



# 關山

八月十二日

## 眩暈兩年無解 志工活動檢回健康

四十七歲的王小姐有長期眩暈的困擾，不管站或坐還是躺平都沒辦法減輕症狀，四處看診求醫，被醫師診斷為自律神經失調。眩暈發作就像一顆不定時炸彈，讓她工作起來非常吃力，經常感到力不從心。王小姐說，眩暈已經伴隨她長達兩年多的時間，雖有服藥卻不見症狀改善。想不到竟然會在跟著慈濟師姊出來當志工以後，不藥而癒！

王小姐出社會即離家至臺中工作，今年七月初，高齡九十七歲的老父親中風臥床，需要全日照料，考量家中媽媽也年邁，加上疫情影響工作量減少，因此她決定先辭去工作，返回關山老家就近照顧雙親。

關山慈濟醫院是當地居民醫療的重心，父親中風後，王小姐很快地就申請慈濟的長照服務，除了居家醫療、居家復健、居家喘息，也透過資源轉介向慈濟關山環保輔具平臺申請電動病床、氣墊床、輪椅、便盆椅。因為有慈濟團隊的後援，讓個性容易緊張的她安心許多，承擔照顧壓力的那雙肩膀也不再那麼沉重。

「爸爸的睡覺時間不固定，有時候被吵醒會情緒不好，很感謝醫護人員很有



王小姐感恩關山慈院的照顧，利用照顧父親的空檔主動加入志工行列，竟意外讓自身病痛不藥而癒。

耐心，才能讓爸爸恢復得這麼快。」王小姐說，爸爸從年輕就自我要求很高，最近稍微好轉就急著要自己下床，也會囔囔不要使用助行器。關山慈院物理治療師潘建志得知此情況，幫忙勸王爸爸按部就班，不要急於一時讓自己再次發生跌倒意外，並且教導如何正確施力起身下床，且為了配合王爸爸作息來提升復健效益，物理治療師也將復健時段調整至晚上，利用下班時間到府做治療。

王小姐笑談過去的照顧經驗，曾經因為不熟悉鼻胃管灌食，緊張的雙手

不停顫抖。她說，以前對照顧病人一知半解，很怕自己的閃失會弄痛爸爸，幸經醫療團隊的教學輔助，讓她在營養照護和復健訓練上都學到很多，現在已經得心應手，且有了居家喘息的協助，多了許多屬於自己的時間。

抱著感恩回饋的心，王小姐主動提出可利用照顧父親的空檔為社區盡棉薄之力，於是在慈濟師姊卓瓊華的帶領下，兩人一起投入環保相關工作，包括二手輔具清潔，至校園清運回收物，以及環保回收站整理分類等。

「出來當志工以後，我發現頭不暈了，精神和體力變好，連體重也降下來了。」王小姐說，或許是找到生活的重心，心情好轉，病也好轉，目前已停止服用自律神經失調的藥物，且睡前吃的助眠藥劑量已經減半。

瓊華師姊七十六歲，每天投入環保的時間超過十小時，回到家餐桌的飯菜都已涼了。林明成師兄聽了打趣回應：「那妳比我好命，我弟弟中風，沒有人可以幫我煮飯，做完志工回家還要自己煮。」慈濟環保輔具平臺成立以後，這兩位環保志工更加忙碌，除了環保站回收物整理，還得四處奔波將輔具載送到案家，瓊華師姊說自己忙得很踏實，因為以前看到堪用的輔具被民眾丟棄心裡總是很不捨，但又無可奈何。幸好社區志工陳泰郎加入負責修繕，更換零件，拼湊出新的輔具延續物命。如今，又有生力軍願意一起付出讓她相當感恩，且聽到王小姐的回饋讓師姊更是開心。(文、攝影／陳慧芳)



物理治療師潘建志到府指導王爸爸復健訓練。



卓瓊華師姊與林明成師兩位環保志工，平時整理環保站回收物，還得奔波將輔具載送到案家，感恩有王小姐加入協助。