速掃描一遍，噢！原來手術室裡佈滿各式各樣的儀器與設備。此

刻，突如其來的冰冷感，令我很想從床上跳起來逃走，醫護人員即時安慰了幾句，方才覺得溫暖些。接著，醫師叮嚀我一些術前應知事項，麻醉師啟動麻醉，意識迷糊中，我失去知覺，清醒時，已被推出手術房外，家人深情的守候在床邊。我看窗外天色已暗，手術時間顯然超出了醫師的預估，其中定有蹊蹺，再伸手輕撫胸部，咦！怎麼一片平坦？右乳房應該還在呀？疑惑的詢問家人，他們唧唧呀呀吱吱嗚嗚的相對無語，大女兒最後發話了：「媽媽！妳的右乳房下面也有惡性腫瘤，我們商量後同意一併切除，請原諒我們做了這個萬不得已的決定。」我沒有多餘的體力去思考，這個事實，我認了，畢竟還有什麼比活下去更重要？

出院以後，在家人細心照顧下，體力恢復的不錯，接下來就是癌症病人最害怕的化療了。進入門診化療室，平臥的人、歪在躺椅上的人、前來清理人工血管的人，來來往往都是癌症病人。真可怕呀！竟然有這麼多男女老幼都被癌症攻陷，別人撐得過，我一定也可以闖關成功。在抗癌這條路上，我並不孤單，我強烈要求自己絕對不能氣餒，再痛苦也要熬下去。

化療後的副作用諸如噁心、嘔吐、掉髮等等，隨後逐漸顯現，在中西醫結合的治療下，副作用稍微減輕，家人的呵護，親朋好友和同事的關心，陪著我一步步向前走。除了在每期門診治療（週四）後休息5天，其他時間仍正常上班，過著規律的生活，葷素不拘的均衡飲食，適度運動，佐以鎮定劑幫助安眠，化療療程很幸運地順利完成。

接著開始放射治療療程，我形容這就像每天到醫院上「小小班」（因時間很短，可是要天天報到），週六、週日放假。治療期間，特別加強胸部周圍的皮膚護理，達到期數後，即已完成放療、化療5個月的整體醫療療程。

走過漫長艱辛路，曾絕望抱枕痛哭

這段期間，我看了很多抗癌的資訊與書籍，增長了不少癌症醫護常識，學習如何與癌症因子共存（先前誤以為只要經過治療，把那些可惡的壞東西殺光光，即可高枕無憂，其實不然）。2006年10月中旬，突感上氣接不了下氣，走一步即氣喘噓噓，此時告訴自己大概是癌細胞轉移到肺部，恐怕來日不多，快要上天堂報到了！種種不吉利的幻影浮現，抱著枕頭嚎啕大哭，原有的勇氣、傻氣蕩然無存，甚且有了斷殘生的念頭。

我想大部分癌症患者對於自身的生理、心理狀況都會很敏感，而且90%都是負面的。就醫後方知為那些症狀是放射治療的副作用，醫師用類固醇治療了1個月，在週週遞減的方式下（第1週每天按時服用4次、第2週每天按時服用3次…），我又完成了額外的療程。搜尋資訊後方知放療副作用因人而異，有的人出現在治療第1-2次之後、有的人在治療7-8個月之後，甚至是1年後才發作。總之，走在化療、放療這段艱辛的路上，狀況百出，的確需要堅強的意志、以及家人、親友、醫護人員的用心陪伴。

人生四季有風雨，務實走好每一步

我常自問乳癌可怕嗎？乳癌並不可怕！當您在考慮如何治療時，只要本著面對它、接受它、處理它、放下它的「四它」原則，積極樂觀的接受正規醫療，定期追蹤，拒絕密醫及偏方，同時攝取均衡營養、規律運動、好好調適心情，便能獲得較佳的預後。如果聽信旁門左道，放棄治療，那就真的是還能活多久，連上帝都無法給你答案。

從病發至今，我已安然度過4年了，現在的我更加珍惜經過抗病得來不易的後半輩子。你問我未來還有什麼目標？我沒看得那麼遠，我只求務實的走好每一步，過好每一天。說真的，沒有人比罹患癌症的人更懂得活著有多好，更懂得生命多美麗，昨天已經過去了，而明天是個未知數，我能做的就是把握今天、珍惜當下。

經歷過病魔折騰的痛苦，我更加體認到自己擁有家人無邊的愛與關懷，只要正向思考，快樂思維，生命就是彩色的，而我依然是全世界最幸福的女人。

我也要奉勸癌症病友們不要關在家裡自怨自艾，人生就如四季，四季輪替原本就有風風雨雨，就有酷暑嚴寒。生病是生命的常態，不是詛咒，更不是業障或報應，它在提醒你該是調整步伐和生活型態的時候了，別人只能用愛心幫忙你，用關心鼓勵你，但是唯有拿出自我支持的力量才是最重要的。我們要善用人生酸甜苦辣的不同風味，調製出一道道可口的美味佳餚。☺