

能動，是一種生命的存在

◎嘉義長庚神經內科護理長 陳怡呈

某天晚上在家下階梯時，不知為何突然腳滑，自己從階梯上摔下去，聽到「啪」的一聲，殺那間感受劇烈疼痛由腳底竄升到頭頂，整隻腳頓時無法移動，痛哭失聲的被送至醫院。經醫師診斷腳踝骨折後就上石膏，為了緩解急性疼痛，護師依醫囑執行止痛劑注射，自己其實也很害怕被打針，很緊張的捲屈身體，在一旁陪伴的哥哥就說：「平常都是妳在替病人打針不知道痛，現在要被打針了，也會怕了嗎？」當時，即便自己不接受也不想辯解，因為自己已經變成病人，躺在急診的病床，腦海想的是左腳不能自由移動更無法負重，自己也突然變殘障！受傷的這些日子都是家人在照顧我，上下樓需要人背或攙扶，幾乎不能下床，心裡想的就是快點能站起來動！

回想，有一次單位入住一位剛中風導致左手無力的病人。因左手不聽使喚，連動都沒有辦法動，讓她感到沉重無法自由的控制，當下情緒激動地說：「我不想活下去了！我這樣只會拖累家人！手連動都不會動很怪，甚至晚上要睡覺也都沒辦法好好地睡，連翻身都沒辦法正常的翻。」當時在她身旁的醫護人員都極盡全力的給予支持與鼓勵，唯

有精神上的鼓舞，沒有其他的措施能幫助她，因我們都很清楚急性中風導致的肢體無力會逐漸恢復，但後續的復健運動也是關鍵。對於當時身體帶給她的痛苦無望感受，現在的我其實更能感同身受，面對受傷的肢體都會心急地想使其恢復，愈不能動，就愈失落…。

一個是自己的生病經歷，一個是照顧病人的生病經驗，都讓我感受到疾病讓人無法承受的壓力與煎熬，也重新認識身體！從當護理人員那天起，就很保護自己的雙手與雙腳，執行臨床治療的過程皆需依靠腳的移動與手的動作來完成，不能自由活動的肢體，除了不能照顧病人之外，日常生活也都陷入失能狀態，因此無論如何都會盡己所能的保護好身體，面對失能的病人更能體會其立場，鼓勵並協助邁向健康的狀態。記得，梅洛龐蒂（1962/1981）曾提出，具體的意識首先不是我想，而是我能夠，其中涉及到為了完成某一行動而指向的對象。在行動的時刻體驗到意向的實現，其實就是有生命的身體所真實呈現的狀況（圖姆斯，2000）。因為身體的活動，也代表一種生命的反應，人們唯有透過能動的身體才能感受到生命的存在，創造出不同的生命價值與意義。🍀

我心深處