

別因癌症放棄美麗

文／婦科衛教師 張秀慧



愛美是人的天性，古今中外，男男女女莫不注重自己的容貌，我們可以從坊間林立的美容護膚店、SPA館，以及每到百貨公司週年慶大家瘋狂搶購化妝用品的情景，看到一些端倪。身為女性的我，對於愛美當然也不例外囉！

在一個偶然的機會，我接下婦科衛教諮詢的任務，轉眼已經9個年頭了。這個工作，使我有機會接觸更多的病人，知道她們更深一層的需求，尤以癌症患者的際遇，讓我感受最為強烈。

婦產科的癌症不外子宮頸癌、卵巢癌及子宮內膜癌，其中最常見的是子宮頸癌。卵巢癌個案雖不像子宮頸癌那麼多，但惡性程度卻比子宮頸癌來得高，也最難預防。癌症治療方式包括手術、化學治療及放射線治療，不論哪一種，因治療引起的不適和身體形象的改變，都會影響個案的生活品質與人際關係。這時除了靠家人的支持與醫護人員的鼓勵以外，病友的經驗分享對癌症患者而言，是相當重要的一環。

基於這個想法，本科部與「中華民國癌症希望協會」共同為病友舉辦了一連串的講座活動，包括「美麗守護班」、「營養補給班」、「運動保健班」等，其中以「美麗守護班」最受歡迎，因為病友可以從講師那裡學習到如何讓自己更美麗、更有自信！



美麗守護班教學實況（張秀瑟提供）

「美麗守護班」去年首度舉辦時，由於沒有經驗，病友只是聽老師講，可能因為害羞而不敢在別人面前自行動手化妝。今年就不同了，在老師請示範的模特兒（本身也是病友）上台講解基本彩妝後，不等老師示範結束，大夥兒就已躍躍欲試，迫不及待的想要大顯身手了。

在化妝的過程中，病友們不斷詢問彩妝老師「我適合哪一種粉底？」「眉型怎麼畫才好看？」「腮紅如何選擇？」「什麼樣的彩粧看起來比較自然？」等等問題不絕於耳，現場如同巨星簽唱會似的，好不熱鬧！經過30分鐘的彩妝示範及實地演練，每位病友都變得容光煥發，十分有精神，我們從病友滿意的表情中，看到的是一種幸福的感覺，這時就算再辛苦也是值得的。

今年的「美麗守護班」還有一個很重要的部分，就是假髮的選擇。經常有病友因為不會戴假髮而發生脫下安全帽時，連假髮一起脫掉的糗事，所以如何選擇一頂合適的，自然而不生硬的假髮，是很多病友的一大心事。

在眾人期盼下，假髮店老闆一秀出她帶來的假髮，大家馬上七嘴八舌的發問，諸如假髮的價格、假髮的材質、假髮如何養護等，該問的全沒放過，還有兩位病友自告奮勇上前試戴假髮，大家均報以熱烈的掌聲。

每個人都會生病，當你不舒服時或許希望不被人打擾，也或許渴盼家人或朋友的關懷；當身體狀況好轉後，是否也可以走出封閉的世界，與病友談談心或做做自己以前從未嘗試過的活動？

與其哭喪著臉，不如用快樂的心來面對每一天。我們舉辦病友活動的目的，就是要使病友或家屬有個抒發心情及分享經驗的管道，進而對治療更有信心，更有勇氣對抗病魔。

而且，罹患癌症不是世界末日，在積極治療的同時，照樣可以把自己打扮得很好看、很優雅，這是自信心，也是快樂的泉源。所以，請別輕易放棄自己的美麗喔！🌍