



樂趣多多抗巴金

九旬陳奶奶開朗熱情不寂寞

拜訪一位高齡 90 歲，巴金森病齡 15 年的老奶奶，會是什麼樣的光景呢？如果按照一般人對「老人」與「病人」的刻板印象去想，陳奶奶可是會讓人驚喜萬分的。

在幽靜的小社區左右張望找門牌時，陳奶奶已經笑咪咪站在家門口說：「不好找喔？……車子有地方停嗎？停這裡可以。」多麼熱情、體貼有活力的阿嬤啊！

夫妻雖同病 治療兩樣情

陳奶奶跟巴金森病共處已經 15 年了。初次發病是在 75 歲那年，她平靜地回憶道：「那天是母親節，孩子們都回來了，大家一起去餐廳吃飯，很開心；但我卻突然覺得雙腿無力，看到椅子就想坐下。」這種情形持續了兩三天，著實不尋常，於是去神經科看醫生，初步懷疑是自律神經失調。但是乖乖吃了兩個禮拜的藥，卻未見好轉。女兒又帶她轉往某市立醫院，仍然繼續吃藥；但情況不但沒有改善，漸漸地，左手竟抖了起來。這樣完全陷在五里霧中不知所措，大約有一年之久；到最後，連腳也開始微微顫抖。

更糟的是，陳奶奶的先生也開始出現顫抖，就醫後診斷為「非典型巴金森病」。但

採訪撰文攝影／趙瑜玲

罹患巴金森病、先生與姊妹相繼辭世、藥物開關現象……這些讓人傷心沮喪的事，陳奶奶都經歷過。但是她說：「也許是個性開朗，我心情不好都不會太久。」因為，花花草草能讓她開心，很多感興趣的事能讓她快樂。雖然她也會斷電，但是她「白天來電，就找點樂趣；晚上斷電，就早點休息。」15 年巴金森歲月，一點都不寂寥！

陳爺爺不肯吃藥，病情控制不易，嚴重到出現幻覺，最後索性也不再看醫生了。於是，陳奶奶帶著先生一起去台大醫院看吳瑞美醫師。「我剛到吳醫師門診時，已經很嚴重了，坐也坐不直，腳痠麻僵硬，晚上睡覺經常痛醒。」後來在吳醫師細心調藥治療之下，病情漸漸好轉。

遺憾的是，陳爺爺因為自尊心強，不想面對生病的事實，也不承認自己變得「容易跌倒」；因而照顧的看護很難幫忙他，最後因在浴室重摔送醫，插管治療三個月還是回天乏術，在罹病後四年多便辭世。

勇敢面對陌生的新考驗

她說，發病之初，自己與家人對「巴金森病」根本沒有概念；直到第一次被告知「巴金森病」，還渾然不知那是什麼。

面對這個從來沒聽過、卻要跟他一輩子的

疾病，個性積極的陳奶奶選擇勇敢面對。她開始讀書找資料、到處聽演講充實這方面的知識。漸漸地，她想清了第一年那段懵懵懂懂的就醫過程，候診室的病人表情呆呆的，走路動作很僵硬……原來，那就是巴金森病。陳奶奶不諱言，「看到別人病情變嚴重，其實自己心裡也會害怕。」

所幸，陳奶奶是個興趣多方的人。四十幾歲開始，她便常常跟著電視上的瑜珈課或運動節目練習；身體不適時，深呼吸給她很多幫助。而她一度著迷於中醫、經絡之學，曾找先生一起去上課，因此也熟悉穴道按摩。這些，在她生病後，都經常派上用場。

興趣多方 人緣好心情好

陳奶奶以自己跟先生的例子對照，告訴病友要保持樂觀心情，多培養興趣；性格開朗，讓自己擁有好人緣，更能形成良性循環。



陳奶奶與先生鶼鶼情深，一起學畫，也同患巴金森；可惜先生的非典型巴金森病進展較快，右為先生遺作。



陳奶奶每天看到陽台上的盆栽，特別是看到花草的嫩芽，心情就很好。

「小時候我家是開銀樓的，我母親每天早上都會整理儀容去開店；我受母親影響，養成每天早上照照鏡子把自己打理整潔的習慣。這個習慣到現在都還保持著，我還是像年輕時一樣愛漂亮，每天照照鏡子看看自己。」整潔的儀表讓人容易親近，對於陳奶奶的好人緣也有加分效果。人緣好，活動多，陳奶奶忙得不亦樂乎。

生病前後，陳奶奶的興趣都沒有放棄。先生在世時，她們一起去參加書法班、學水墨畫，書畫作品累積多了，乾脆一起去學裱褙。先生離開後，她仍然繼續學畫、書法，也經常看電視聽師父講經，日子過得很充實。她也喜歡去咖啡廳喝喝咖啡；不想跑遠時，就去便利店喝。有一次，陳奶奶拄著助行器跟看護去對街便利店喝咖啡，沒想到要過馬路回家時，突然「斷電」了；於是她留在店裡，讓看護回家推輪椅來接「楊雲小姐」。

開朗開心便是良藥

「楊雲小姐」是看護對陳奶奶的稱號，逗

她開心的；陳奶奶說，「開心」很重要。

先生離開後，姊姊跟妹妹年紀大了也相繼離世，她說，難過是一定的；但是她漸漸將傷心轉化為懷念，變成溫暖的。她很感恩身邊貴人真多，除了醫生治療她、子女常帶她出去走走；同學朋友知道她喪偶，也會來陪伴她；特別是身邊有個「開心果」看護，天天逗樂她。這位看護原本是照顧先生的，先生跌倒不治，看護十分自責；但陳奶奶很疼她，完全不怪罪她，因此看護覺得「讓奶奶開心」是她的職責。

陳奶奶說，其實她也不是天天都開心；別人會遇上的問題，她也都遇過。因為親人離去、病情、藥物作用等因素，也會讓她情緒不好，但也許是個性開朗使然，她情緒不好都不會太久。

她回憶起第一次「斷電」的情形，突然全身癱軟無力，動不了。她開始亂想：會不會有人一斷電就走掉啦？於是打電話給女兒說：「我恐怕是不行了。」現在，她已經跟「開關現象」和平共處，白天狀況好，就找點樂

趣；晚上斷電，就早點休息。

前不久，陳奶奶因為肝膿瘍住院47天，讓她更覺得時間寶貴。「我每天翻日曆，看到喜歡的句子，就用毛筆抄錄下來，抄著抄著……才驚覺，我已經九十歲了耶！」

陳奶奶說，時光一去不回頭，現在的她，每天早晨起床看到陽光、看到陽台上的盆栽生氣蓬勃，特別是看到花草的嫩芽，心情就很好；再想想今天有很多感興趣的事，就感到快樂！



個性開朗人緣好，陳奶奶有忙不完的活動、喜歡聽演講，學習新事物，甚至出遊，沒時間憂愁。