

知識就是力量，抗病亦然！

盛暑季節來臨，遠離了令人筋骨僵硬與關節痠痛的冬天，多數病友應該都能感受到春夏是較舒服的季節。建議大家，多利用清晨或黃昏，太陽不那麼熾熱時，就近至公園從事戶外活動，並時時注意補充水分及鹽分，避免因為過度流汗導致低血壓或低血鈉，也要注意衛生，多喝水，多活動，預防泌尿道的感染。若能利用暑假與家人出遊則更為理想，舒暢身心，出遊期間也別忘了規則服藥。

本期刊物的專題是介紹外科治療。對於接受藥物治療多年、正為藥效反應起伏不定，行走困難所苦的病友，可能正在考慮外科療法。本期詳細介紹了「深腦刺激術（DBS）」，讓大家了解其適應症，手術過程，放電原理及治療成效，為大家帶來手術治療的基本知識與新知。此外，飲食、音樂也都有益於大腦活性之保養，我們特別翻譯了國外有關莓類保健神經系統的報導，專訪台大醫院營養部鄭金寶主任談抗氧化食物，介紹音樂治療在巴金森病的研究等，以提供病友非藥物治療的另類療法。

居家的照顧與生活的安排是病友與家屬每天都要面臨的事情。職能治療學的黃小玲老師特別教導我們如何創造安全的居家環境與有趣的生活；楊文傑物理治療師提供解除便秘的好方法，編輯室提供游泳池邊的水上運動，室內伸展活動，以及非常實用的申請外籍看護工的程序。

家人與醫師是我們在抗病過程最信賴的夥伴。在刊物的最後，我們與大家分享了照顧者與病友的心聲與美術作品，專訪目前台灣學界代表巴金森症與其他動作障礙疾病學術與研究推廣的「台灣動作障礙學會」理事長林瑞榮醫師。林醫師身兼醫師與病友家屬雙重身分，特別與大家聊天。在他的觀察中，對疾病的知識越正確，日常生活及就醫過程就越輕鬆順利。藉此，我也要呼籲大家，撥冗參加本協會或其它病友會定期舉辦的教育講座，結交朋友，提出問題，瀏覽協會網站的影音檔，閱讀相關書籍。期待大家藉著知識的力量與正向的態度，一起來抗病，享受美好的人生。



台大醫院巴金森症暨動作障礙中心主任
台大醫學院教授
世界動作障礙學會亞太地區分會主席

吳瑞美