

序

理事長的話

癲癇是神經科非常重要的疾病。癲癇和其他神經科疾病最大的不一樣是它屬於腦部陣發性疾病，只要腦細胞沒有放電或漏電時，病人和正常人幾乎完全一樣。另外癲癇可發生於嬰幼兒、兒童、青少年、成人及老年人不同族群，這和許多神經科疾病如腦中風、失智症、帕金森氏病都是發生於老年人不一樣。造成癲癇的原因可能是病因不清楚也可能是腦部先天或後天病變如頭部外傷、腦腫瘤、腦中風、腦出血、失智退化造成的。因為這些特徵我們身邊很可能都有這些病患，病人可能是你家人、親屬、同學、朋友、同事、學生。所以徵文比賽參加者有癲癇朋友及社會人士這其中包括國小組、國中組、高中組及成人組。

今年參賽者和往年相比質和量皆增加，雖然有名次和獎項不同但文章作品皆優美難以取捨，未入選者或許有遺珠之憾但所有作品皆真實反映出病人本身的心境及旁觀者的感覺。在現實社會中癲癇或許有些被誤解但在醫師眼中癲癇和其他神經科腦部疾病並無不同只是呈現方式不一樣。徵文比賽提供了病人朋友本人及週邊朋友互動的平台也希望讓社會大眾可以體會及瞭解腦細胞放電或漏電當中發生的許多故事，並期望大家閱讀文章作品後有更正面的觀點。

最後本人代表台灣癲癇醫學會恭喜獲獎及入選朋友，我們大家彼此鼓勵，共同為癲癇這個古老疾病努力！

加油！

台灣癲癇醫學會第十四屆理事長

周 碩 彬

2018.4.21

得

癲癇朋友

目 錄

獎

國小組

作

品

第二名	愛無所不在	嚴莘瑜	1
-----	-------	-----	---

國中組

第二名	沒有不可能只要我願意	李螢蓁	3
第三名	相信自己相信愛	李旭豐	5
第三名	癲癇	蔡宜臻	6
佳 作	對癲癇友善包容	唐祖恩	8

高中組

第一名	只求一個穩	葉蕎茵	9
第二名	它與命相連	顏嘉君	12
第三名	即使世界不斷讓你失望也要繼續相信自己	蕭宇婷	15

成人組

第一名	旅人	江雨潔	18
第二名	微笑看世界找回自我色彩	葉佳佩	23
第三名	請你先改變你自己	劉沛清	31
佳 作	夢幻的欣慰	林秀芬	34
	倒吃甘蔗的充實人生	曾幼玲	38
	那就這樣吧	李昭慶	41

得

社會朋友

獎

國小組

作

品

第一名	擁抱放電的天使	趙家亨	43
第二名	如果有魔法	陳品妤	46
第三名	我在你身邊	李宥霖	48
佳 作	關懷癲癇情	謝秉佑	51
	癲癇不可怕	易 昀	53
	敞開心房學習接納	侯俞綺	55

國中組

第二名	一份同理 一份關懷	蔡欣穎	57
第三名	以欣賞之念融化寒冰之心	蕭郁琦	59
佳 作	愛 癲癇	林思妤	61
	我的癲癇同學	邱振庭	63
	關懷癲癇患者	林昱秀	65
	關懷癲癇	葉芊芊	67

得

社會朋友

獎

高中組

作

品

第一名	平頭男孩	陳卓希	69
第二名	重新展翅的天	吳庭儀	72
第三名	顛覆偏見 癩接關懷	蔡昀姍	76
佳 作	一份特別的禮物	柯宇珊	79
	我不是怪物我只想有雙隱形的翅膀	吳沛珊	81
	認識癩癩 學會將心比心	廖婉君	84
	點綴生命的過客	郭品萱	86
	珍惜	郭孟萱	89

