

今日主題 「辛苦的復健之路」

來自我們個案想和大家分享

她一路走來的漫長之路

慈濟 復健歷程

2013 年 08 月 03 日，是我惡夢的開始…生了一場我怎樣都不想再經歷一次的重病：天生動靜脈腦血管畸形。發病時緊急送醫，醫生卻告訴我父親，確定腦溢血的很嚴重，血塊已經壓迫到神經，需要馬上緊急做腦部的開顱手術，取出血塊。但手術成功機率是 50% 也可能會影響到智商、自主能力還有肢體癱瘓及失憶等等的…

最後手術結束了，我活著。但我的左半身癱瘓了，而我的語言能力、思考能力、學習能力、辨識能力、記憶力都受到影響了……這真的是最恐怖的惡夢，真的很希望睡一覺起來就都醒了…但我每次睜開眼就是確定我真的無法控制自己身體的左半邊，好像真的失去了自己的左手跟左腳…

我印象最深刻的就是第一次到物理治療室復健時，老師要我把抓在手上的沙包丟出去…但我完全丟不出去那時候的感覺…當下再堅強的心也沒辦法承受了…我直接大哭…因為我真的被嚇到了…我怎麼叫它動都沒有反應…明明不久前一切都很好的，怎麼一夕之間這麼簡單的動作卻變得這麼難？更不要說影響最大的左腳了…根本完全沒有感覺…

面對我的家人，我還是表現出自己開朗樂觀的樣子。我常常努力笑著復健，卻看著他們心疼的流著眼淚…

但我告訴自己，為了愛我的家人，我一定要努力的好起來，如果連自己都放棄了我就真的沒有機會了…所以我真的不能放棄。

我很感謝我在慈濟醫院一開始住院時的床邊復健治療師，我很抱歉忘了她的名字，但我想說，謝謝妳讓我在一開始對自己陌生的身體感到無助時，妳的鼓勵真的對我來說是很大的安慰…

我也很感謝職能治療的洪老師，非常細心用心的聆聽著我們的狀況跟需要，看著病人的情況提供最適時的復健課程…我記得老師常常注意我的復健有沒有可以再更好的地方，我真的很開心，老師也會幫我調整腳的運動，也教導我自己在家沒有醫院設備時可以如何自己復健的資訊，這對我來說都是非常大的幫助……我經常在沒事的時候雙手手指交叉用右手帶動左手往上拉高…這樣可以讓左手比較有運動到…這是我覺得蠻大的幫助…到現在也常常做，現在已經是雙手一起出力拉筋了。

然而從一開始感覺真的很難的靠肩膀左右擺動的擦桌子，到過程中欺騙自己的大腦「這是右手、這是右手、我要右手動，其實一直盯著左手」大腦還真的被騙，左手就有動作了哈哈…一直到疊杯子、更難的疊越來越高的積木、還有訓練左手一層一層的上樓梯、再到細微的抓棋子插棋子跟拇指運動，後來老師要我訓練手臂肌力才能讓手指越來越有

力等等…一路到左右手協調的玩彈珠臺…慈濟的復健系統真的很完善…很有次序跟計畫性的課程…

再來我真的最感謝的就是陪伴我最久的物理治療師 林春香老師。我常常跟她說，我好像是新的自己，而妳對我的陪伴及給我的溫暖就像是我的再生母親。

我真的很感謝她，我可以非常大膽的說，如果我今天去的醫院不是慈濟醫院，而我遇到的不是春香老師，那麼我可能這條復健之路會走的更辛苦更無助更艱難…即使我告訴自己要用全力去復健去好起來也一樣，如果沒有春香老師的 **push**，我很可能就沒辦法好的那麼快…春香老師常常看見我的失落我的眼淚，但她卻不斷的鼓勵我，我真的很謝謝她。一路從最一開始只能站幾分鐘就要坐下來休息，到腳板拉筋還有騎腳踏車、到抬腿練習…踏步機練習慢慢到一步一步撐著我走…值到我站上了跑步機…過

程真的非常辛苦…好幾次都練習到滿頭大汗的…但我依然認真的面對每一個復健項目…

2013.09 月出院後，我仍然堅持不放棄的繼續復健，我很感謝學長，他是我在慈濟住院時認識的學長，出院後他也是一樣要每天復健，他的太太就很熱心的告訴我他們可以順路載我到醫院復健…於是我就不間斷的持續復健了 1 年半的時間。每天都依照老師安排的復健項目認真復健，很累很累的時候我就會告訴自己我一定可以。

其實復健科老師為我們安排的每個復健器材都是對我們有好處的，我很珍惜每一次的復健機會，漸漸的會看見自己身體會有越來越好的果效，直到後來我認識天父爸爸，也終於狀況好到有勇氣決定要再踏入職場，也跟醫師與老師討論過後，開始了我職場的復健生活…

我很謝謝那段期間在慈濟復健的日子…我真的覺得就是萬事起頭難，我記得最起初剛到復健室時，我看見有學長會走跑步機我就覺得好羨慕…但老師告訴我，加油！妳也可以的！當然我知道復健治療不太可能可以好到 100%，但沒有堅持下去就真的沒有希望…所以我常常告訴自己，為了愛我的家人，一定要堅持努力下去。

或許在看這個故事的你，是陪伴者又或是當事者…但我真的希望自己的故事可以鼓勵到你。相信我可以，你也一定可以。加油！願上帝祝福你！
