

幸福獎章

控糖的助力~信任感

彰化縣溪湖鎮衛生所 王清福 ❤️

隨人口老化、飲食習慣及生活型態之轉變，慢性病成為威脅人類健康的頭號殺手，目前每11位國人約有1人罹患糖尿，且糖尿病是一種非常複雜的疾病，有「隱形殺手」之稱，因血糖長期控制不佳的情況下，很有可能引發「糖尿病併發症」，造成病人生活品質降低，嚴重時更會威脅到生命，除了病人本身受疾病影響外，往往也造成家庭負擔。

溪湖鎮是傳統農業小鎮四處充滿濃厚人情味，很多美妙的樂章油然而生，個案王先生是位土木工程工人，也是位桌球高手，有運動習慣且飲食多由太太料理，少外食，且無糖尿病家族史，自認身體健康是良好的，直到發現易疲倦且上廁所尿液呈現泡沫狀求診，在95年被診斷糖尿病時心裡是否認排斥，認為是前幾天吃的太甜，

直到確定診斷後開始對人生感到懷疑甚至憂鬱煩惱中，對生活逐漸感到無趣，且擔心造成子女的負擔；王太太則會想人都說糖尿病就是吃的不健康，才會得病，所以王太太也開始自責懷疑，是因為自己的料理不好才讓先生得病，這時家裡的氣氛是低落衝突的。王先生剛診斷初時，回診都沉默寡言，



幸福獎章

只做例行性的檢查，拒絕參加任何糖尿病的衛教活動，在因緣際會下認識本所楊佳靜護理師，因護理師在社區的桌球活動上遇見了王先生。主動地請教王先生有關桌球如何增進球技方法，在相同的運動喜好下成為朋友，而拉近彼此距離；且在民國100年積極邀約參加大腸癌篩檢，報告呈現陽性，王先生認為是飲食問題，不願進一步檢查，也是經護理團隊積極訪視關心時時正向鼓勵，前往進一步追蹤，提早發現是瘻肉而切除，而對衛生所產生更多的信任。

日後主動邀約其和太太參加糖尿病支持團體，個案藉由團體中感到其實不只有自己罹病，其他病友年紀比其更長但更積極控制血糖因此受到激勵，開始遵從位教師所訴飲食、運動、藥物，三管齊下，現在此個案已是溪湖衛生所的模範糖友大家的楷模，使個案產生了自信心及榮譽感，且因疾病控制好心情與妻子的相處也更為融洽，減少家庭的衝突。

個案退休加入了老人會，對自我有信心且富有熱心助人的精神，當選了幹部，常跟太太一起積極參加社區活動，且時常鼓勵罹患慢性病的人要遵從醫師的指令服藥，衛生所到社區辦理活動，個案都會積極熱心協助安排場地及號召社友共同參加，成為衛生所的助手，共同努力落實健康的生活。

