

快樂迎接千禧年

劉謀成

台北榮民總醫院、新陳代謝科、糖尿病人、保健推廣中心，各位女士先生暨各位評審委員，各位病友，大家好！

今天我要講的題目，是「千禧年對糖尿病的新省思」，在尚未報告新的省思之前，在座的各位，都是糖尿病友，如能利用榮總新陳代謝科、保健推廣中心，每年主力糖尿病友互助觀摩的聯誼活動，這是一個大好的機會。我們病友，應當重視這個有意義的機會，來踴躍參加、吸收大家對糖尿病醫治的經驗，以及如何控制血糖的心得，作我們醫治糖尿病的參考。

我在民國七十一年前，在一個偶然的機會，發現得有糖尿病，那個時候，我身體絲毫沒有感覺，不知糖尿病是什麼病，後經醫師告知，說是終生病，不容易治好，也斷不了根。但要長期控制好血糖，能在 80 至 120 範圍內，才能像好人一樣。從此，我都是遵照醫師的指示，十多年來，都能吃藥與打針，並經常請教營養師，對每天飲食，都是嚴格遵守，五類要均衡，決不大意。但血糖有時仍時高時低，控制血糖，似乎不大理想，使我的心情，也一直不得安寧。常想多請教大夫，又見大夫在看病之時，都很忙碌與勞累，我也就不便佔去大夫過多的時間。因此，榮民總醫院只要主辦任何活動，我

都願意參加，尤其是對糖尿病演講比賽，我更是屢次報告。但要申明的，決不是為得獎，而只是想參與這個機會，吸收各位病友對糖尿病如何控制好血糖的寶貴經驗與方法。

我在六十三歲時得上糖尿病的，又繼續活了十八年之久，現今已八十一歲，能活到進入千禧年時代，實在令人感到高興。過去大陸上，有一句老話，人生七十古來稀，我能活到八十多歲，真是值得慶幸，沒有什麼不開心的。

在座的各位病友，今天大家都同步進入千禧年，真是一個難能可貴的時光，我們可不能滿足，我們要珍惜現在所有，作進一步的省思，去產生新的思維，再創造新的適合個人的生活方式，那才活得更愉快。

我最近有一個猜想，榮總各科大夫，過去幾年前，都是在上午八時到門診部應診，近來各科，幾乎都在八點半才看病，其實各科大夫，早在八點前，就到了醫院，八點到八點半，這半個小時護理人員告知，說大夫在開會，在我想，是在不斷的吸取國際方面有關醫療的發明，作改進對病人醫療的方法。我們病友，能獲得榮總各科大夫，對病人如此用心，吸收新的醫療方法，來為我們醫治病痛，我們能不長壽嗎？

我慶幸生活在台北，有一個榮民總醫院，不需要花一個錢，能醫治我們老年人各種病痛，減低痛苦，若生活在大陸，想必早已不在人世了。

榮民總醫院，具有規模龐大、設備完善，稱得上是獨樹一幟的大醫院，院方更是慎重注意，特別甄聘具備有優良醫德兼備的好大夫，又挑選肯細心耐勞照顧病人，與熱忱服務的護理人員，使病人莫不稱讚，慶幸今生。

就拿眼前來說吧！每天前來求醫者不下萬人，我也是萬人中之一員，真不知如何懷念與感激。創設榮民總醫院，對榮民的德政，更要感激榮總各科大夫，及護職人員的辛勞。使我們榮民病友，能獲得生命的延續，不得不使我出於誠意的感恩。

過去，我們醫治糖尿病的方法，是用「藥物」「飲食控制」和適當運動，使用這三種方法來控制血糖。而今進入千禧年之後，時代在進步，我們不能墨守成規，更要創造新的理念。相信全世界有很多糖尿病專家學者正研究去追求新的醫療和藥物。各位病友，我們對糖尿病的看法，固然尚不能太樂觀，但也不必悲觀，生死淡然處之，要明白「生」「老」「病」「死」循環的道理，也就不必憂慮，坐享天年多好咧。

我還要提醒各位病友，能活到今天，都已經是七、八十歲以上的人了，能跨越千禧年，更值得我們「慶幸」「高興」「快樂」才好。

（本文為民國89年糖尿病病友演講比賽摘要稿）