

預防勝於治療，在這末法時期，醫療資源愈來愈困難，末學有幾點建議給師父參考。

文／埔里榮民醫院 黃聰敏醫師

拜佛與頭昏

最近一位非常精進的師父告訴末學，拜佛時會頭昏，而且有偏頭痛的症狀，血壓 170mmHg，吃了血壓藥效果不好。末學勸他住院檢查，師父總是說寺院的工作太忙沒有時間。又過了兩個月，他一拜佛起來就昏眩，偏頭痛更加厲害，血壓 200mmHg，半邊肢體麻木。

經不起末學勸請，師父終於肯入院治療，腦波呈現兩處不正常，電腦斷層發現兩條血管阻塞，一條是舊的，一條是最近新的血管阻塞。阿彌陀佛！原來師父兩個月前已經腦中風，目前是二度中風。經過七天通血管治療後，手腳麻木疼痛已受到控制。老師父問末學可不可以繼續拜佛或打掃？這個問題很難回答，末學只得安慰說拜佛、念佛都是一樣的，三個月內千萬不要讓腦部血流不穩，沒拜佛而只是念佛也可以。很多換膝關節的在家菩薩拜不下去，寺院的師父都很慈悲，准她坐著迴向。不知道這種回答會不會破壞師父修行，如果有，請佛菩薩原諒弟子的罪過。

師父的福報大，假如是其他人，發生這樣的情形早就躺在病床上行動不便了。在此末學有幾個建議給師父，若有下列症狀，應該暫時放下工作到醫院求醫：

- 一、 血壓不穩定：尤其是收縮壓 150 以上。
- 二、 暫時性腦缺氧：昏眩、感覺房子會轉，腦部暫時性空白，或肢體麻木。
- 三、 頑固型的偏頭痛，藥物控制不良。
- 四、 吃高血壓藥控制不下血壓。很多師父經常跟一般在家菩薩一樣，這家看不好就到另一家求診，稍微好一點就停止吃藥或由西醫轉到中醫，或由中醫轉到西醫，這種行為通常很危險。

預防勝於治療，有上述中風前兆或高血壓不穩時應特別注意，尤其在這末法時期，醫療資源愈來愈困難的情況下，像末學參加僧伽醫護基金會的會議就聽聞一位非常有修行的老法師中風，無可奈何毫無尊嚴地活著，法都無法傳，實在可惜。

過勞死的肝

有位精舍的師父因肝硬化經常毒素太高昏昏沉沉，腹水難消，加上久躺背部褥瘡，一大堆的問題而經常住院治療。每次末學都只能症狀治療，沒辦法醫好他已經硬化的肝，實在內心難過。加上最近有幾位因肝炎轉化成肝癌、肝硬化而吐血的念佛老菩薩往生，心情實在不好過。

有位茅蓬師父告訴末學，他們一群在一起共修的同參相繼往生，只剩兩個老人，每天打掃環境，工作忙裡忙外累個半死，眼睛最近很黃，做一點事就累。末學很難想像兩個年紀那麼大的師父負責這一大片原本十人的工作，怎麼做得完？做完檢查發現師父肝功能已經超過 800 指數（正常是 20 到 40），急性肝炎。本來應該休息七天治療，末學強迫她休息，但是到第五天時，肝指數還 400，她就又跑回去工作，而且意志堅定，末學也相當無奈。最近這位師父的另一個師兄弟因肝病吃某些草藥（不知是否有經中醫鑑定？）肚子消了一些，因此兩人一起吃秘方利尿，加上另外一位資深的師兄弟又帶來十帖大包草藥相助一起服用，真不知會演變成什麼樣子。

行筆至此，真要為人類的好朋友肝臟說一些話，肝是解毒的重要工具，現代人吃的東西有農藥殘毒、米、蔬菜都逃不了，空氣有毒素，水污染，加上勞累、緊張、身體機能不調，又吃了大量不該吃的藥物，病毒、細菌一再感染，肝怎麼受得了！也許某些秘方有某方面利尿效果，但也有其他不必要的複合物摻在其中，對身體並無好處，這些都必須由肝臟排泄。所以，肝硬化、肝腫瘤、肝昏迷，大部分都是肝過度工作，也可以說肝是過勞死的。

為了不讓人類的好朋友肝臟過勞死，末學有幾點建議給師父參考：

一、假如發現不明原因的疲勞，眼睛發黃，肚子右上痛，吃不下飯等症狀，先抽血做肝功能檢查。

二、確定是 A、B、C、D 型肝炎，有的病毒感染是休息就好，有的必須服藥，有的目前無藥可醫，必須靠自己的抵抗力。

三、三個月追蹤一次超音波，看肝有無腫瘤病變，如果有，請早點切除或是酒精打入或電燒。或許可以痊癒。

四、定期做肝癌指數或大腸癌指數的追蹤，尤其是已有肝病變的患者。

五、勿吃來路不明的秘方，處理好蔬菜的殘毒，使用 RO 水或純水，少吃花生或加工過的素材。

六、為了眾生，該休息就休息。

祈願所有師父法體安康，渡末法眾生出苦海，願聖佶法師 5 月 20 日埔里供僧法會圓滿。