

# 娥姐的故事

黃秀娥口述 吳碧姬筆錄



黃秀娥，人稱娥姐，性格開朗，除了參與伊利沙伯醫院的水療之外，每週都會到九龍公園做水療練習。所以不少同路人都認識她，以下是她一些鮮為人知的經歷，在此與大家分享。

個人的存在價值，對社會而言，可能是微不足道，但是對家人或是對自己而言，卻是十分重要，即使前面的路有多難行，只要肯面對，肯參與一些對我們身心有益的運動/群體活動，持之有恆，不難在黑暗的角落裡找出轉機，在這裡，我很想和大家分享一下我的經驗。

記得早於十七、八年前開始，我便腳板底痛，但到2002年才確診，其間由初時只有一個患處，而且很輕微，看了醫生，服了藥，便好一段時間；之後，腳踝、雙膝、手肘、手指等多個關節相繼腫痛發炎，而且愈來愈厲害，行到一拐一拐的，真是痛苦不堪。

我在一間食物館上班多年，做的是一腳踢的粗重工作：不時要提取很沉重的貨品、經常站立、又要濕手濕腳。心想一定是工作關係而患上風濕病，而且已經嚴重到食止痛藥也無甚幫助，那時我面對的除了是勞累的工作、疾病、及家人的不支持和不諒解外，還要照顧年邁的母親，心情極差，每天在痛苦的陰霾裡活著。

幸好有位街坊提醒我可能患上類風濕性關節炎，而非一般風濕病，要驗血才可得知，於是我立即找一間化驗所驗血，出來的報告呈陽性，化驗所的職員囑我儘快去看醫生。我帶同驗血報告，告知一直求診的醫生，可惜他連一眼也不肯望我的報告便說是廢紙，亦沒有再深究我的病情，只是照舊處方一些對我來說已經起不到多大作用的止痛藥，我十分氣憤，並且覺得他很無良，怎麼這個醫生可以如斯對待病人的呢！

之後，我帶著驗血報告，找另一位姓鄺的醫生，他看了報告及了解病情後，認同我患的是類風濕性關節炎，他直言這是一種長期病須長期服藥控制，並寫了一封介紹信叫我去瑪嘉烈醫院排期看專科。說實話，我一直都很感謝這位鄺醫生，他沒有為了賺取醫藥費隱瞞我的病情；在瑪嘉烈經過一連串的檢查後，醫生便對症下藥，更透過單張使我認識復康會、毅希會，又送給我一隻介紹這個病的光碟，隨後，再由職業治療師及物理治療師跟進。

之後，自覺不適合再繼續工作，便退下來。加入復康會，我參加了好些針對性的課程，認識了這個病、運動的重要、亦明白緩解及管理痛症得靠自己；加入毅希會，非常開心認識一班同路人，彼此互相關心、勉勵，最重要是大家感同身受，可以分享及交流病情，互相支持，心情自然較前好多了。

早於04年開始，我與一班會友在九龍公園泳池內自習做水中運動，而由07-08年起，更參加了伊利沙伯醫院的水療，一直維持至今都是靠自己的努力、恆心及一班會友的互相支持、勉勵。自從參與了水中運動之後，加上適當的藥物治療，我的病情已得到控制，母親亦因年紀大，我未能獨力照顧而入住了安老院，不過，在她的心中，我依然很重要，我每天都去探望她。

很想在此呼籲大家不要逃避，勇敢面對疾病，按醫生的處方食藥，堅持做運動。我個人的體會，最重要的就是家人支持，因為當我們關節發炎時，所受之痛楚，不足為外人道，很多家務，都是力不從心，做不到的，這點得靠家人的幫忙及體諒，以減少磨擦，心情好，自然容易戰勝病魔！在此祝福 毅希會各成員均能控制病情，開心活著每一天。

歡迎新會員  
加入  
(2011年2月至12月)

張惠嫻	陳桂英	陳惠煥	羅瑞萱	梁細梅	鄧愛琼	盧玉嬋
黃佩蓉	李肖嫻	林佩玲	梁金妹	張官如	黃佩賢	龐明晃
王惠璋	蔡靜娟	紀永樂	石晏漁	劉偉瓊	伍艷芳	王玉良
陳金鳳	覃瑩冰	郭杺慧	梁依儷	李玉鳳	謝玉珍	何 芳
許盈盈	溫美珍	潘鳳珍	劉幗碧	莊燕容	紀藝萍	何庚建
黃佩芬	譚慧玲	盧燕英	陳婉翠	朱淑群	潘素娥	陳惠芬
梁璧雅	莫惠卿	關玉蓮	李少蘭	陳煥兒	司徒慧琼	