

歌聲帶路 樂活巴金森

以歡唱卡拉 OK 與病友相伴的林楓英

巴金森病造成生活的不便，卻不曾澆熄她對於歌唱的喜愛；在歌聲中，她找回快樂的自己，也結識了更多相互扶持的夥伴。

採訪／趙瑜玲、姜欣慧
撰文／姜欣慧



才走到林楓英女士的家門口，就聽到「菊花台」的旋律。一進門，彷彿到了卡拉OK歡唱廳，一位太太正台風穩健地唱著周杰倫的歌；客廳裡座無虛席，茶几上擺滿了「歌友」們自備的茶點、水果，大家輪流遞著歌本和麥克風，歌聲和快樂的交談此起彼落……林楓英親切地招呼我們加入，她說：「我們這群都是病友，大家都很喜欢唱歌，唱著唱著人越來越多，就成立了這個卡拉OK。」

唱歌不只是興趣，也是復健

「多虧我先生用心維護這個卡拉OK團，讓我能認識更多病友，一起勇敢地面對巴金森。」為了抗病，林楓英也曾加入過太極班，但因為曾受傷無法久站，最後還是回歸最愛的唱歌。唱歌可以幫助巴金森病患者增加肺活量、作為口腔復健，林楓英確實受

惠：「唱卡拉OK訓練我講話更清楚更大聲，與人溝通更順暢，也更有自信。」更重要的是，歡唱聚會時和病友們聊聊天、分享只有彼此能體會的心情。唱卡拉OK不只幫助身體復健，也療癒了心。

「我們與其說是同病相憐，不如說是因為特殊的原因和相同的興趣相聚在一起，所以更珍惜彼此。」林楓英透過歌唱開拓了生活圈，也誠摯邀請病友來結緣，「目前我們有二、三十名團員，隨時歡迎病友加入，搶麥克風或聊八卦、吐苦水都歡迎。」

走過巴金森病的十七個年頭

雖然林楓英走路不是很順暢，但精神爽朗，看不出已經與巴金森相伴17年。

她清楚地回憶著那段與巴金森「初相遇」的往事。民國87年發病之初，症狀是手腳痠麻、全身痠痛、穿脫衣服動作不順，「剛開

始我以為是五十肩，跑去看中醫、吃草藥，也推拿了一陣子。」後來朋友發現她動作僵硬、走路腳步拖行，才在朋友建議下去神經內科就醫。但光是初步診斷到確診就輾轉過了三年；最後才在台大展開積極治療。

就醫之前，她跟家人都沒聽過「巴金森」，受了不少困惑；因為走路慢，旁人一直催，她被越催越怕，就越走越慢，「連搭電梯都好怕被夾到！」。

家族中沒有巴金森病史的林楓英也很納悶自己為什麼會得病。她懷疑是年輕時頭部外傷就醫不慎，「母親認為跌打損傷就該去國術館；結果師傅熱敷我的頭，非常非常痛！不知是不是那次傷到了？」雖然這是個無解的謎，生病之初，也曾為了病痛怨天尤人，但是現在，她已經學會如何和巴金森共處，甚至多了份豁達與感恩。

資深病友 真心分享

曾經，林楓英害怕路人異樣的眼光、害怕自己動作慢影響他人而不敢搭乘大眾交通工具，所以寧可待在家裡不出門。現在，她以巴金森第四期「資深」病友的心情，提醒病友運動及按照醫師指示服藥的重要。她過去曾因用藥習慣不佳而影響了藥效；而在病友交流間發現，有運動習慣的病友症狀通常比較輕微，也比較不會出現「斷電」現象。所以她現在都要求自己每天一定要出門走走，無論是逛逛市場、公園散步，都好。

人與人相遇相知就是一個「緣」字，姑且不論大家聚在一起的原因是苦是樂，團員們在歡唱中只看得到老友相聚的歡樂，絲毫不見病痛的陰霾。林楓英讓樂活的態度成為對

抗巴金森的利器，也把這份快樂散布出去，鼓勵病友勇敢跨出家門，重拾生活樂趣。

最感謝老伴 患病見真情

「因為巴金森，讓我更珍惜並感謝身邊的人；也因為家人的陪伴，讓我在這段過程中，總能堅強地面對。」「特別是我先生，如果沒有他，我真不知該怎麼辦？」

林楓英的先生，病友口中的「張大哥」，為了這個卡拉OK歌唱團奔走多時。從一開始商借中華電信聯誼會視聽室，到最後落腳於台北市長青福利會，甚至讓家裡成為卡拉OK團聚會的第二個場所，配備頂級音響、伴唱歌曲齊全，都是他用心良苦地的成果。「為什麼會成立這個歌唱團呢？」忙著招呼大家吃水果、喝咖啡的張大哥爽朗地笑著：「因為我自己就是很會唱歌也很愛唱歌的『歌王』…」其實，這一切的努力，都是為了摯愛的妻子。但是當大家起鬨複誦林楓英那句「沒有他我不知該怎麼辦」時，張大哥卻調皮地說「我不敢聽、我不敢聽」，害大家笑成一團。



愛唱歌的病友變成歡樂姊妹淘