

定期健診 色身康安好修行



僧醫會歷年舉辦健診活動，每位參加的法師都有病歷紀錄，一旦發現檢查項目有異常，除了由醫師開立轉介單，建議法師做進一步檢查，後續也有醫護志工電話追蹤，持續關心法師們的健康情況，並給予相關醫療諮詢與協助。



根據衛生福利部公布 2018 年國人死因統計結果顯示，十大死因依序為 (1) 癌症、(2) 心臟疾病、(3) 肺炎、(4) 腦血管疾病、(5) 糖尿病、(6) 事故傷害、(7) 慢性下呼吸道疾病、(8) 高血壓性疾病、(9) 腎炎、腎病症候群及腎病變、(10) 慢性肝病及肝硬化。從這份資料來看，除了事故傷害之外，其他九項，都能從定期健康檢查發現異常，進而掌握治療時機。

■ 積極治療 發揮健診大作用

連三年都居十大死因之冠的癌症，真的是絕症嗎？

從臨床醫療統計，多數癌症可分為四期，越是早期發現，及早治療，存活率則越高，甚至有許多癌症可以被治癒，關鍵就在於發現的時機，並且接受主流醫學的療程。

一般來說，患者被確定診斷為癌症時，通常會經歷五種情緒反應：一、否認期：不能相信，以為是診斷錯誤。二、憤怒期：又沒做壞事，怎麼會得癌症？三、磋商期：求神問卜，發願行善，希望可以延長壽命。四、憂鬱期：快要死了，該怎麼辦？心情鬱悶。五、接受期：接受事實，積極安排治療。

以上五種情緒歷程，雖然是多數人的反應，但前四種對於解決癌症危機，並沒有任何幫助，只有第五種接受事實，積極接受治療，不被癌症擊敗，選擇權掌握在自己手中。



案例一

法師在108年3月17日參加台中慈明寺健診活動，從胸部X光檢查，發現左肺上野結節，當時看診的王瑞欽醫師隨即開立轉介單，建議法師做進一步檢查。後續僧醫會醫護志工也持續電話追蹤，法師表示已經到醫院檢查，並確診為肺腫瘤第三期。5月底住進台北榮民總醫院，陸續接受手術、化療、放射治療，完整療程到十一月中旬完成，期間僧醫會與蘇逸玲督導長亦主動提供各種諮詢與住院協助。

法師個性開朗，參加健診之前，並沒有感到身體不適，然而一發現有問題，就積極配合醫師的治療方案。即使手術後續的化療、放射治療，也沒有強烈的副作用，偶而出現頭痛，也不苦惱，吃一點喜愛的甜食，調整心情，樂觀地面對次日的治療。目前恢復良好，面對病痛的積極態度，可作為癌症病友的典範。



案例二

108年11月，僧醫會得知某位法師因癌病住院，創辦人慧明法師隨即前往探視，遺憾的是，罹癌法師病況嚴重，體重僅有三十餘公斤，身體衰弱無法接受化療。深入了解醫療情況，並由顏慕庸醫師協調入住安寧病房，後續如有需求，僧醫會也會協助後事處理。

法師所罹患的「左側腎臟泌尿上皮癌」，最明顯的症狀是血尿，有些病人則只覺得腰酸背痛，如果加上年長，就很容易被誤認為「老化、退化」而輕忽。由於法師年屆七十，平時也沒有接受健康檢查，確診時已經是癌症末期，並且多處轉移，難以挽回。

健診是維護健康的起點，光只是一項抽血檢查，項目就包括血液常規、血糖、B和C型肝炎、肝功能、膽固醇、三酸甘油脂、腎功能、尿酸，不僅可以作為個人的健康檔案，假使有異常情形，也會針對異常情況來追蹤。其他如肺部X光、腹部超音波、女性乳房攝影等，都能及早發現相關疾病。

除此之外，對於檢查出疾病的法師，僧醫會也將協助轉介、掛號、就醫等事宜，包含後續異常追蹤管理，提供預防保健衛教，發揮健康檢查的意義和價值。🌿