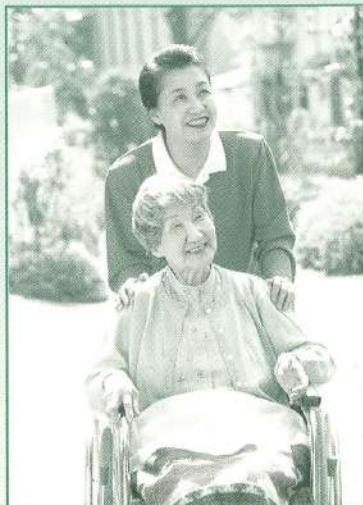




繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」



家有「帕金森氏症患者」

翠山

前言

西元 1817 年，有一位英國醫師名叫詹姆士帕金森 (James Parkinson)，他首先發表一篇文獻，詳細描述發生在六位老人身上，一種伴隨著四肢發抖、無力、軀幹駝背、動作遲緩的疾病。後來陸續有人觀察到同樣的病例，因此就把該病命名為「帕金森氏症」。

「帕金森氏症」是一種好發於老年人的退化性神經疾病，平均發作年齡約五十到六十歲。典型的症狀有：震顫(手腳發抖)，四肢僵硬及行動遲緩。全世界有數百萬人遭受此病的折磨。然而令人擔憂的數據顯示，此病的發作年齡似乎有下降的趨勢。例如著名的臺灣中山大學教授李良修先



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

生，就在三十六歲的年輕歲數罹患此病。

我的母親於西元一九七七年的某天早晨，於情急之下起身下床，並且梳洗，豈料突然昏眩，眼前一片漆黑，瞬間產生不平衡，整個人竟然往後仰，導致右後腦勺撞及馬桶，隨即暈厥過去，昏迷竟長達六小時之久。

西元一九九一年起，她發覺右手小指會痛，繼而抽筋，於是便到台北榮民總醫院檢查，但查不出是什麼原因，此後陸陸續續跑遍全台各大醫療院所，做盡各種儀器檢查，結果也都一樣，認為媽媽狀況良好，沒有毛病。當她心灰意冷之際，經親戚介紹，認識一個學會，它的理念不錯-不吃藥，運動健身，時時祝福別人，並樂於助人。自從接觸該學會以後，媽媽變得比較開朗，也勇於面對自己的病情，更不在乎別人異樣的眼光，甚至可以毫無顧忌地與大家侃侃而談生病的過程。

後來媽媽遠赴大陸昆明尋求名醫，嘗試以中藥的方式來調理。剛開始可以感覺到有些許的進步，可是人對於金錢總有不滿足的時候，希望越賺越多。於是在利益薰心之下，不但藥價三級跳，連提煉的藥材也每次都不同，導致每批藥吃下去的反應都不盡相同。更令人氣憤的是，那位中醫師居然敢做卻不敢當，不肯承認錯誤，並辯稱每次提



煉的藥材保證一模一樣。然而病人自己的心裡最明白，因為吃藥後的生理反應不同，就表示藥物不同，這絕對騙不了人的。到最後他才坦承，至此媽才心甘情願地再度回到榮總找專科醫師診治，並且遵從醫師的指示按時服藥，控制病情。

其實有許多罹患重症的病人，由於內心充滿恐懼害怕，所謂「病急亂投醫」，總希望有什麼偏方或民俗療法對他的病情有所幫助，這很容易造成遺憾。即使你真要找除了醫師以外的人或方法，不妨僅作為參考，但是醫師所處方的藥物還是得照常吃，絕對不可以任意停藥或減藥。

家有「帕金森氏症」患者，不僅病人本身遭受病痛折磨，做家屬的更應該要有過人的毅力以幫助病人渡過難關。在一旁的照顧者對病人要把持著「三心二意」的原則。那就是對病人的照顧要有「恆心」、「愛心」及「關心」，對日常的生活起居要具備「善意」及隨時「注意」。以下就是我的經驗之談，願與各位分享。

