

正向思惟 16 用愛，膚慰傷痛

我從來沒有想過「惡性腫瘤」的絲毫可能。直到醫師說出：「很抱歉，是個不好的消息！」那一刻，我才意識到事情的嚴重性。

有一天晚上，我在洗澡的時候發現左邊乳房有硬塊，約有一公分左右，起初以為是經期漲痛，但這個硬塊持續不退，不會動、多角形、很硬、慢慢變大，我開始懷疑它不是好東西了。原本應該馬上去醫院檢查，可是因為我早期在一般外科擔任督導，和大部分的醫師都很熟，反而不好意思去找他們看乳房的問題，於是我花了點時間找醫師，最後找到曾經於榮總服務過、後來轉任和信醫院任職的陳啓明醫師。雖然陳醫師也算是舊識，但畢竟他已經不在榮總服務，至少我還能保有一點隱私，心理的壓力也比較沒那麼大。

陳醫師爲我做了觸診以後，馬上安排活體切片檢查。現在的醫療科技真發達，病人做完切片後只要等待半個鐘頭，就可以知道檢查的結果。在那半個鐘頭裡，我一個人坐在候診區，腦袋裡不住地想：「應該是良性的吧？我年紀又不大、身體又健康，沒有什麼疾病，沒有家族史……。我的生活這麼正常，又有生小孩，又哺育母乳，也無家人患癌，應該是良性的吧？」

開刀與化療的交戰

半個小時的思考中，我從來沒有想過「惡性腫瘤」的絲毫可能。直到陳醫師拿著檢驗報告，說出：「很抱歉，是個不好的消息，切片結果是惡性的！」那一刻，我才意識到事情的嚴重性。

惡性腫瘤？兩公分？我的乳房？乳癌第二期？怎麼可能？

然後，陳醫師建議我接受手術與化療。我一聽，又是一陣錯愕。「惡性腫瘤，不是開刀拿掉就好了嗎？爲什麼還要化療？」

「如果我們沒有先做切片，直接手術還有可能拿得乾乾淨淨。問題是，我們已經先做了切片。惡性腫瘤很有可能跟著血液循環轉移到全身。如果妳

沒有做化療的話，很危險。」陳醫師說。

「那……我可不可以只拿掉腫瘤、保留乳房？」我問道。

「不大好吧！我建議妳最好做乳房根本切除手術。如果沒有整個拿掉的話，萬一哪一天癌細胞轉移了怎麼辦？」

我開始認真思考，是保留乳房還是整個切除呢？坦白說，我非常掙扎。因為切除乳房對一個女人來說不是個簡單的決定。不過，醫師說得很清楚，一定要馬上拿掉。過去，我曾經照顧過乳癌病人，我知道即使做完乳房切除手術，對於生活的影響並不大。以我一個將近五十歲的女人，是生命重要還是一個乳房重要？很快地，我心裡的天平做出了抉擇：「那就切除吧。」

「接著，還要做化療。妳需要做十二次，大約要花半年的時間。」

「那上班怎麼辦？」我第一個想到的竟然是上班的問題！

「其實，我明天就可以幫妳開刀。不過，化療的部分，我覺得還是在妳工作的醫院進行比較好。因為，化療一做就是半年，妳這樣跑來跑去太辛苦了。妳可以先回去想一下，再做決定。」

工作狂得了癌症 還是工作狂

我必須坦誠，我是個工作狂。即使診斷出乳癌第二期，必須做化療時，我第一個念頭不是自己會不會好，能夠活多久，而是化療會影響我的工作。那時候，正是我事業的巔峰期，寫書、上課、演講、做研究、忙著教授升等，研究計畫也都已經訂到二、三年以後了。癌症，完全不在我的計畫之內。

我想，我是事業心太重了。當我知道這個事情以後，好像沒有時間傷心、流眼淚。唯一想到的是，如何解決這個問題，不要讓它影響到工作。所以，我並不像有些人馬上崩潰大哭，無法思考。相反地，我非常務實，把「乳癌」當作是一個麻煩的問題，開始思考如何「解決」它。

看完診後，我馬上回榮總找一般外科的雷永耀主任商量（他現在是台北中心診所的院長）。他建議，開刀、化療都在榮總做，同時推薦王惠暢醫師為我主刀。當時，王惠暢醫師剛從國外回來，雷主任認為他剛學得國外最新的刀法與技術回來，加上雷主任願意在手術時一起主刀，這樣的組合應該是很完美，我不用擔心的。