成人組

第一名	生命的畫匠	陳柏翔	91
第二名	凝聚的彼此；凝視著你	陳鳳婷	95
第三名	回歸主流的路上一承憲 Go! Go! Go!	林榮淑	98
第三名	陪伴	李智揮	101
佳 作	我的馬吉伊比利斯	彭徐鈞	106
	顛覆愛的可能	莊明慧	109
	友善的自傳協作者	黃勤文	111
	老師的愛心	游福生	113
	希望與勇氣 勇敢面對癩癩	蔡昌儒	118
	一路走來的點點滴滴： 一位癩癩媽媽與癩癩女兒的血淚成長史	洪慧慈	121



癲癇朋友 | 國小組 第二名

愛無所不在

嚴莘瑜

一直以來，大家都覺得癲癇這種病很恐怖，很多人都因為這種病會抽搐而感到害怕。

之前，我暈倒過很多次了，還沒去檢查以前，媽媽一直以為我只是貧血或血糖較低而已，吃點糖果、巧克力就好了，所以沒有太在意。

直到有一次，我們一家人到日本東京玩時，因為集合時間快到了，所以媽媽拉著我用跑的，想要快點回到集合地點，但我非常不舒服，感覺整個世界開始瘋狂的轉圈圈，原本艷陽高照的溫暖午後，頓時變成了黯淡的土黃色，還加上一些像雲一樣的不明物體，飄來飄去，還有黃、藍、綠、紅、紫等不同顏色，然後，我失去了意識。

不知道過了多久，我隱約聽到「快醒醒、快醒醒」的聲音，然後，我看到了很多模糊的人頭正看著我，有一個不認識的阿姨給我一顆糖，味道很像舒跑，還有一個叔叔開車經過，停下來說了一大串聽不懂的日語，應該是問我們要不要幫忙，要載我們去醫院之類的話。事後，媽媽跟我說，我當時是整個人癱軟趴下，媽媽抱不住我，所以我摔到地上了，我的褲子因此破了一個洞，而且當時我全身抽搐，很可怕，媽媽嚇了一跳，走在我前面不遠處的雙胞胎姊姊也嚇到不敢動。

回台灣後，媽媽帶我去醫院，做了很多檢查，確定是癲癇，幸好只是輕微的，醫生說只要不要壓力太大或是受到刺激，應該不會常發病。因為我們對癲癇這種疾病不了解，所以媽媽上網找了很多資料，告訴我要如何預防發作，也提醒學校老師留意我的狀況。

我很感謝在我發病時關心我的人，就連不認識的人也熱心主動伸出援手，不會因為發病時抽搐的可怕情形就遠離我，我覺得癲癇就像一般的疾病一樣，

雖然嚴重的時候可能會致命，但細心護理的話，不只可以減少發病的機會，也會減輕症狀，現在我很少發作，症狀也輕微，偶爾才會頭暈。

因為我的病，我們開始接觸了很多相關資訊，才發現很多人對癲癇有許多錯誤的認識，例如以前的人認為癲癇發作時，要讓病人嘴裡咬東西，這其實是錯誤的，這樣反而容易害病人發生危險。媽媽常說，生病並不可怕，可怕的是無知，只要我們了解它，就能跟它和平共處。所以，我常跟我的同學說，不管是做什麼事都不要催促我，避免我太緊張，如果我發作了，也千萬不要讓我咬東西。

媽媽也常常提醒我，不只要學會和癲癇共處，也要隨時幫助別人，當我發病的時候，很多陌生人幫助我，所以我要心存感謝，時常幫助他人。



編者小語：

莘瑜小朋友：

你說的很正確，當癲癇發作時常常需要身旁的人伸出援手。但是確實很多人對癲癇有許多錯誤的認識，因此很少有可以幫得上忙的，因為他們沒有接觸過癲癇，這正是我們要努力的方向。

喔，請多告訴大家，把手指伸到患者的口中是錯誤的做法！



癲癇朋友 | 國中組 第二名

沒有不可能只要我願意

李螢蓁

這學期剛開學不久，即接獲說擁夢飛翔這次出版刊物想來採訪我的求學歷程，起初我不太願意，但是最後還是接受了。看到黃老師所為我寫的稿後，深深的覺得文筆能力好的人可以透過文字來使人明白，真好！但對於我還需要好好的學學，現在我也想用文字來寫寫看，因為就如此篇題目「沒有不可能，只要我願意」。

