「T走類風濕性關節炎病友會」會後心得

文/中藥臨床試驗中心 何惠雯 研究助理

「類風濕關節炎已經困擾我好久，其實不只是我，我們一家三姊妹都有這樣的風濕病因子，只是我發病的較早。為了控制病情，吃了十幾年的類固醇，體重從五十幾變六十幾，雖然劑量不高，但是手總是腫腫的，像麵龜、甜不辣，又怕骨質疏鬆，還要買鈣片、鐵劑來補，真的很怕小孩也有這樣的症狀！」這是一位四十來歲的病友，來電報名時表示對於治療方式相當苦惱，渴望透過衛教講座得到新訊息。

當我第一次參與病友衛教活動的籌備及規畫時，很慌張且摸不著頭緒。整個活動從無到有，從主題選定、流程安排、活動場地、文宣品的設計及講義排版印刷，對我而言都是一個全新挑戰，這考驗一個人的規劃整合及溝通協調的能力。這次的衛教課程內容從用藥、復健輔具之運用和病友的心得分享，內容充實也能與病友互動分享，整場活動可說是圓滿成功。

而整個活動能順利的進行更是需要整個團隊的相互合作及配合才得以圓滿。從一開始認為是例行活動的無耐到最後感到自己很榮幸能夠參與其中，這樣的心情轉折全來自於參與病友的回饋與感謝，沒想到我們一點點的付出，卻帶給病友如此多的受益，這樣的感動只有在你盡心盡力努力過後更能體會。

這次的病友衛教活動是我到職後籌畫的第三場病友會，每次現場病友的真情分享，都深深觸動了每一個人的心，而會後病友們提出的種種問題，以及因病痛帶來的不適和造成生活的不便，更是考驗著我們、鞭策著我們，讓我們思索下一場的病友衛教活動，除了帶給病友們關於疾病相關的醫療新知，改善及提昇病友的生活品質及飲食上的建議之外，還可以再多提供些什麼來幫助病友，我相信在每一場病友衛教活動後，看到參與的每一位病友及家屬滿足愉悅的笑容，更將是我們繼續不斷努力的動力來源。



圖一、病友們前來講座課程辦理報到手續



圖二、課堂上大家聽的津津有味