

《刎頸之交》

做就對了

簡瑞騰醫師與他的
頸椎退化病友們

文／于劍興
出版／經典雜誌



一條細繩、小巧的壓克力裝飾，陳燕鈴雙手熟捻地組裝成色彩鮮豔的兒童髮束，客廳桌上滿溢著鎮日努力的成品，花花綠綠的蝴蝶、花朵、水果、幾何形狀各色的造型，平價大賣場裡的髮束有大半是出自這樣的家庭代工。速度快些才能做得多，而每多完成一個，都將轉化成維持家計和拉拔孩子的報酬。

當華燈初上，她停下手邊的活，按壓著這幾年痠痛不斷的肩膀、脖子，眼睛則是又乾又澀的，但只要不引發劇烈的頭痛，就得要感恩。陳燕鈴起身準備晚餐，等會要跟著先生鄭明正去清洗鄰近的一座市場。

傍晚六點多，偌大的市場只剩昏黃的燈光照著人潮雜遝後的痕跡，人口稠密的永康、大橋、東區市民都會光顧這裡。先清完兩處受僱的攤位，然後就由先生推著車在攤位間的走道灑上肥皂水，注滿水的桶子足足有四百公斤重，陳燕鈴跟在後面賣力地刷著地面、邊上的水溝。

接下來，陳燕鈴得把粗大的水管揹在柴瘦的肩上，再把前端夾在腋下，當長長水管銜接著另一端的水龍頭開啟，她開始用腰部的力量拖著水管沖洗滿是泡沫的地面，總要用上半小時吧，若遇上寒流來襲的冬日，那可是會冷到上、下排的牙齒打架。

她想起最近的新發現，鞋子內側和後腳跟處堅硬膠底，竟走到快磨光；而在家裡撞到冰箱、摔跤的情況更頻繁了。說也奇怪，就是會走著就往左傾，突然重心不穩就迎面撞上東西，但頭並不覺得暈呀？醫師都說大概是太累了，陳燕鈴覺得就是身體老化、機能不好而已，醫師不是都說自己沒事嗎！

完成這天的打掃，快十一點了，原本鬧烘烘的街頭，人、車盡散。鄭明正還得定時去清掃一棟大樓。由於他有 B 肝帶原，陳燕鈴總是能多幫忙一分算一分。家計重要，把先生的健康顧好也放在心頭上。

做家庭代工、清洗市場，這樣的工作辛苦，掙的錢也不多，其實這對夫婦另有盤算。

選擇這些工作的特性就是很有彈性，雖說他們平常會在六點去市場打掃，但遇上有事，即使晚上十點、十一點去再也沒關係，只要趕在開市前完成就好。而先生清掃大樓的活也是，只需定期完成。陳燕鈴說，這樣才有空做慈濟志工，畢竟志工服務多以白天為主，到環保教育站做回收分類、臺南分會舉辦活動時的生活組，還有志工培訓與共修的精進組，夫婦總是全力配合著志工團隊的步調。



看似平常的家庭代工場，也成為社區中彼此扶助、接引的模式。陳燕鈴早上起床煮好早餐、忙完孩子上學後，就埋首組裝髮束，先生則忙著到工廠取貨。裝滿材料的箱子有二十公斤，需要力氣夠大才能搬上搬下。他們考量協力手做的家庭總以低收入、經濟狀況不穩定為主，或是有精神狀態、癲癇等需要關懷的民眾。先生說，雖然代工的收入很微薄，但接引他們開始工作，等到穩定後再出去找事，總是多少補貼家計，也讓生活有個重心。

做代工的朋友會相互介紹工作機會，鄭明正進一步了解大家的狀況，家人是否同意？如果不方便來拿材料，就幫忙一家家的送。他還會多找幾家工廠的活，避免忙了幾天就沒工作的窘境。只是工廠往往要求的出貨量很大，當一起代工的家庭做得不夠多時，陳燕鈴得趕班多做些，最高紀錄曾連續做了三天都沒休息。