在幼稚園大班下學期，我被評估為學習障礙者，因已耽誤了黃金時間，所以我的父母親積極的安排我上各大醫療院所的早期療育的課程，所以在小一、小二時，我與同儕的程度也相較不遠，原以為我可以用努力來取代我先天的不完美，但是就在小二下學期，放完春假回到學校上課的第一天，發生了我人生中最不願意去回首的危機，我放完課本於教室後的置物櫃，準備返回我的位置等待放學時，那個同學突然伸出他的一條腿，當時我來不及反應，頓時身體往前傾，造成右側頭部撞擊到桌角，桌子因強力導致位移，胸口撞擊到那個同學的膝蓋，左腳直接撞擊地面，當時痛到無法步行，由同學攙扶著我走到校門口，在看到父親那一刻，我頓時淚流滿面，由同學告訴父親事件的經過，回家無法爬上階梯，由父親背著我上樓到家，到家後父親急忙打電話詢問老師有無撞擊到頭部，老師回答說：「不清楚，老師當時面向黑板，只聽到一聲很大的撞擊聲。」當時父親見我腳腫大的像隻象腿，所以先帶我到中醫去就診，只是父母親覺得怪怪的，因為我從放學回家後就一直昏昏沉沉的，一下發燒、嘔吐、昏睡，隔天，媽媽幫我去請假，問了同學才知道我的頭有去撞擊到，趕忙帶我到臺大兒童醫院就診，醫生幫我安排檢查，一星期後看報告，醫生看完報告說先吃藥，半年後血塊若無法排出則需開刀，父親聽到報告當天擔心到發生車禍，幸好對方醫生問明原因後便不再追究。因在臺大醫院一直找不到適合我的藥物，所以一直處在頭痛不已的狀況下，母親於一年半後遂將我轉診至林口長庚醫院，一段時間後，我確診是癲癇，屬創傷後的癲癇，至今也服用藥物好幾年

了，狀況時好時壞。

小五的班導師直接在班上宣佈了我有癲癇，同學全部議論著，好像我是個怪物似的，同學有的更誇大我的症狀說我發作起來會如何如何，所以我的國小高年級生活並不快樂，當時或許是壓力等等的關係，使得我的癲癇小發作不斷，有時會差點被噎住，最後大癲出現了，其實我的癲癇發作的症狀如口中會吐出小泡沫、頭會悶痛，最嚴重的是頭會劇烈疼痛，且那時候頭部會瞬間飆到四十幾度，好似頭要爆開似的，發作時間約二十分鐘左右，過後全身會呈現無力，而且之前某些記憶會喪失。

因為高年級老師的一句話「快樂學習安樂死，此乃教育界之至理名言。」讓我記憶深刻，為什麼學習要是痛苦的？所以我一定要克服，我反而更積極的去參加競賽，如閩南語朗讀或者各類檢定，對於閱讀障礙的我考了三次，終於也讓我考到中文檢定初級了，而閩南語朗讀我也得過佳選及全年級第二名喔！我也有通過今年總統教育獎的初選，最近閩南語檢定考也基礎級通過了，所以我要告訴所有人，不要因為自身的殘疾而自暴自棄，反而更要證明自己不是那麼容易被擊敗的，所以「沒有不可能，只要我願意」，加油！



編者小語：

螢蓁小朋友：

從未見過癲癇發作的人，首次碰到時多會被嚇到臉色蒼白手足無措，因為不了解或錯誤的認知而產生偏見，把癲癇朋友當作怪物。

癲癇確實極易因壓力而誘發，癲癇發作後若發生嘔吐，確實也極易發生噎住甚至窒息之情形，此時應側躺並由他人協助清除口腔異物。癲癇大發作後很多人因腦腫脹會有頭痛，也會全身無力，部分記憶喪失。預防之道，唯有遵醫囑好好吃藥，以完全不發作為目標。