討價還價 開刀前的最後掙扎

我本身是護理人員，我知道陳啓明醫師說的話是正確的，不過，我依舊有著一般病人的習性，面對不同的醫師時，又再討價還價一遍。

「我可不可以只拿掉腫瘤？」我問了第一個相同的問題。

「我不建議。徹底拿乾淨比較好。而且，我建議妳連淋巴一起拿。」雷主任和陳醫師說的話是一模一樣。

「可是，手術當中不是還會再做一次切片嗎？如果沒有轉移的話，淋巴就可以不用拿了嘛。」

「對，手術中還會再做一次切片，再決定要不要拿淋巴。」

「如果這樣，我是不是可以不用做化療？」再一次，我問了第二個相同的問題。我想，討價還價應該是所有病人的天性吧。

「嗯……還是要看情況。如果癌細胞轉移到淋巴，不但淋巴要拿掉，也要做化療。」

「既然如此，那就全權交給你決定了。反正我到時候都麻醉了，一切由

你作主吧。」我知道再怎麼掙扎都沒有用了，於是將自己完全交給認識三十年的大學同學兼好友——雷醫師，他也是我生命中的貴人！

隱瞞父母罹癌事實 姊妹是最好的支持者

當天晚上，我一直不斷地思考著未來該怎麼辦。我不敢告訴父母，怕他們擔心，但是這件事直接影響到女兒們的生活，一定得明言。當時，我已經離婚，兩個女兒一個念高中，一個念國中。過去，兩個女兒放學後總是直接到奶媽家，由奶媽照顧飲食，等我下班後再去接她們回來。發現罹患乳癌以後，我考慮到自己的飲食需要調整，兩個孩子也需要有人照顧，於是動了「僱請幫傭」的念頭。等到女兒放學回家以後，我很輕鬆地向她們宣布我罹癌的消息。

「跟妳們講一個不太好的消息，我要去開刀了。」

「開什麼刀呀？」

「乳房長個東西，割掉就好。妳們不用擔心，不會影響日常生活，我會請人來做飯，作息一切正常。」



我跟她們講話的方式還滿正面的，加上我又是在醫院工作的護理人員，女兒們的反應並沒有很震驚。隔天，我與大姊、小妹商量，請她們在父母面前幫忙隱瞞我生病的事情。兩人都很支持我的決定，姊妹倆各出五萬元，請一個幫傭朱太太在家幫忙，我想吃什麼就請她幫忙煮。我住院時，朱太太也會幫我準備餐點，我只要安心養病就可以了。

雖然我不敢讓父母知道我罹癌的消息，然而大姊與小妹的支持，讓我覺得很窩心。女兒雖然沒有太擔心，不過，她們還是私底下打電話給她們爸爸，我住院時前夫送了一束花籃過來，向來疼愛我的婆婆也直說要來看我，我一直勸她不要來。這些溫情，讓我感覺很溫馨。

自我健康照護沒做好 付出慘痛代價

手術當天，切片證明癌細胞已經轉移到淋巴，所以必須整個拿掉，而且一定得做化療。

現在回想起來，自己在健康照護上，的確是有疏失的。我真的很懊悔！如果在硬塊只有○·五公分的時候就去看醫師的話，當時只算第一期，只要

切除這○·五公分的腫瘤即可。但是，我等到兩公分腫瘤，已經發展到第二期了才去找醫師，短短幾個月的延遲，就得付出乳房切除、化療的慘痛代價。

當時，醫師們的一致反應就是：「妳怎麼現在才來？妳不是護理人員嗎？難道妳都沒有自己做乳房自我檢查嗎？怎麼這麼粗心！」

醫師的每一個問題，都問得我好尷尬！我當然也會做乳房自我檢查，即使如此，一想到要找醫師做觸診還是會遲疑呀。也就是在這樣的情況下，我開始想，我是因為「難為情、不好意思看醫師」而延誤的，那其他人延誤的原因又是什麼呢？為什麼有人會拖到第二期、甚至第四期才就醫呢？

護理人員變病人 看到護理的深層問題

我開始對病友進行調查。答案大多是「不好意思啦」、「醫師態度不好」、「護理師很兇」等原因。也就是說，就醫的過程讓人很不舒服，不舒服到不願意去看醫師，因而導致延誤的悲劇。