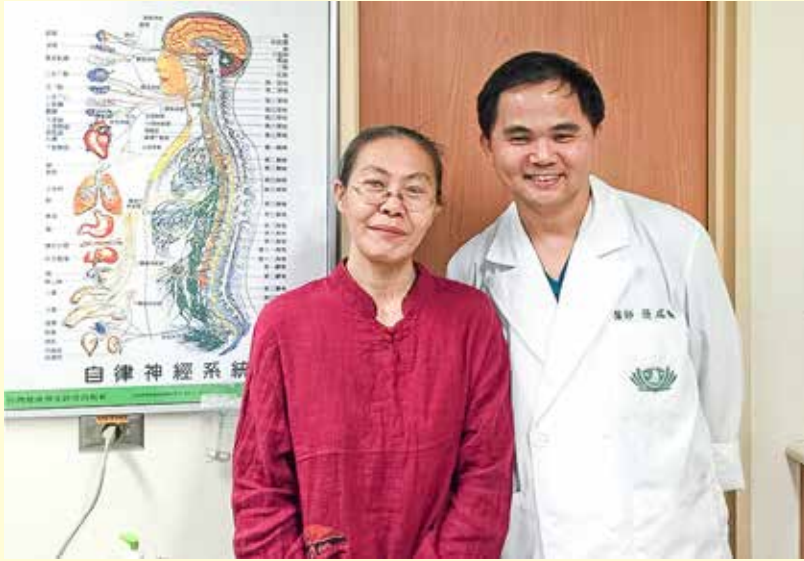
除了上廁所、用餐的短暫休息，長時間埋首在組裝髮束的動作下，陳燕鈴知道難免會有腰痠背痛。但陸續出現頭痛、腦壓高、暈眩、耳鳴、腰痠、眼睛乾澀與模糊，卻是在一次意外的摔倒後，她依著症狀去看相關科別的醫師，卻沒起色。

四、五年前，鄭明正到大林慈院開刀，陳燕鈴過著蠟燭兩頭燒的日子。她得要送孩子上課、兼顧代工，還要北上嘉義探視先生，總要看了才覺得放心。平常有先生幫忙從貨架搬下髮束材料的紙箱，讓陳燕鈴組裝，現在只能靠她自己搬上搬下。當又完成一箱成品後，她起身來到貨架旁，拉長了背脊、雙手高舉，把裝滿壓克力材料的紙箱一寸寸拉離貨架，接著要一口氣搬離貨架層板時，卻突然難以承受沉甸甸的紙箱，順勢就往地面跌坐下去。她歹運氣地撞到地上的箱子，再被從天而降的箱子壓住。她忍著從腰部延伸到肩膀的疼痛，繼續趕工、趕著打掃市場、趕著去醫院看先生、趕著帶孩子下課。

「很忙，不會記得痛，我認定是工作太累，休息就會好一點，真的痠痛時，就擦擦藥，因為眼睛睜開就要開始工作。」

但身體交迭出現症狀，讓陳燕鈴應接不暇。肩頸無時無刻在痠痛，到了極限就會引發頭痛時，那是最難以忍受情況。有時，像針在刺般的頭痛還是會沒來由的報到，她擔心止痛藥會存在體內變成毒素，總等到無法忍受時，才吃劑量最低的止痛藥。

時常發作的暈眩會伴隨著腦壓升高、偏頭痛，陳燕鈴原本就有二間瓣脫垂的症狀，



陳燕玲的頸椎三到七節經減壓融合術後，回復原來工作。圖為與簡瑞騰醫師合影。簡醫師現為斗六慈濟醫院院長。

最後連心臟都會喘。至於耳鳴，她則當做是來自另外一個世界的聲音，刺刺地嗡嗡作響，一段時間後會突然聽不到聲音，然後又開始嗡嗡。

在摔傷意外的三年後，陳燕鈴發現鞋底呈現內八字的磨損，走路時總是往左邊移。有時，明明看到障礙物就在前面，經過時也知道要閃開，但偏偏就是會撞上去，然後跌倒。醫師診斷她患有缺鐵性貧血，但懷疑有其他問題而轉診神經外科。不過，最後仍轉回過敏風溼免疫科追蹤。

在同樣的階段裡，陳燕鈴覺得眼睛模糊乾澀，風一吹來就會流眼淚、看不到東西，然後慢慢地懼怕光線。她去看眼科，醫師診斷為乾眼症、飛蚊症，就說視力會慢慢變差，並沒提什麼治療的方法。對這樣的結果，她不覺得沮喪，只是開始學著當眼睛看不到時，該如何適應環境。

有一回，女兒禁不住去問早餐店老闆，媽媽想吃的是草莓土司，為何每次送來的都是奶油土司。老闆拿來點餐單比對，才發現是陳燕鈴勾選的其實是奶油口味，而草莓口味就在相鄰的欄位。寫字時，總是字與字連在一起；傳簡訊給慈濟志工聯絡事情，因為在手機螢幕上手寫後所選字總是挑錯，結果當然沒人看得懂內容。

「讓我來做吧，妳多休息就好！」鄭明正再也忍不住地拜託。但她更捨不得先生工作勞累、做慈濟跑第一，就怕對肝臟造成影響，所以就算身體狀況多到數不清，還是不願放慢生活的腳步，因為如果真的是老化所造成，更該把握時間和因緣。



