

漫遊精神科

印象中的精神科，一直給我一種恐怖的感覺。似乎一但踏入精神科的地盤，隨時都會有所謂的“精神病人”來騷擾或者攻擊侵入的陌生人。也許是電視劇的影響，想像中的“精神病人”好像都是一群衣衫不整，整日瘋言瘋語的人。這個暑假剛好有機會能讓我一窺這個神秘的領域，進一步去探索這個讓我充滿想像的地方。

第一天就讓我飽受震撼，長久以來的錯誤觀念被徹底的糾正。在擔任住院醫師學姊的帶領下，我就像劉姥姥逛大觀園一樣，一切都覺得新鮮有趣。一開始學姊先帶我們去看急性病房的病友。雖然不像電視劇演的這麼誇張，不過急性病房的一些病友，感覺起來真的跟平常人有些不同。之後再跟學姊到壓力病房，在這裡我第一次感受到我之前的觀念是不正確的。在壓力病房見到的第一位病友是一個年紀跟我差不多的女孩子。在她跟學姊聊天的過程中，我發覺她跟正常人沒有什麼不同，講話應對都非常有條理。而且她之間的一席話更是讓我覺得心有悽悽焉。她跟學姊說如果以後跟別人會談的時候，不要對別人說某某人比你還遭，他都撐過來了。她覺得每

一個人的痛苦是沒辦法比較的，自己的痛苦永遠是最痛苦的。聽到她這番話，除了極度贊成她的說法外，我心中產生一個更大的疑惑——她到底是什麼原因要來求助精神科？後來，找到機會可以跟她聊天。更加發現她跟正常人沒什麼不同。跟我一樣曾經帶過小朋友，也覺得鄉下的小孩比都市的小孩可愛。當她知道我們是利用暑假期間來陪病友聊天，主動帶我們去認識其他病友，而且還要我們放心不用緊張，她說這裡很多病友都很喜歡有人陪他們聊天。從她身上，我找不到我印象中“精神病人”的樣子，就像普通人一樣，過著普通而平凡的日子。之後請教了學姊，才知道她是因為人格方面有些偏差，對自我的評價太低，所以才來求助精神科的幫助。這時我才發覺，想像中的精神科跟現實其實是有差距的。

在學姊帶我們熟悉環境後，往後幾天除了醫院給我們排定的行程外，其他的時間，我們都自己去找病友聊天，陪陪他們。剛好有機會遇到一個要出院的阿伯，再跟他聊天的過程中，阿伯跟我們說，現在當醫生要懂得聆聽病人的心聲。他覺得他的主治醫師就做的很好。每

次他去就診，醫師都仔細傾聽他的話。他也覺得每次主治醫師開的藥都特別有效。在住院的時候，主治醫師也不斷關心他的狀況，讓他覺得主治醫師無時無刻都在關心他。阿伯爽朗的笑聲，充滿精神的樣子也讓我印象深刻，也很高興阿伯終於可以康復出院。之後又遇到一位大叔和阿姨，他們都在壓力病房住一段時間了。阿姨是因為自己長期頭痛，而大叔則是長期失眠的困擾。他們說壓力病房裡的每一個病友都會互相扶持鼓勵。剛好這幾天有一位新進的病友，一開始他看到每個人都十分畏懼，我們熱情的邀情他跟我們一起來聊聊天，他太太也鼓勵他多跟我們聊一聊。在大家的盛情邀請下，他終於勉為其難的坐下來跟我們聊天。從聊天中發現，這位新病友因為做生意被人倒了一些錢，再加上他自己一天到晚在外面工作，很多家裡面的事都要麻煩他太太，他覺得很對不起他太太和家人。他講話的時候總是畏畏縮縮的，不太敢講出來。後來我們的大叔跟阿姨就以老大哥和老大姐的姿態來開導這位新進的小弟。大叔跟他說男人在外面打拼工作是天經地義的事。大叔本身從事營造業，幾乎是一早就出門，不到晚上是不回家的。大叔對他說你是做外面努力賺錢養家，又不是整日遊手好閒，在外遊蕩。阿姨也對他說做生意起起伏伏是常有的事，況且你老婆依舊支持你，並沒有責怪你啊。在談天的過程中，這位新病友從一開始的畏懼到後來漸漸比較敢講話。雖然跟他們的談天只有短短半個小時，我卻看到之前大叔跟我說的，在壓力病房的病友彼此之間互相勉勵。大叔之前也開玩笑的跟我們說，他在病房住的比較久，算是老大哥了，所以有責任調教這些新進的後生晚輩。短短的幾天常常有機會跟病友聊天，與其說我們此行的目的是來跟病人做朋友，此次同行一位學弟的形容應該更為貼切——我們是以病人為師。

這一次除了有機會進一步了解病友外，我們也有機會跟醫師的門診。我覺得我們所跟的楊紹民醫師跟病人的互動非常好。他總是耐心的聽完病人的抱怨，仔細叮嚀他們該怎麼服用藥物。楊醫師也總是詢問病人每次用藥之後的狀況。在門診之前，楊醫師也會利用空檔去看看他住院的病人。看到楊醫師與病人的關係，我在想如果每一個醫生都像楊醫師一樣，多花一點時間去了解病人的狀況，醫病之間的關係一定會更好。之後又有機會跟到文榮光主任的門診。因為我們看到的都是初診的病人。文主任花了很多時間去了解病人的狀況，跟病人閒話家常。五天之中，有機會跟到兩位醫師的門診，我覺得兩位醫師都是很棒的典範。就好像聽到阿伯的那句話——現在當醫生要用心傾聽病人的心聲。

短短的五天，雖然對精神醫學這門深奧的學問依舊是一片茫然，不過之前一些錯誤的觀念卻在這幾天獲得修正。我想像中的“精神病人”跟一般的病人並沒有什麼差別。他們只是大腦裡面一些神經傳導物質出了一些小問題，就跟我們平常人偶而身體也會出一點小狀況一樣。透過藥物的作用，可以幫助改善他們的病情。而且我也了解到不是只有精神病人才要求助精神科，其實很多人都可以尋求精神科醫師的幫助。在精神科不是只有醫師在單打獨鬥，還有其他專業——護理師，社工人員，心理師，職能治療師——的幫助，在精神科的每個病友都受到這些專業的細心照料。而且在跟病友聊天的過程中，也從他們身上學到很多。有了這次的經驗，精神科對我而言不再是那麼神秘，而且也很高興能有機會能去精神科，雖然只是短短的五天。