

我得了巴金森氏症

本院神經部長期照顧不少巴金森氏症患者
一位病友說出他與巴金森氏症共存的心路歷程

文／一位巴金森氏症病友

我還沒得巴金森氏症之前，過得快樂又愜意，雖然稱不上多采多姿，但有一個溫馨和樂的家庭和很多朋友，這也可能是因為我的個性謙虛溫和，生活中也就沒什麼大波大浪。

但是，後來不知道怎麼回事，我變得暴躁又容易動怒，接著發現右邊肢體顫抖不已，合併關節僵硬，動作無法再隨心所欲，身體好像越來越不是自己能夠控制。因為自卑，十分抗拒別人關切或同情的眼神，朋友一個個遠離，於是我漸漸地和社會脫節了。

發病4年多以來，我輾轉在各家醫院求診，隨著藥物劑量加重，症狀卻似乎沒有獲得改善，這使得我更加焦慮，整個人陷入憂鬱之境。在一次偶然機會中，得知中國醫藥大學附設醫院有個醫療團隊，結合神經內外科醫師們的專業，包括神經部蔡崇豪主任和邱尚明醫師，可以幫助巴金森氏症患者治療運動失能，不少人的生活品質因而提升，於是我馬上預約看門診，這也是我重見光明的開始。

這一路走來，從求助無門到燃起一線生機，我要感謝中國醫藥大學附設醫院的醫療團隊，即時給予適切的醫療和信心支持，特別是提供的生活衛教，例如肢體的筋骨活絡等，增加了我的關節柔軟度，身體變得靈活多了，腸胃蠕動也比先前要好，便秘不再困擾我，身心舒暢，精神壓力大為降低。

醫療團隊也教導我如何正確選擇食物，例如避免攝取高脂肪和高蛋白質的飲食，以防影響抗巴金森氏症藥物的吸收，我依言而行，藥物治療的效果真的好多了。另外，生活自理可從小處著手，如果時間充裕，我總是盡量自行去做必須做的事，藉此逐步建立自信心。

當然，家庭的支持也不可或缺，家人在我發病以後，十分體諒我的行動不便以及低落的情緒，讓我更有力量奮戰下去。未來還很漫長，我的病情雖然尚未百分之百改善，但我並不擔心，因為有太多人協助我，持續增強我面對疾病的勇氣，就長期抗戰中的巴金森氏症患者來說，這樣的勇氣比什麼都來得珍貴。🙏