癲癇朋友 | 國中組 第三名

相信自己相信愛

李旭豐

我是個自閉兒，幸虧父母發現的早，讓我在未滿三歲的時候就積極的去參加各醫院的早期療育，讓我可以過一般生的教育生活，謝謝大家！

我以為可以如此生活下去時，在一次國小上學途中，被一台逆向趕上班的婦人迎面從左側頭部撞擊，旋轉一圈後倒地昏迷，經過一連串的檢查、就醫，唉！就這樣得了創傷後的癲癇。

我該怎麼辦？其實我也不知道，我只知道我不舒服，從小我對痛覺就不太敏感，所以，當我感覺到痛時，就必須住院治療了。雖然如此，不服輸的我積極的訓練加強我的體力，我希望我能盡量不去麻煩別人，因為未來掌握在自己的手中。雖然發病的時候無比痛苦，但是，我可以從一個不與人接觸的生活，到入普通班求學，相信我也可以和平的與癲癇當朋友。

這一路以來，在求學路上，有許許多多愛我的老師、同學，以及我最親愛的父母及兄姊，您們的愛與支持，讓我一路上不覺得孤單，相信有您們的愛相陪，我一定可以的，加油！



編者小語：

旭豐小朋友：

你是個勇敢的小朋友，難怪你的老師、同學對你都愛護備至。確實癲癇因為發作的時候，常常會神智迷糊，自己並不知道，如同你一般，因此常需家人或朋友的協助。你真幸運，有那麼多愛你的老師、同學、父母及兄姊。請你繼續提起勇氣，向陽光邁進，更要以餘力幫助其他仍陷於幽暗深谷的癲癇朋友們。

癲癇朋友 | 國中組 第三名

癲癇

蔡宜臻

癲癇讓人無法控制自己的情緒。

我得到癲癇，就無法控制自己的情緒，小時候睡前都會哭，有一次被媽媽發現我在哭，媽媽就進來問我為什麼事哭，我就說：「不知道。」，之後媽媽就叫我不要哭了，就因為這樣一年級剛開學幾天，我每天都坐在教室後門一直哭，我也不知道自己是因為太緊張還是癲癇的關係，就這樣每節下課都哭，整整哭了一、兩個禮拜，後來我也不知道怎麼樣了。

在安親班睡午覺，午覺起來自己怎麼在我床上，還好幾次，結果到了國一下學期量完身高體重，阿姨突然叫我留下來，還問我奇怪的問題：「你最近有沒有去看醫生？」。我說：「沒有。」，晚上我就跟媽媽說今天的事情，後來我才知道我得到了「癲癇」這種疾病，媽媽在說我為何會得到這種病，我還笑得很開心。我會笑可能是因為我不覺得我得到這種又不會怎麼樣，我還是一個正常人，只是得到這種病而已；而且又沒有很嚴重，只要用藥物控制定期回去看醫生，我的病還比全身痙攣的人，還要好。每天都當一個正常人就好了，可是我的時間會比其他人還要少，因為醫生說要睡滿九個小時，我只好每天九點就去睡覺，剛開始爸爸還是會叫我去睡覺，到後來自己就自動上床睡覺，前幾天還發現，原來睡滿九個小時是一件很好的事，到後來就變成一種習慣，可是我有時也會到十一點才睡。

剛開始吃藥時都會有副作用，可是醫生說那沒關係，剛開始吃藥都會有副作用。我一開始去看醫生前幾天都超期待的，因為可以請假，所以我超期待，第二次去我有做腦波，做腦波需要快三、四十分鐘，還要我六點起床，可是不用上課和看完醫生也可以去一樓買東西吃，雖然我有時會討厭我為何會得到「癲癇」這種病，因為護士阿姨有在學校演講過，我們班的男生都拿「癲癇」的症狀，來形容一些男生表演的詞語，所以我對那些詞語很敏感，可是我也感