我們應該從身、心、靈三方面做一個整體的提昇，至於要如何做？且讓我一一為各位解析如下：

1. 身體按摩

「帕金森氏症」患者由於全身顫抖不已，像傀儡一樣，



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

周身上下都被牽扯；又因每個部位抽筋的方向不同，感覺就好像被五馬分屍一樣，其痛苦與無奈真不是一般人所能忍受。基本上我們很佩服這些患者擁有超人的毅力及忍耐力與此病共存。

至於家屬要如何幫助病人減輕身體上的疼痛與折磨？我觀察到不論是什麼病，只要某一地方不經常去活動它，久而久之就會逐漸萎縮。「帕金森氏症」患者也是一樣，我們要依抽筋的部位做不同按摩，謹略述如下：

（一）臉部按摩

「帕金森氏症」患者的臉由於抽筋導致面部肌肉僵硬，毫無表情，是典型的「撲克牌臉」。因此，我們可以用雙手的姆指與食指，從臉的中央往兩邊捏拉，將緊繃著的臉撐開。

（二）頭部按摩

可以常用梳子用力梳頭，因為頭上有三條主要的經絡通過，所以用力梳頭可以刺激頭皮，促進腦部血液循環，避免頭痛。

（三）耳朵按摩

耳朵的形狀就好像是一個母親體內的嬰兒，也就



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

是頭下腳上的樣子。因此，耳朵的穴位基本上代表人體的器官。將雙手的手掌用力摩擦生熱後隨即搓捏耳朵，直到耳朵發紅發熱為止，就好像是按摩全身一樣，有益健康。

(四) 手部按摩

可以用刮痧板從肩膀順著手臂往手指刮，注意正、背及兩側都要刮到，尤其是手指頭可以順著指尖捏一捏，促進指尖血液循環，避免手指因長期抽筋而扭曲變形。

另外，手掌也有所謂的「反射區」，與全身的五臟六腑有關，所以要時常加以按摩或雙手摩擦。甚至於手指對手指相互擊掌，做體內按摩，促進體內新陳代謝，還可以開發我們的腦部，所謂「手腦並用」，就是這個道理。

(五) 腹部按摩

病人由於運動量減少，導致食慾不振，容易造成胃腸消化不良的情形，進而產生便秘的現象。所以我們可以在患者於用餐後一小時以後，或臨睡前一小時，以及早晨醒來未進食前，幫助患者做腹部按摩。



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

在進行腹部按摩之前，我們必須瞭解大腸的構成「 $\cap$ 」字型，因此我們要順著大腸的走勢做體外按摩。首先我們用手掌近手腕的這塊肉從病人腹部的右下方往上推(此段即為「升結腸」)，接著向左橫的推(此段即為「降結腸」)。這個連續動作可以重複一直按摩，如感腹痛或有硬塊即表示有宿便，可以在按摩完以後隨即喝一杯五百西西的溫開水，將可助於排除宿便。

(六) 腳部按摩

病人由於四肢僵直無力，因此可能較少走路，有的人甚至於需要倚賴輪椅代步。所以我們要以雙手的手掌從病人的膝蓋往下推到腳踝，再由腳踝往上推到膝蓋。至於腳趾頭也要拉一拉，以避免因為長期抽筋導致腳趾頭往內皺縮。腳底則要以手掌上下來回搓一搓，幫助腳部血液循環，避免萎縮，尤其在臨睡以前做此按摩，可以幫助患者容易入睡。

另外，腳掌也有許多的「反射區」，這又表示腳底代表全身，如果經常刺激腳底穴道，就等於是按摩全身一樣，可常保健康。



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

2. 心理建設

病人的心理其實充滿了許多矛盾，又想要子女來看他，又不希望別人看見他怪異的模樣。尤其是出嫁的女兒，自己也有家庭要照顧，因此總是隔一段時間才能回娘家探視父母親。其實父母要有一個觀念：這世界上沒有任何事物是一成不變的，就像同樣的一句話「養兒防老」，以前養孩子是怕以後老了沒人侍奉，所以要養兒育女，以備不時之需；然而，現在卻演變成：結婚生子，將孩子拉拔長大，待孩子翅膀硬了就要飛了，處處提防老的，不願與父母同住，或乾脆將老人家送到「安養院」，眼不見為淨。因此做父母的心境要轉變，應該把孩子當朋友。當他有求於你時，適時地從旁予以協助，如此孩子便會尊重你，不致於離你遠遠的。

