

珍惜靈魂之窗

文／李芬蓮 懷生中醫診所主治醫師

6月中旬，發覺右眼不適，用手矇住左眼，眼前一團黑色圓圈，看不到東西，方覺事態嚴重，心想也許是眼睛過份疲勞之故，仍照常上班看診，回家後趕緊休息，不閱讀。1星期過後仍未好轉，左眼視力也受影響。心裡確實吃驚，擔心靈魂之窗失明怎麼辦？

撐了1星期後，到台大門診眼科檢查。發現是黃斑區破洞，視網膜剝離。眼科楊中美醫師再度確認診斷後，建議我要趕快住院處理。說明先打氣入眼，如能使眼球玻璃液體流出，裂口密合，則雷射再密合即可，否則就要開刀動手術。聽得我心驚膽跳，當天立刻向院長請假。

欣喜接受高科技的治療

打空氣入眼球的小手術，前後不到10分鐘。高度顯微鏡檢查後找出問題所在，滴麻醉液，再打兩針氣體進入眼球。精湛醫術的楊醫師讓我沒有任何不舒服的感覺，先前的緊張害怕一掃而空。回到病房，依照醫囑，俯臥，眼睛敷冰塊，全心休息、養病，摒除雜念，放下一切。

第二天，眼前的一團黑圈不見，可以看到東西了，醫師說裂口有密合的跡象。如果恢復良好，隔天做完雷射治療就可出院了。一切順利，回家休養1星期，仍以俯臥為主。複診恢復良好，才銷假每天上班半天，1星期後確定沒問題，才恢復全職看診。那種失而復明的喜悅，實非筆墨所能形容。

宗教信仰扮演重要角色

在佛乘宗修習佛法1年多，這次生病，宗教的力量發揮了很大的作用。當得知自己的眼疾診斷

與預後，有些緊張，只有祈求南無本師大自在王佛的保佑，讓自己的心平靜下來。並帶著佛乘法樂與一個偉大宗教家的回憶CD到病房，一直播放。聽著平和優雅的音樂，引我安定與入睡。心裡祈求佛菩薩保佑，第一道手續就能成功，免於開刀的危險。

當聽到楊醫師說打空氣進去，只有50%的成功率，不是技術的問題，而是看個人的因素。這個時候我是無助的，更加寄望佛的保佑（人在生病時，是何等的脆弱啊！）。

由於有著宗教信仰的信心，以及自己高度的依照醫囑，除了吃飯，上洗手間之外，就是俯臥。觀察的2天期間，心平氣和，放下一切專心養病。終於奇蹟出現-恢復視覺了。心裡只有感恩，感謝佛菩薩的加持保佑，及眼科醫療團隊與所有照顧我的人，體諒我的羅院長以及親人的探望與鼓勵。

失而復明的喜悅與感恩

失而復明的喜悅與教訓，讓我再也不敢好強。為維護眼部健康，除了看診非用電腦之外，在家少開電腦，少看書，盡量讓眼睛休息。並喝胡蘿蔔汁1~2杯，補充維他命A與C，服用綜合B群維他命，強化視覺神經與安定神經。看診時一定喝明目茶（枸杞子、決明子、菊花…）保養，滋潤眼睛。

人多是到失去健康時，才知健康的可貴。高科技的電腦，雖然帶來許多的方便，無形中也帶給人類健康的危害。愛用電腦的朋友們，請好好善待你的靈魂之窗。適時休息，才能走更長遠的路。

翊

九月特價書籍

有效期間：93年9月16日至93年10月16日

1 竹書

定價：320元
價待價：260元



2 水產加工

定價：650元
價待價：520元



3 台灣花木害蟲

定價：850元
價待價：680元



豐年叢書內容豐富實用

敬請讀者訂購利用（郵購另加掛號郵資60元）

豐年社

台北市溫州街14號 郵撥帳號00059300財團法人豐年社洽詢電話：(02) 23628148分機30或31