謝讓我得到「癲癇」，因為我就可以體會身體有生病的人，我們班也有一個人生病，他的病因，是智商比較低，我剛開始也討厭他，到後來我知道自己得了「癲癇」，我也很同情他，他也不想要自己的智商低，幸好我們班的同學人都很好，所以我和他都沒有被排擠，還很照顧我們。

這世界上我覺得我很幸福，因為有家人的疼愛和愛護；還有朋友和同學的友愛，我不需要嫉妒他人，只要做自己就好了。



編者小語：

宜臻小朋友：

你文中寫到，得到癲癇後就無法控制自己的情緒。確實很多癲癇朋友都有情緒問題。部分是因為受到誤解、打擊，有的則因合併症，或者因為所服用的抗癲癇藥物之副作用所導致。

在這個步伐快速的科技社會中，許多人都承受著無比的壓力，我們的家人亦然，惟有努力控制情緒，專心服藥，才能報答家人和朋友的關愛。

癲癇朋友 | 國中組 佳作

對癲癇友善包容

唐祖恩

我自己是癲癇病人，我媽媽在我出生的時候吸毒，所以我的左腦有時候會放電發出訊號。我現在就讀花蓮化仁國中，我只希望社會人士多多關心了解癲癇病人的苦呀！因為有時候會很不舒服。

我了解癲癇病患，我們也不願意得病的，只要按時吃藥，我們就會好好的，不用害怕我們，我們是很善良的人。平時除了吃藥，我非常愛吃水果，像是火龍果、芒果、蘋果……。多吃水果帶給我希望，讓我心情好。有次我去照腦波，照腦波很像是去睡覺，當我沉睡時醫生叫我起來，醫生叫我去看我的情況，原來一直都是左腦在發電，終於知道我不舒服的原因。

我並不願意這樣，我們都不願意這樣，所以社會大眾請多多關懷癲癇的我，對癲癇患者友善包容。



編者小語：

祖恩小朋友：

你文中寫到，希望社會人士多多關心，了解癲癇病人的苦。是的，縱使台灣癲癇醫學會和台灣兒童依比力斯協會努力了二十多年，癲癇衛生教育的普及真的還不夠，讓許多癲癇朋友仍然飽受現實無情的奚落和折磨，這是每個醫護人員、家屬、甚至是癲癇朋友及其家屬的責任。

讓我們一齊努力，使社會大眾多一點關懷及包容！



癲癇朋友 | 高中組 第一名

只求一個穩

葉蕎茵

熟悉的嘈雜，熟悉的人來人往，冷峻而生硬的白色巨塔，眼前是迷迷糊糊，心理建設卻是一清二楚，無力的不會有一點反抗。因為我知道，我肯定又是被「抬」進來的。閉起雙眼，我不想再看，不想再想，不想再思考：媽媽的雙眼不管偽裝多堅強，都藏不住那些心疼的悲傷和害怕失去的想像；不管我有千百個不願意再看到那些赤裸裸的針頭，但它依然會按醫師的一聲令下，毫不猶豫，不容我有一絲忤逆與躲藏；那些疊的不能再高的高三課業，隨著我「放縱奢侈」的病假，壓力與自卑，天天在平方，追不上的無力感，無限伸張。

「癲癇」，這個名詞在我有記憶以來，就不斷在耳邊被覆誦著，不管是醫師的名詞解釋，還是眾人的胡亂猜測，十七年來，我早已不想再追究它的真正意義了。艱澀的名詞分析，太過冷峻與孤傲，永遠只會一板一眼的學理叵測，事實的清晰只會震驚的讓人難以想像。眾人的自以為懂或者以訛傳訛，批判太多，溫度太少，真能捨身站在不同角度思考的人，能有幾個？不敢奢望。