炒菜時，陳燕鈴總把鍋子放歪一邊。有天，她把菜放進熱騰騰的鍋子後，竟忘記是否放過油了？「乾脆再放一次吧」，結果油還沒到進鍋中，發現手已經被鍋邊燙到。不僅視力變差，連記憶力也出問題，炒菜一半聽到客廳電話響，陳燕鈴趕忙去接電話後就忘記回廚房，鄭明正拗不過她執意做家事，只好寸步不移地陪在身邊，看顧妻子的每一個動作。

陳燕鈴雙手的握力變差，吃飯時，連碗都端不久。總覺得口乾，會一直喝水，然後頻繁上廁所。她的味覺也出問題，不論吃什麼都得要偏鹹點才能下嚥；當天氣冷起來時，左大腿開始到腳踝會痠、緊難耐，小腿肚肌肉僵硬。

還有，沒辦法久坐，做手工一段時間後得起身活動，不然會從背部膏肓處的脊椎上段開始痛起來，然後到頸部、肩膀都緊繃。睡覺時只要向左側臥，手腳就會馬上麻掉，再來就要變痛。

生了一些「怪病」，讓陳燕鈴感到無奈，但因著貧血、皮膚乾燥去大林慈院風溼免疫科就診後，主治醫師許寶寶未曾放棄地幫忙找答案。許醫師就著症狀開止痛藥、安眠藥、軟便劑、鐵劑，希望多少能讓她的生活品質好些。

有天回診時，許醫師彙整陳燕鈴在幾個醫療科的就診資料後，在白紙上寫了一堆她看不懂的英文，請她帶著去找簡瑞騰醫師。陳燕鈴一頭霧水地來到骨科診間，心裡想反正是醫師的好意，就抱著不知該期待什麼、姑且試試的態度。面對簡醫師的詢問：「怎麼了，哪裡不舒服？」歷經許多看診經驗的陳燕鈴搖搖頭說：「我也不知道。」

讓陳燕鈴意料外的是，經由許醫師的轉介，總算揭開一身莫名的病痛的謎底，原來都是源自頸椎受傷的後遺症。

「等我培訓完再開刀吧！」陳燕鈴和簡醫師商量著。當時她正參與慈濟志工培訓課程而擔心會影響往後的課程，更怕當社區有活動時，大家會擔心她的健康而不讓她參與。心想反正已經忍痛四、五年了，尤其，很神奇的是每當參與志工服務時，身體的病痛就會自動消失。

兩年後，陳燕鈴受證成為慈濟委員，並順利完成頸椎手術，肩頸不再痠痛，走起路來不歪、不斜，眼睛也不再畏光，終於可以安心、健康地和鄭明正一起做慈濟。

簡瑞騰醫師小叮嚀



頸椎病與乾燥症／乾眼症 Cervical spondylosis Vs. Sjögren's syndrome

頸椎病患者中許多人會有五官症狀，包括眼、耳、鼻、口、舌，因為這些器官都有腺體分泌。像眼睛的淚液腺、鼻子的鼻黏膜、口腔的唾液腺等，都由交感／副交感神經調控。這類病人除了眼睛乾澀、視力模糊、口乾舌燥、鼻子過敏、嗅覺和味覺異常外，有的同時出現頭痛、肩頸痠痛緊繃的共病現象。眼藥水或風溼免疫科的用藥或許可以暫時緩解症狀，但處理的只是「末端」的問題，並未解決神經失調的「根本」問題，導致治療成效不彰或容易反覆發作。

陳燕鈴長期在風免科就醫，病況時好時壞，當藥已經用到極限，甚至沒有用，所以許寶寶醫師就轉介給我，要看看是否為頸椎的問題。為何會想到頸椎問題？話說二〇一四年八月，我曾受邀到風免科的科會上演講「神經錯亂？免疫失調？談乾燥症與頸椎退化」，當時我提了幾個類似的個案分享，因此許醫師才會轉診。當她第一次來到我的診間，除了乾燥症外，透過問卷填寫，也問出全身許多與風免科不相干的問題，如頭痛、脖子痛、耳鳴、記憶力減退等等。進一步檢查，才發現頸椎從第三到第七節都有或多或少的退化、突出及神經壓迫。

很多人或許會問，怎麼那麼有把握是頸椎病而不是其他診斷？其實，這要很感恩許多別科的醫師已經幫我篩選甚或治療過。通常這類患者已經看過許多科，抽血、影像檢查都沒問題；而風免或乾燥症指數只呈現弱陽性。「以病人為中心」的各科協同作戰，得感謝其他科醫師幫我排除了很多問題。

當然，為了讓更多醫師能有「牽一頭而動全身」的觀念，我除了在院內許多科分享外，也曾受邀到北榮、成大等大醫院演講。而民眾教育方面，我更是透過慈濟各分會舉辦的培訓課或健康講座，大力推廣「脖子顧的好、健康沒煩惱」，期望能讓患者少走一些冤枉路。🌱