

我也是太平公主

徐南麗 / 慈濟大學護理學系(所)所長
徐南麗 / 花蓮慈濟醫學中心護理顧問
徐南麗 / 慈濟護理雜誌總編輯



第一次聽到『我依然美麗』，是在台北榮民總醫院糖尿病人的演講會中，一般人談的都是糖尿病病人患病過程、治療的心路歷程及如何促進健康等，只有一位約五十歲左右的女士演講題目是『糖尿病使我更美麗』，令人耳目一新。

糖尿病病人控制血糖、少吃、多運動，減肥使體重降低，將原本肥胖的身材變苗條，加上心理復健，疾病反使人因注重身體健康而更健美，是可信的。然而得乳癌的病人，尤其是切了一個乳房，少了一個（少奶奶）只剩一大粒(有人暱稱我的 Italy)或兩個乳房部分切除了（天下太平或自稱太平公主），她會覺得依然美麗嗎？美麗的定義是什麼？是外在美？還是內在美？

不知幸還是不幸，我也是太平公主之一，自從兩年前左乳房摸到兩公分硬塊，經病理切片診斷為惡性腫瘤後，除進行乳房切除手術外並因合併有淋巴轉移，因而接受 12 次化學治療。目前並沒有做乳房重建手術，左胸部留下約 18 公分的疤痕，午夜夢迴時，心中確實有些難過。

我因為自己是護理人員，也有很多機會訪問乳房切除的病人，她們常在手術切除後質疑：『我是女人嗎？』『我像女人嗎？』『我是不是已失去魅力了？』『我不再性感了？』『我不再吸引人了？』『我不再美麗了？』這些心裡的障礙都會隨著神聖且美麗的乳房失去而產生失落感、自卑感，甚至影響自我形象的評估。

人一旦自卑感產生、信心全無，光彩自然由燦爛神情轉變為黯淡，了無精神，思想一灰色，言語舉止就不那麼可愛，那是會讓家人心痛的。可是對自己毫無關係的人看來就會覺得心煩，老是撲克牌面孔或憂鬱心情是會影響別人工作情緒，也會讓人感覺沒有內在美的。『Trust me. You can make it.』如何走出陰霾，依然美麗如昔，重建信心，我認為要將下列二個錯誤觀念更正為正確觀念：

1. 『失去乳房，我已不在美麗。』更正為『雖然失去乳房，但我依然美麗，尤其是我的心更美了。』

失去乳房，胸前平坦寬闊，人生觀若能隨之開展，不再拘泥於外表，由注重外表轉為重視內在美，以美好的心靈、開闊的心胸取勝，那不是更了不起，更上一層樓嗎？當然這是需要一段時間調適的。事實上兩人若真心相愛，相愛的絕不是『乳房』表相，而是這個人的內心『品質』是否善良？是否有愛心？是否真的值得尊重？

2.『失去乳房我不再被重視』，更正為『失去乳房我更勇敢，贏得更多的尊重。』

每次我去看病人，遇到心情不好的姊妹，無法承受著失去部分重要器官的失落感時，我總是將自己切除的一邊平坦胸部給對方看看，如她不需完全切除乳房，她會感到慶幸；如她已切除或將切除，看了傷口後她也不會那麼恐慌，甚至還猛誇我傷口依然美麗。

坦然面對缺憾，將心比心與姊妹分享，不但不會被排斥，反而贏得了許多友誼與尊重。因為我是那麼『真誠』的與姊妹分享心路歷程。由接受自己平坦的胸部到跨出另一大步與病人分享，甚至能自我解嘲，胸部已「無負擔」，是需要走過輔導支持與鼓勵等的心路歷程的。

王建宣夫人蘇法昭曾說一個坦然面對的小故事。當王建?還在擔任經濟部次長時，參加同仁的登山活動，有位太太很客氣的問，「王次長，您的小孩子多大了？」王建?回答說，「嗯！我們沒有小孩子！」這位太太聽了之後往前跑，喊住她的先生說：「王次長沒有小孩，他也沒有小孩！」到了目的地，大家聚在一起，蘇法昭問這位太太，「當您們知道我也沒有孩子，是不是覺得心理好過一點？」她說，「原來我認為全天下只有自己最倒楣，沒有想到你們也沒有小孩！」這件事給了王建?和蘇法昭一個重要的啟示，有時將自己的遺憾說出來，往往可以讓別人得到安慰與鼓勵。從此之後，他們夫妻倆在很多重要場合中，都會主動告訴別人，「我們也沒有小孩！」希望全天下的人雖有缺憾，卻都能無所抱憾。王建?及蘇法昭在面對不孕症時，抱持的態度，值得提出來與「少奶奶」們共同分享。

最後我要感謝許多善心人士及團體，如同心圓、少奶奶等乳癌俱樂部多年來為乳癌婦女所提供的服務，更感謝台灣癌症臨床研究發展基金會為乳癌婦女重建信心，提出『我依然美麗』的口號。但願我們周遭親朋好友都能有此共識，更珍惜自己勇敢走出失落，坦然接受自我的『乳房失落人』，給他們喝采、鼓勵與讚美。愛是要用愛心說出來，「妳依然美麗！」讓我們患有乳癌的姐妹們也能很自豪的、勇敢的說出來，「我依然美麗！」

（本文載自：我依然美麗，66-71，台灣癌症臨床研究發展基金會出版