

傑出獎章

付出也是一種收穫

彰化縣社頭鄉衛生所 蕭 照 

我92年診斷有糖尿病後一直在診所看診，也有參加護理師衛教，期間血糖控制不錯只是低密度膽固醇始終控制不好，經護理師建議至衛生所參加營養師衛教，從中了解到飲食與低密度膽固醇的相關性，自此加入糖尿病團體分享自己的經驗及(家中公公糖尿病20幾年)身為家屬如何照顧糖尿病患者的點滴，覺得團體中分享印象最深刻是低血糖的處置，記得病友分享因照顧糖尿病家屬知道低血糖症狀，曾經在路上發現有人冒冷汗、全身無力癱軟，詢問下知道有糖尿病應該是低血糖，直覺趕快把身上攜帶的糖果給對方才讓對方症狀改善，聽到這樣的分享我覺得雖然照顧糖尿病患者很辛苦，但是卻能幫助更需要的人就會覺得很有成就感。

因自己平日在家做代工閒暇之餘會出來一起參加演劇，98年因病友團體需要表演邀請我參加，在演練的過程與病友成為好朋友，期間因體認糖尿病病友團體成立需要付出很多時間協助聯繫、排演，因應大家之託任組長並協助聯繫，尤其對血糖控制不佳的病友定期聯繫參加聚會的時間、教導血糖機的使用、飲食紀錄或邀約一起運動等繁雜工



傑出獎章

作，眼看著病友們由生疏到彼此互動熱絡，大家一起成長，一起分享自身經驗，勇敢面對糖尿病，個個都是快樂的控糖達人，那種成就感真的是無法言喻。

心中想著自己可以更上一層樓，服務更多人，因此99年參加衛生所志工訓練，擔任衛生所志工，同時也是病友團體專屬志工，在衛生所服務，任務真是玲瓏滿目，包括嬰幼兒預防注射時協助資料填寫，流感設站及新冠疫苗注射時引導民眾，維持動線流暢，有時遇到行動不便的老人就會給於協助，有時會邀約民眾參加各種癌症篩檢及成人健檢等，提醒民眾注重自己健康，提倡預防勝於治療的觀念，有時會跟防疫人員到社區做登革熱密度調查，宣導登革熱注意事項，維持環境清潔等，雖然志工是服務別人，但我卻獲益良多，我深深體會到擔任志工不只要有愛心、有耐心，更要有毅力及恆心，最重要的是要充滿活力。

在衛生所當志工已經12年了，很開心能有這樣的志工服務經驗，讓我更了解如何去付出與關懷，漸漸地發現原來付出也是一種收穫，不但豐富了的人生，也為我的人生歷程增添了色彩，希望有更多人加入志工行列，一起服務大眾，共創美麗人生。