

斗六

七月二十日

刎頸之交病友會 以病為師互感恩

斗六慈濟醫院舉辦第六屆「刎頸之交病友會」，透過醫學講座、復健運動及罹病經驗分享，讓近五十位來自北、中、南等地的頸椎病病友，增加彼此之間的相互支持與關懷。現場不僅有中醫師教導穴位按摩，還有復健師示範保養頸椎運動，場面相當熱鬧。

斗六慈院簡瑞騰院長開場時表示，自二〇〇九年迄今，已手術治療四百多位「交感型頸椎病」患者，自己從病人身

上學到了很多，這就是「以病為師，從頸椎找病因」。他說，醫院的結餘不是利潤，而是「改變的生命」，希望藉由病友會的活動，以病會友，患者們可以互相支持、打氣、患難與共，大家也可以透過 FB「刎頸之交俱樂部」，隨時分享抗病心情，吸收衛教新知。

中醫科陳佳蓉主任教導病友如何透過穴位按摩達到放鬆效果。她說，現代人壓力大，容易出現焦慮、頭痛、失眠、注意力不集中、記憶力減退、自律神經功能亢進等症狀，此時可藉由內關、神門、合谷、太衝、百會等穴位按摩，寧心安神、舒緩心悸、胸悶、頭痛等問題。

物理治療師黃科銘也在現場示範頸椎保健運動，並贈送每位病友結緣品彈力帶，帶動全體一起做全身（頸、胸、腰

斗六慈濟醫院於七月二十日舉辦第六屆「刎頸之交病友聯誼會」，近五十位來自全臺各地的頸椎病病友前來參加。





朱女士分享自身經歷，為簡院長（右）及醫療團隊打一百二十分的滿意度。



中醫師陳佳蓉帶領病友學習放鬆安神的穴位按摩。

背、肩膀)的伸展運動，舒展筋膜、關節、肌肉，達到放鬆神經、促進循環、消除緊繃的效果。

在病友分享的「心事啥人知」單元，一位來自台西鄉的林女士，多年前動過頸椎手術，恢復良好。半年前在宮廟當義工時不慎「五體投地」般跌倒，撞到額頭，當下感到手指末梢麻木及無力，夾菜會掉，後續逐漸出現頭痛、噁心、呼吸不順、下背痠痛緊繃，雙腳麻木抽筋，需雙手插腰才能走路，看過很多醫師但都無效，痛苦沮喪到想自殺，「簡院長很有菩薩心腸，門診時都會傾聽病人詳述各種繁雜的症狀。」之後診斷為頸椎第四、五節椎間盤損傷導致「頸顱症候群」，開完刀恢復迅速，頭頸不痛，手腳不麻有力，健步如飛。林女士感恩所有醫護人員的佛心治療，也感恩舉辦這個病友會，讓大家都可以獲益。簡醫師也提醒病友們術後保養、保健的重要性。

另一位來自臺北的六十歲朱女士，近

三十年來飽受眩暈、心悸、頭痛之苦，卻一直找不到「病母」。更因眼睛乾澀、視力模糊、畏光，以致家裡的窗簾都不能打開。兩年前惡化到走路不穩，需人扶持，幾乎都躺在床上。經簡院長診斷為頸椎第五至七節椎間盤退化導致「頸性視力模糊」及「頸性眩暈」，二〇二二年四月底行「前方頸椎減壓融合術」。麻醉醒來第一句話是：「我眼睛看得見了、沒有那層霧膜了」。術後兩天，頭不痛不暈，行動自如，甚至可以跳起芭蕾舞，開刀後人生宛如「重開機」，滿意度有一百二十分！朱女士希望能藉由她的分享、見證，讓更多類似患者少走冤枉路。

簡院長回饋，除了繼續累積臨床個案經驗，更要透過多科團隊，深入研究、探討頸椎病的治療，終極目標是讓患者、家屬、醫師乃至整個社會都能對「頸椎病」有更正確的認知，不再「頭痛醫頭，腳痛醫腳」，也不再「醫、病兩茫茫」！

(文／江珮如、張菊芬 攝影／張萬)