



與糖小鴨俱樂部的第一次相遇

◎想自由的心

已不太記得是哪一年發現自己罹患了糖尿病，我的生活何時開始多了離不開的胰島素？但我清晰記得父母在急診室的緊張惶恐和目睹我躺在病床虛弱的表情，和那心疼的眼淚從眼眶滑落臉頰滴在我的臉上。對於這些緊張惶恐的家人，我卻表現的鎮定和坦然接受發生的這一切，而比他們顯得更鎮靜更坦然，也只為了不讓他們擔心，因為我不知道如果我也慌了，他們會變成如何？

醫學知識不是那麼清楚的他們對於我發生的這一切，都歸因於我工作太累、壓力大、忙得太晚、作息不正常和肉食太多，或許這些也都是共犯吧！但我罹患這疾病的原因沒人能說得清楚

，就連醫生也沒能給個答案，由於工作的關係我結識了很多醫生，也因為他們，我才有很好的照顧，在住院近 30 天的日子裡，當狀況好些時，我就開始準備起醫檢師執照考試，偶而跟醫院請假到離病房不遠工作的地方走走，看看同事，也讓他們知道我恢復得很好。

期間，有些要好的大學同學們也來病房探望過我，有的同學一來就逗我開心，而我在意的他卻默默不語靜靜地望著我，或許是因為家人在場，所以他害羞一語不發，我離開醫院後，我們仍是關心彼此而維持像家人一樣的朋友關係，就這樣，我開始學習新的生活。

到現在為止，將邁入第六年了吧！胰島素陪伴我不離身，家人曾經想盡各種方法希望我能脫離胰島素，但終究我還是不能擺脫它，它成了我的親密伴侶，我想過我的生活不能因為它而失去光彩，還是要盡情地活得多姿多彩而沒有遺憾，除了要讓家人安心我可以照顧自己外，還要真正地活出自己。但

剛開始的我並沒有那麼堅強，在不熟的同事朋友面前也會避諱討論甚至不會露出異樣，深怕別人對我的指長道短和投注異樣眼光；因為有一群好友的關懷和支持，才讓我能堅強勇敢地面對自己。因為工作環境的調整，我和長庚醫院嘉義分院新陳代謝科的彭醫生、護士、



衛教師和營養師開始一段醫病關係互信良好的情誼。

「糖小鴨」是一個凝聚罹患糖尿病且須要注射胰島素患者的溫暖代號，第一次參加這樣的聚會，透過一群熱愛付出的醫師、衛教師和營養師們，讓我們這一群躲在人群中的糖小鴨們能走進人群，可以自由自在不在乎別人的眼光，而在陽光下開心地笑著和嬉鬧著，這時刻忽然覺得我們跟別人沒什麼兩樣，我們一樣可以做跟一般人一樣的事情，今年8月22日第一次相遇在苗栗的「飛牛牧場」，經過營養師們教導和現場示範，我更清楚食物的份量，經由衛教師

們設計的小遊戲，更認識食物的分類和更多與疾病相關的知識，還有更重要的，是讓我知道其實我並不孤單，因為有很多人都跟我一樣，與這個疾病和平共存而努力，下午的手工餅乾和冰淇淋製作讓我大飽口福，心裡充滿幸福感，更有餅乾拿在手上的感動；雖然那天我有點感冒，不過有大夥的照料，我忘卻不舒服而盡情玩得很開心，我這個大朋友跟小朋友一樣盡情的玩耍而沒有負擔；回程時因為我太興奮了，玩到筋疲力盡加上感冒，我眼皮沉重而一路睡到家。

啪啦啪啦地我寫了這麼多了呀！下次別忘了我呦！下次有機會我還要去！

我要更努力讓自己更穩定，因為我想要踏遍想去的國家，我想要完成我的夢想，以後我也想當工作人員，當一個糖小鴨模範工作人員，讓心裡還有些些害羞的小鴨們敞開心胸接受自己、開心自信過生活和勇敢面對人群，最後，要感謝活動籌劃「鳳梨」（小名），還有為糖小鴨犧牲周末假期的醫師、衛教師和營養師們（^^愛你們喔！），飛牛牧場之旅真是豐富心靈的一天。☺



▲伴著雲端飛翔天際