




戒菸趁現在 愛愛更厲害


文／家庭醫學科主治醫師 陳亮仁


到底什麼人會來戒菸門診呢？一般人以為是：抽菸抽太多、走路會喘、咳嗽很厲害、痰很多的病人才會來戒菸嗎？事實上，可能跟您想像的有點距離，10個走進我戒菸門診的病人，其實背後有10個不同的人生故事。

 **65歲A先生**，40幾歲的時候，太太因子宮頸癌過世，從此進入沒有“新生活”的“待機”人生，獨自將兒子撫養長大，長大後的兒子很懂事，半推半就的幫老爸相親娶了一個外籍的美嬌娘，然而，菸齡40幾年的他赫然發現，“零件”早已不堪使用，偶然的狀況下，聽到隔壁60幾歲的老鄰居說，他戒菸後“新生活”多采多姿，很有“層次感”、“很有感覺”，心生羨慕，來到我的門診。你以為，他會直接告訴我：他不舉，所以要戒菸嗎？當然不會！這個故事是等他戒菸後，透過他的感謝信我才知道的。

 **B小姐22歲**，某連鎖酒店的紅牌，指名率非常高，某個酒酣耳熱的場合，酒客一句：「你看起來很年輕，應該沒有30歲吧！」刺痛了愛美又敏感的她，又在偶然的場合，因為酒駕的關係，來聽我在監理所酒駕班的上課，上課裡面有一張投影片，說明抽菸20幾歲女性的皮膚，脫水的狀況，猶如40幾歲的女性，無論妳用多貴的保溼產品都沒用，這晴天霹靂的投影片，把她帶到我的戒菸門診，你覺得，坐在我面前的她，會誠實的告訴我，她是因為那張晴天霹靂的投影片，所以才會出現在我的戒菸門診嗎？當然不會！她來的時候只是安靜的坐下來，言簡意賅的說「我要戒菸！」她的故事，其實是治療關係建立後，衛教師告訴我的。

 **C醫師**，本身是小兒科醫生，非常愛小孩，戒菸的理由是：他帶的實習醫師，在期刊研討的報告中提醒他，小孩的夜咳跟抽菸有關，儘管C醫師已經很留意，抽菸時都盡量待在戶外，但殘留在衣服上的三手煙，可能是他兩歲小孩持續夜咳的原因，這麼愛小孩的他，無法忍受任何可能對他孩子造成傷害的事。

 **D師兄**熱衷於競技式運動：雖然公開場合沒透露過，但其實，快50歲的他，還是希望，有天能圓國手夢，只是國手選拔每每進入第三輪複賽：他就因體力不支而落敗，而我不經意的一句：「如果你戒菸的話，搞不好恢復的肺功能，能讓你挺進決賽？？」雖然，後來他沒有成為國手，但他卻因此戒掉了30幾年的菸癮。

 **E小姐52歲**，原本菸癮不大，三年前，老公有了小三，他開始沉溺在菸酒的人生，想戒菸，卻總在喝酒之後破功，幾天前因喝太多，食道吐到撕裂傷吐血，離開急診時，原本絕望的她，眼前是燦爛的秋陽與爽朗的晴天，她忽然覺得，時間到，夠了，他應該走出失婚的悲痛了！是時候該開始新的人生了！E小姐於是出現在我的戒菸門診。

在門診協助病人戒菸的過程中，每個病人懷抱不同的心事與願望（動機）走進我的戒菸門診，我知道，若我對他們走進診間前背後的人生困境（動機），能有多一點點的瞭解，那麼，能力有限的我能幫的上忙的機會，就會大一點，醫生其實是很不賴的職業，在不同人生故事裡，除間接“遇見自己”，也對人生，有不同於其它行業的角度與視野。