



我的人生因腎友協會而豐富

文/宋英雄

入夜了，看著手中一張張日本旅遊的照片，我沒有想到，五年前的決定，造成了我後半輩子豐富的人生。

年輕時，和太太攜手打拼，開了電器行。五個小孩陸續出世，為了撐起家計，除了經營冷氣家電販賣之外，還需要兼差遠赴新竹載樹皮再賺外快，以圖全家溫飽。忍受炙熱酷寒多少年頭在外淋雨打拼，一手扛起養家的重擔，也因拼過頭，身體開始出現警訊。

在醫院服務的女兒為我安排抽血檢查，得知鈣、鉀、磷、血色素異常，我不以為意，仍全心全意投入事業；來發現高血壓、血糖也偏高，心臟功能衰退，一切檢查報告對我皆不利，我開始注意我的健康，但好像太慢了。

幾年下來腎功能一直飆升，尤其是血中尿素氮(BUN)、血清肌酸酐(Cr)以及尿素(Uric acid)都已超出正常人數十倍，血壓也持續上升，隨著檢查結果嚴重，讓我終於明白我的身體狀況走下坡了！我好不甘心，更無法接受的是……人生大半輩子奉獻所有心力為家庭奮鬥，到後來卻將自己身體操壞……

家人都勸我入院接受治療，尤其太太更是激動的要我為家庭為自己多想想，我拒絕了女兒們的各種建議，幾乎放棄了自己。想說能拼多久算多久，「透析」對當時的我而言，是宣告人生的終點！『我絕不會讓自己走到走到這一步的！』我曾經義正嚴辭的對家人也對自己說著！

我的休息並未減輕我身體狀況的衰退，就這樣又拖了一年。我的雙腳已浮腫、莫名奇妙咳嗽、嘔吐、頭暈厲害，甚至平躺會感到呼吸困難。我想我的人生就要結束……後來經過家人強烈建議，趕緊就醫檢查，診斷為ESRD，醫生解釋是腎功能衰退已達極限，無法作用，一定要透過「透析」才能將體內廢物排除。

經過醫院緊急安排透析，記得第一次於94年10月13日洗腎，當時我好緊張，太太陪著我要我放寬心。整個過程持續約兩小時後結束，身上水腫消失；起身後精神感覺如往常般有神，睡覺也得到安穩，原來透析的效果是如此的神奇！

那一次治療之後，我接受醫院每週三次洗腎。其實年輕的我，喜歡旅行，跑遍歐美三十多個國家，遍留足跡，相片滿滿回憶，一切已成絕響；後來而聞社團法人桃園縣腎友協會舉辦日本旅遊，這又讓我對無趣的人生燃起希望！99年5月中旬，我參加社團法人桃園縣腎友協會舉辦的日本之旅，我帶著家人滿滿的祝福，終於打踏上日本之旅。隨隊醫生、護士陪同，讓我真的好放心。而參加的腎友們個個充滿快樂的心，我又找回昔日旅行的樂趣了！

回國後，我開始積極參加社團法人桃園縣腎友協會舉辦的各種講座，我也從中明白透析並不是可怕的事。原來腎臟出問題，也會深深影響到腦部，心臟及其他功能的運行！

最後我要以透析人的身份分享我的心得—

我年已七十，接受透析迄今滿五年，期間我根本不懂身體結構與日常生活保養。在今年五月中旬參加了社團法人桃園縣腎友協會舉辦的日本海外旅遊活動，我才深切體會到人生七十才開始，透析並不代表走完人生，而是開始！其實『透析並不可怕，可怕的是沒有信心面對自己！』我們腎友一定要特別注意；睡眠要充足、少量多餐、營養要夠才能精力充沛。還要常保愉快的心，身體才能繼續保持下去，不在惡化！

希望社團法人桃園縣腎友協會能持續舉辦講座及旅遊活動，讓我們腎友能透過面對自己的疾病，找回人生的樂趣！

感謝社團法人桃園縣腎友協會讓我對人生充滿希望！