

# 珍惜擁有

護理師／吳悠

第一次請那麼長的長假，我都快悶壞了，暫別我熟悉的工作及病人實在基於無奈。就在那個早上我正騎機車往診所上班，哪知被粗心的駕駛擦撞摔倒，當時天真以為只是挫傷，冰敷擦藥就好。

沒想到從此展開我悲慘的人生…疼痛不但沒有減輕，還疼痛到連吃止痛藥都沒效果，我開始慌張了！先到骨科診所X光檢查，醫生說「是右手腕挫傷」開立處方藥，疼痛不但未緩解，每天以淚洗面…

我咬緊牙根忍著疼痛仍堅持謹守崗位，發現右手又紅又腫大拇指沒辦法彎曲，經醫生診斷是板機指。真是晴天霹靂屋漏偏逢連夜雨，只好再次到大醫院求診，進行右手第一指板機指肌腱鬆弛手術，兩週大拇指紅腫消退了！也可以彎了！但是我跟醫生表示右手腕的疼痛依舊沒有減輕。醫生安排「右手腕磁振造影」檢查，診斷為「右手腕三角纖維軟骨破裂」，醫生「建議我用自費【震波治療】」做了一次沒有改善，吃了強效止痛藥後，疼痛未緩解，每天以淚洗面，開始失眠並消瘦許多，再次骨科回診，醫生表示需要轉診至醫學中心治療。

向診所請假後，至榮總住院治療醫生說「三角纖維軟骨受損，用關節鏡修補後發現比想像中嚴重」麻藥退了，右手非常腫脹，用了半石膏固定，醫師囑咐不能太快使力，石膏很重，全身痛的厲害，打了嗎啡止痛後，左手的疼痛感明顯了，於是照了左手X光，發現「左手腕槌狀骨骨折」。

右手是一般石膏，左手是塑脂石膏，口服止痛藥仍持續使用，覺得頭痛、肩頸及背痛，疼痛僅有些許改善。出院回診後右手換成手腕固定夾板，當天注射高濃度血小板血漿(PRP)。接下來頭痛、肩頸及背痛，沒有緩解總牽扯著我兩手疼痛，我搞不清楚到底是什麼原因造成疼痛感，只好繼續吃著止痛藥、肌肉鬆弛劑。





我終於能體會行動不便患者的心情，我身陷囹圄絕望無奈，每天以淚洗面，因為自己最基本的生理需求都無法自理。右手戴著長臂護具時不時腫脹還沒辦法出力，兩手麻痛無力，醫師囑咐我可以開始復健，每天至復健科診所復健，買了一台二手的電動輪椅，雙手駕駛著電動輪椅去復健，疼痛感依舊沒有慢慢減輕的跡象！



頭痛、肩頸背痛，兩手麻痛無力！堅強的我，內心崩潰了！長期失眠導致我必須向身心科醫師求救，漫漫長夜加上莫名疼痛讓我身心俱疲，我的人生好像變黑白了。回診時我與醫師討論疼痛症狀，醫師

安排詳細的神經學傳導檢查及頸部X檢查。看報告時，醫師告訴我：頸椎6、7椎間盤突出及頸椎神經根病變，需至復健科頸椎牽引治療，幾天後，下半身癱瘓、解尿困難、小腿萎縮，於是掛號去神經外科進行頸部核磁共振檢查，報告為頸椎椎間盤第四、五、六節突出。怎麼辦我好慌張，我上網求救，有人推薦民生醫院外科—陳志豪醫師，三周後順利做第五、六節椎間盤切除並支架固定手術，頸圈固定，手術後疼痛指數從100分到減輕剩下兩分。

所謂醫生緣主人福，覓得良醫讓我人生恢復精彩，終於在術後一個月後不需服用止痛藥及安眠藥，也可以騎摩托車趴趴走了，當初的陰霾一掃而空。由衷的感謝在疾病過程中給予我適當治療的每位醫師，及同事的鼓勵。生病後讓我更珍惜健康，也學習放下、學會臣服、學會釋懷、學會接受一切的不完美，我也即將回到工作崗位見到我久違的同事及患者。我將以全新的心情及全新的自我面對未來種種的挑戰～加油。