其次，病人由於身體扭曲變形，容易造成他閉鎖的個性，將自己關在象牙塔裡，不肯面對人群或親朋好友。此時我們要從旁協助他勇敢地走出來，可以灌輸他一個觀念：人的智慧是無形的，和長相沒有關係，它是我們在日常生活當中的經驗所得。或許正因為你生病了，所以讓你對人生有所體悟，儘管外表如何醜陋變形，但是內在卻是有著別人無法領略的智慧，更



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

是別人急欲挖掘的寶藏。所以千萬不要看輕自己，反而更應該用細膩的心思去看周遭的每一件人事物。

再者，病人最常說的一句話便是：「如果我走了，我最放心不下的是…」，此時，我們要幫助他克服心中對死亡的恐懼，其實所謂「人生如戲」，每個人扮演的角色不同，出場，退場的時間也各異，只要有緣，還是可以在另一世界相聚；再續前緣，祇是時間早晚的問題。況且人生苦短，死對病人而言或許是個解脫，活著的人更應該祝福他死後不再來當病人，因為太痛苦了。

而為人子女者，自己本身有一些觀念也要加以釐清：首先，古代聖賢早有明訓，「家有一老，如有一寶」。在我們人生的旅途中，難免會遇到一些困難或障礙，甚至於陷阱重重，如果有一位老人家願意將畢身的經驗全部傾囊相授，或隨時對你耳提面命，免得你吃虧上當或白走冤枉路，步他後塵，你的人生也會走得更加坦蕩平順，何樂而不為？

其次，人由於年紀大了，總是希望能和子女安度晚年。如果能夠三代同堂那是最好的，一則孩子有人照顧，父母可以享受「含飴弄孫」之樂，二則老人家



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

可以提供許多育兒經驗給兒媳，避免因大人一時疏忽而造成不可彌補的遺憾！三則人都是互相的，如果家人有事要外出，也好有個照應。最後小孩子也是家中的寶，因為他們的天真無邪，可以教導我們要反璞歸真，因此也算是我們的老師。其實老人家要的不多，只需要有人陪伴他，讓他的晚年充滿了人情味，能與子孫們頤養天年。

最後，歲月如梭，人生有限，每過一天，與父母相聚在一起的時間也隨之減少一天。因此，我們要好好珍惜相處的每一寸光陰，充份享受「承歡膝下」之樂。有人說人生苦短，所以要及時行樂，如果我們能把握時光，及時行孝，奉養父母，充份享受天倫之樂，不也是在及時行樂嗎？

總之，家屬要有無比的耐心與毅力，才能幫助病人輕鬆度過難關，並且要開導病人，提昇他的智慧。

3. 靈性昇華

要給病人一個觀念：萬事萬物都有死亡的一天。儘管肉體會腐朽，但靈性不論好、壞，都是會持續累積的。所謂「千年狐狸」，「萬年靈芝」，便是這個道理。相信大家都有看過「水晶石」，石頭裏頭包裹著晶瑩剔透



繽紛集錦

家有「帕金森氏症患者」

的結晶，就好像人之靈光(未形成人之前的本性光)是蘊藏在自己的內心深處，必須時時檢視自己，才能發現它的存在。就好比油燈要照亮，心如外在的玻璃要洗乾淨(身)，玻璃的內側更要保持清潔(心)，燭火才能照亮世人(靈)。我們必須要身心靈三合一，時時保持清明的心，穩定的內在，自然不會受外在環境的影響，反而更點亮自己的那一盞心燈，使本性光日益長大，通透。

4. 總結

「帕金森氏病」是慢性病。媽常說：「得這種病，好也不會好，死也死不了，只會拖累家人」。這是她的心聲，似乎充滿了痛苦與無奈。然而做家屬的，祇要病人活著一天，就應該想辦法讓他每一天都過得很有尊嚴，能夠得到心理及靈性的成長，這是每一個人都必須學習的功課。 



她是我的媽媽，我的責任，我的幸福，能夠照護她是神的恩賜。