

健康與外在何者重要？

◎高雄長庚 12K 慢性病房護理師 李宜玟



社會的價值觀的改變，導致現在人越來越重視自己的外表，認為要瘦、要有型、要美、要帥才能得到同儕、社會的認同。

小伊，一位對於自己身材極度不滿意的厭食症妹妹，因體重不斷下降，家人多於寒暑假讓小伊來住院治療。在我剛進長庚的那個月就開始接觸小伊，身形瘦弱、帶著口罩且眼神防備，從之前紀錄知道小伊是個自我要求甚高、功課很好的孩子，所以體重只要稍微上升 0.5 公斤，小伊就會開始大哭大鬧，並開始對於自己三餐的牛奶動手腳；不是用衛生紙將牛奶吸乾、用熱水不斷將牛奶沖淡、不然就是將牛奶裝於小袋子藏於衣服內，這讓身為醫療團隊的我們很頭痛，而小伊的父母親更是為了女兒心力交瘁。小伊住院期間，大家就像警匪攻防般絞盡腦汁，但始終無法讓小伊卸下心防。

因為當時仍是新進人員，學姐告訴我跟小伊對話要特別注意，但現階段跟小伊建立良好的治療性關係是我可以學

習的地方，所以只要一有時間，我就會去找小伊會談。一開始小伊較為防備，不願意透露自己的想法，所以有時會適當的向小伊提供自己的一些求學過程或所遇到的問題。漸漸地小伊敞開心房，說了當時在高中畢業考大學時，父親不斷將自己與成績優秀的哥哥相比，且認為小伊身材較為圓潤，偶爾會要求小伊少吃一點東西，維持完美體態；於大學甄試面試時，小伊認為面試委員因為自己身材圓潤，所以在面試時總是忽略自己而不斷關心其他幾位身材姣好的同學。最後小伊將自己沒有如願考上台大歸咎於自己身材問題，進而開始減肥。

厭食症是需要各個團隊包括醫師、護理師、營養師、社工師、心理師等專業及病人家屬一同討論治療方向，包括三餐該攝取多少營養、牛奶的量要多少、心理層面等等問題。每一次的會談，小伊總是要求我陪他一同會談，因為她認為我是唯一站在自己這邊，可以協助她與各專業溝通的橋樑。印象最深的一次，就是某天醫療團隊與小伊討論

出院後該如何維持體重，若體重下降多少則必須休學來住院時，小伊情緒激動，因為在小伊自我要求甚高的人生中，怎麼可能出現休學兩字？小伊對著醫師一邊大聲哭泣且吼叫著：「你們只會要求我要牛奶喝多一點，不然就是在我的牛奶裡面加很多營養食品，你們有沒有站在我的立場想想，只要看到我的體重上升，我有多擔心。你們都說我不吃東西是錯的，那當初為什麼要要求我事事都要完美，你們有沒有想過，我一個人要對付你們那麼多人，我心裡有多害怕」。當下協助安撫病人情緒，但下班回家腦海中不斷浮現小伊說的話，越想就越難過，甚至與家人討論到這件事，還會流淚。

就這樣，3年過去了，當然這期間小伊還是在寒暑假不斷的反覆住院，但在今年年初看著小伊坐著輪椅入病房，手上打著靜脈注射營養劑，腦海中就會不斷想起之前小伊拿著自己國中畢業時那

青春洋溢身體健康的照片。我以非常沉重的心情及語氣問著小伊「你還想要活嗎？」，小伊用他那雙因皮膚凹陷而顯得大的可怕的雙眼看著我，並用虛弱的聲音告訴我：「我想活，但是我不要變胖」，當下感覺整個空氣凝結，因為我也不知道該回答什麼；小伊媽媽也不斷流淚搖頭，離開治療室時感覺整個眼眶泛紅。

小伊的事情也讓我沉靜下來思考很久，究竟人的外表真的那麼重要？甚至於比自己的健康還重要？社會錯誤的價值觀無形中帶給這些還無判斷能力的年輕學子沉重壓力，迫使他們需面對同儕眼光及輿論，而用不適當的方式傷害自己的健康，也傷害了愛你的家人。在臨床工作時，總是要不斷提醒自己，要清楚自己是個治療者的角色，不可以有過多的情緒；但不得不承認，不管今後小伊會變成怎麼樣，他會永遠存在我的記憶裡。🍌

