

診間心情故事

衛教師◎邱盈珠

「我好難過唷！這兩天的血糖都高到300多，我的血糖從來沒有那麼高過」潘阿姨眼眶中淚光閃爍，難過哽咽的說「來診所之前打電話告訴兒子說：我的糖尿病一定是很嚴重了，為什麼會到300多，已經吃很少了，血糖還這麼高，為什麼？到底該怎麼辦？」

我拍拍阿姨的肩膀，靜靜的陪著她說：「阿姨，從沒看過自己血糖值那麼高，心裡亂糟糟喔？要不要聊聊最近是不是發生什麼事情呀？」「唉！最近吃的已經很少了，難道吃感冒藥會讓我血糖變高？但是...我感冒藥只吃三天就沒吃了，症狀都還沒好呢！就連最近牙齒痛的不舒服，都不敢找醫師開止痛藥吃了，還這樣？」「阿姨，妳是不是前幾天就感冒、牙痛了？」「噢！你怎麼知道？」「阿姨，是你的血糖值告訴我的喔！」「為什麼？」「阿姨，在生病期間，體內會釋放出不同荷爾蒙，來對抗身體裡的壓力，就像感冒或牙痛甚至是心理上的壓力，而這些荷爾蒙會引起體內血糖偏高喔！」「喔！原來是這樣喔！」「還有阿！現在我只要看到血糖數值高過200，就會開始緊張、心情很差耶...怎麼辦？」「阿姨不要緊張，現在重要的是，吃的剛剛好，感冒才會好得快，需要吃感冒藥的時候還是要吃，但也別忘了血糖藥喔！然後妳再去找牙醫師處理牙痛的問題，下星期我們開始量血糖？好不好？」

陪同在旁的先生心疼的說：「老婆感冒身體不舒服，再加上血糖高，情緒起伏大、亂發脾氣，連她最愛的小狗也遭殃囉！雖然我很想幫忙，可是卻不知道我可以做什麼」「喔！潘先生，阿姨平常喜歡外出踏青嗎？」「喜歡呀！」「那最近有沒有安排要去哪裡玩呢？」「有呀！我想帶她去嘉義」「好棒喔！有你帶著阿姨遊山玩水，真幸福，讓阿姨多到戶外走走，心情放鬆，這樣對血糖的控制也很有幫助喔！」

潘阿姨滿臉笑容的回應「原來生病會影響血糖的不是感冒藥，也不是因為我亂吃東西，害我擔心了這麼久！」

原來病患連生病時，都需要操心飲食是否會導致血糖過高；原來還有很多相關的困擾讓病患煩心，他們需要的不只是我們的專業，更需要我們的關懷及陪伴。

