

超級管家


■作者 莊智凱



大約在七年前認識了這位女孩，當時得知看似開朗健康的女孩卻罹患令我陌生的疾病「第一型糖尿病」，當時其實我對這疾病並不了解，於是開始翻書、上網尋找資料及做筆記，詢問不少相關醫療人員，想更加地了解什麼是第一型糖尿病？該如何照顧及陪伴對方？發生低血糖時又該如何從旁協助？

記得我們剛開始認識時的一個早上，正在上班的我手機響起，手機另一端是她，我喂了幾聲，奇怪怎麼都沒回應？是不是她誤按手機，不小心播出電話了呢？正當我準備要掛掉重新撥手機給她時，終於有聲音，話筒中傳來胡言亂語及奇怪的聲響，她講什麼我都聽不懂，彷彿是陌生人打來的惡作劇電話，此時我心想不妙！趕緊一直詢問「妳在哪裡？在家裡？在馬路上？」問了好一會兒的時間，話筒傳來「我也不知道，.....好像是要去上班，可是路好奇怪，怎麼騎都騎不到我平常騎的路，都不是

我平常會騎車經過的路段，為什麼？是不是迷路了...」當下她自己也不知道是在何地，緊接著我問「附近有沒有什麼清楚的地標或路牌？」又拖了好一會兒的時間，聽完她說可能無誤的路名後，我趕緊離開公司沿路尋找，到了她提到的路名，眼前的她皮膚蒼白、昏昏沉沉、無法集中注意、笨拙的表情且摩托車也翻倒在地，指頭上還流著血，我心想她剛剛到底是經歷了什麼事？趕緊扶著她到旁邊的早餐店坐下來，跟店家要了杯果汁讓她喝下，過了一會兒她終於意識有比較清楚！事後問她怎麼會騎到那裡去？因為完全跟上班的地方是反方向，她說自己也不曉得，就連怎麼會打手機給我，她也不知道，好像是完全都沒這段記憶似的。後來才知道原來當天發生的事情稱為低血糖，而且還是嚴重的低血糖！之後我開始要求她一定要在家裡注射胰島素、吃完早餐後才能出門



上班；要不就是要先確認血糖值穩定才可以出門上班；不管要出門去任何地方都要打電話跟我報備，到了目的地也需通知我，不可以嫌麻煩，為了就是避免同樣的事情再發生！因為我知道低血糖可能會導致死亡的風險。由於當天是我的生日，「她一直問我是不是被這個禮物嚇到了？」確實我的確是嚇到了，之後我的口袋裡一定會放幾顆糖果，當成救命藥丸，以備不時之需。

認識糖尿病後也了解她除了規律注射胰島素外，還需均衡飲食、規律運動等等。由於我本身就喜歡烹飪，開始改變自己的烹飪習慣，以低油、低鹽、低糖的料理為目標，希望她吃的健康又美味，還不時相約一同去運動等等。

她每天都要測量血糖值，餐前、餐後的血糖值及當餐吃的內容物都要記錄下來。不用說當事人，就連在一旁看的我都覺得一天要扎那麼多針，好辛苦！有時她也會撒嬌要我幫忙量

血糖，於是我開始學習如何扎針，如何量血糖；每次到了用餐時就會看她在那邊記算著醣類份數，嘴巴也在那碎碎唸、不知在唸什麼？接著就是注射胰島素，有時也會把胰島素注射筆拿給我，要我嘗試幫她注射胰島素，我強調一下不是她不敢自己打，本身她就很勇敢了，一直以來都是自己注射胰島素，她說只是怕說有什麼萬一時，在身旁照顧的我怎麼可以不會啊！在幾次的練習經驗後，現在連我也學會測血糖及注射胰島素。

她都會問我「照顧我，不累嗎？」我想說的是，一點都不累，妳真的很勇敢，不管如何我都會在一旁陪伴及鼓勵她！即使到了現在，我的回答依然也是一樣的，依然對著她說聲辛苦了，妳真的很努力，加油！我要讓她知道她並不是一個人面對糖尿病，在她的身邊除了親愛的家人外，還有我。