換句話說，如果有人可以在妳患病的時候陪伴在一旁，給予溫柔的協

助，從醫師、護理師到檢驗人員都很親切，病人的心理狀態會比較平穩，面對疾病的過程也會跟著平順。

當我自己從照顧病人的護理人員成爲需要被照顧的病人時，我更加了解病人的心理，也看到更多護理人員的問題。譬如，我躺在床上，有些護理長進來查房，她沒有笑容、也沒有向我打招呼。她的重點應該是我，可是她卻只是指出護理師沒有做好的地方，好像我也是病房裡的器具一樣。如果，她可以一邊與病人打招呼、一邊工作，給病人的感覺就完全不同。

然後，護理人員在幫我做蒸氣吸入、協助我排痰時，完全沒有解釋過程，就直接爲我掛上蒸氣吸入管或面罩，感覺很不好。或許，她們認爲我也是護理人員，所以不需要向我解釋，可是這樣是不對的。因爲病人需要了解他即將面對的過程，才不會感到害怕。譬如，有個護理師要幫我打針，卻沒有事先爲我解釋要打在哪裡，我就會很緊張地問她：「妳要幫我打在哪個部位？」

種種不愉快的經驗，讓我對一向引以自豪的護理品質打了大問號。其中，讓我體會最深的就是「會說的護理人員」以及「會做的護理人員」之間

的差異。

「會說的」和「會做的」的護理人員

我生病住院時很多人前來探望。這時候，我可以看出哪些人是真心的關懷，哪些人是講社交的辭令。另外，從他們扶我起床的方式，我也得以判斷哪些人是很熟練基本護理的護理人員，哪些人是不太懂得照顧病人的。

有一天，一群人到病房來看我。有人開口問我是否需要幫忙，一聽對方的口氣就知道那只是社交辭令，淡淡地回說：「沒事。」我知道，對方只是「會說的護理人員」。後來，有個護佐注意到似乎沒有人為我擦臉，便問我：「洗過臉了嗎？」我回答：「沒有。」她就馬上到浴室去擰毛巾為我擦臉。還有一個夜班護理長，看到旁邊訪客送的蘋果，問我想不想吃？我不好意思說好，支吾了一下，護理長馬上洗了蘋果，切好餵我吃。

病中的人，都是很敏感的。護理人員的態度，病人都看在眼裡。我常常想，我生病的時候照顧我的都是醫院的同仁，理應受到較好的待遇，還會有此不滿意。那麼，一般人眼中的護理人員，又是什麼樣呢？為什麼我變成病

人後會變得那麼挑剔？「北榮護理」在我心目中最優秀的，沒想到換了角色後才發現，病人的需求與護理人員的看法真有差距！

我的母親至今仍不肯到榮總看病，因為曾經有個醫師罵她：「妳看，妳都不按時吃藥，血壓才會這麼高。」雖然醫師是好意，希望我母親能夠定時服藥。可是，我母親的個性很倔強，醫師第一句話就罵她，我媽從此就到榮總看病。甚至有一次我們好說歹說為她安排了身體檢查，她都可以在檢查的前一天晚上收拾細軟、逃離醫院。我想，可能是醫師給她的說明不當，把她嚇跑了。

醫護人員的一言一行，對病人來說真是太重要了，言行不可不慎。我想起溝通的金科玉律，就是罵別人前先說他一、二句好話再點出他的缺點，同時，在要求他改正時說些鼓勵的話，會更有效。說好話、合適的話，可以提升醫護人員及醫院的品質。

當然，環境也很重要。我是在醫院工作且很資深的護理人員，乳房摸到硬塊要找醫師檢查時都有點遲疑了，更何況是一般人？後來，我常常思考，我們是不是該改變思惟，將醫療環境營造成像五星級旅館那樣舒服的地方，

病人才願意來？畢竟，醫院除了硬體以外，軟體才是最重要的。我們要有最親切的醫護人員，才能成爲吸引病人前來的「磁性醫院」。

譬如，過去的醫院病房一律都是白牆，而且不能有任何的裝飾，如今，醫院鼓勵病人將病房布置成自己的家，擺玩偶、放病人喜愛的照片等，任何一項讓病人覺得舒適的舉動，都是可以被接受的。現在的醫護環境和過去比起來，已經進步很多，然而和更先進的國家比較起來，台灣還有進步的空間。如果醫院是我家，病房是我臥室，醫護人員都是我的一家人，那該有多好！