



## 2021世界巴金森日—照護者關懷活動 感恩與關懷

文／籃怡婷

在這特別的日子，病友們以自己的創意作品或留言，對照顧者表達內心感謝，用自己的才藝，轉化為支撐照護者的力量，互相扶持。

每年的4月11日是世界巴金森日。今年，協會與台大醫院巴金森症暨動作障礙中心、衛生福利部雙和醫院神經內科於4月10日共合舉辦年度首場教育講座暨巴金森日慶祝活動。地點選在雙和醫院，特別邀請雙北的巴友及照護者們，與致力於巴友服務的醫療夥伴們共襄盛舉。

今年除了以健康講座關懷巴金森病友，更特別的是舉辦了「感謝你～用愛撐住我」徵件展。我們自活動前2-3個月便開始徵件，鼓勵病友們以自己的作品向辛苦的家人、照護者表達心中感謝。由於徵件不限型態，我們收到病友們自由發揮的創意作

品，包含文字、花朵、盆栽、手作品、攝影作品等，不一而足，都在活動現場展示。來不及參加徵件的病友，也能挑選大會提供的小卡及花朵，寫上感恩的話，張貼在「關懷樹」上。原本平凡無奇的樹，因巴友對照護者的感恩，豐盈了起來，綻放出美麗的花朵，不僅溫馨，也讓人感覺充滿希望。

活動當天，承蒙各方善心志工的幫忙，從場地布置、展攤擺設、民眾報到、動線引導，到疫情期間，消毒防疫工作更是不能馬虎，大家各司其職、相互支援，現場朝氣蓬勃、熱鬧極了！這次大會也為病友

準備了活動紀念品－輔具斜口杯，十分地貼心。

由於戴春暉理事長公務在身，本次活動由創會理事長吳瑞美教授代表歡迎大家。健康講座則有「巴金森症治療之展望」與「巴金森症步態與平衡復健之指南」兩個病友們關心且實用的主題。講授巴金森運動示範時，巴友們一起起身，認真依循指令踏步暖身、插腰伸展，充滿活力！

照護者經驗分享與交流則由范恬心醫師主持並提供病友相關建議。雙和醫院洪千岱醫師與臺大醫院巴金森中心呂幸樺護理師更代表病友們向照護者道出心中感謝，期望這樣的感謝與肯定，能成為支撐照護者的力量。





## 「感謝你～用愛撐住我」徵件展

此次的感恩徵件，我們發現巴友們各個身懷絕技，作品型態十分多元，包含：自行拍攝剪輯的影片、攝影作品、板刻、彩繪石、散文、刺繡拼布手作及植栽等，件件展現個人特色，獨具風格，無一不令人讚嘆！



木刻  
陳國顯／巴齡 11 年



拼布與刺繡  
游慧珠／巴齡 7 年



彩繪石趣  
陳秋華／巴齡 9 年





攝影  
陳清文／巴齡 8 年

## 靠興趣轉移對痛苦的注意－用植栽向醫師致謝

陳芳絹／巴齡 15 年

五年前，我過了巴金森的蜜月期，開始每天顫抖、腳麻的日子，苦不堪言。

戴醫師勉勵我：「我知道你的痛苦，但請不要為痛苦而轉，要靠活動去轉移注意力。」我回答：「協會開的四種課程，太極拳、運動健身、舞蹈、合唱、我都有參加。」他說：「這些都是大家在一起的活動，我要妳去找自己的興趣，自己想要的。一旦找到了，就會全心投入，轉移注意力，忘記了痛苦。」

我因此想起自己從小就喜歡花花草草，於是上網去找、去學習，終於找到自己的興趣：盆栽。我全心投入，並且樂在其中。我十分感恩戴醫師的一路照顧與提點，卻苦無表達的機會，非常謝謝協會舉辦這個活動，讓我有機會表達對醫師的感謝。