十七年來，我一直在尋找一個我能「站穩」的地方。毫無預警的雙腳無力，毫無預警的跌倒受傷，從小我就是如此，腳上坑坑巴巴的疤痕，早已讓現在的我可以笑笑地告訴你，「沒事，我很好」，咬著牙勉強著自己爬起，其實我想說的是，我跟你們一樣，只是「不小心跌倒…」。隨時都有可能出現的昏厥、口吐白沫，逼得我永遠只能坐在教室的最前排，接受眾人的目光，兒時的他們只知道面面相覷避開為妙，長大後的他們卻是自以為懂的假藉關心，背後言語的一派輕鬆，心寒的讓人不敢想像。為了證明我和大家一樣，中學時我名列前茅，高中時我考上第一名校，不為什麼，就只是為了證明，我們的一樣，可是身體卻每況愈下，每當我愈想做好，命運就好像愈愛開我玩笑，高中後，進出醫院的次數愈來愈頻繁，奢侈的病假讓我只能呆呆地望著課本讀著似懂非懂的文字，不再可能名列前茅，甚至連未來都是問號。

小時候最常問媽媽的問題是我能不能不再吃藥了，長大後才明白，原來我要問的問題是我到底會不會好。那些什麼「與癲癇為友」之類的話，說的輕巧，但其實都是口號，至少我是這樣認為的。從小到大，每天三種以上花花綠綠的膠囊，外加像芥末和廚餘混合體的藥水，早晚服用，顧的像仙丹一樣。有的時候，我多想多想把手上的藥丸通通一把撒在地上，多想多想就這樣永遠閉起雙眼，不再干擾愛我的人，不再殘害我愛的我，但我知道，這些想法都太天真太不負責任也太不切實際了，最後最受傷的往往都是最愛的家人，滿口徒勞。

吃了這麼多年的藥，這種「能不能不吃藥」的蠢問題，早已不敢再提了，不是心灰意冷，也不是對自己沒信心，而是我漸漸能明白，人生有很多事情是強求不來的，很多事不是我怨天尤人就能改變，甚至連努力都會徒勞無功，唯一掌握在自己手上的是心態，正確的心態才能給自己一條更長遠的路。我只求自己一個「穩」，穩穩地跟自己競爭，穩穩地前進，或許有時我會發作跌跤，又或許我會無力向疾病抵抗，即使如此我也知道，癲癇依舊是我到目前為止最穩的依伴。

現在的我，已經不再需要那些自卑感和太多的自尋煩惱，因為我知道「穩」才是我最心安的依靠。其實「穩」就是對自己誠實，勇敢坦然的接受自我，不再在乎那些所謂的完美不完美，因為現在我明白，我才是我的獨一無二，能夠穩穩的佇立，不再隨風飄盪。



編者小語：

蕎茵小朋友：

你的文筆很好，應是徵文比賽的常勝軍，這篇文章深深地觸動每個人的心，大家都聽到了你內心的吶喊！

你說：「與癲癇為友之類的話，說的輕巧，但其實都是口號」是的，但是這句話至今不知鼓舞了多少癲癇朋友，其他的病不也一樣嗎？真實世界中，比癲癇嚴重的病不知有幾何！許多癲癇隨著年齡增長都會逐漸減輕甚至康復根治



的，這是不變的事實，可能原因包括荷爾蒙的改變及基因的因素。

你很堅強地熬了過來，請繼續堅持。最近幾年發明的新藥副作用較少，療效好，副作用亦少，也許可以在課業上對你有所助益。但不要喪失信心。終有一天，你一定不必再與癲癇為友。

癲癇朋友 | 高中組 第二名

它與命相連

顏嘉君

有一隻喜愛自由的小鳥，牠每天都自由地飛翔在牠最愛的藍天，直到有一天，有一個帶著獵槍的獵人出現了，獵人將獵槍高舉，瞄準小鳥的羽翼，小鳥並不知情自己已成獵物，槍聲響起，小鳥的羽翼就這樣被射穿了……

隨著時間墜落，小鳥知道自己離藍天越來越遠，牠的眼眶便落下了淚水，因為牠再也無法靠近藍天了，從那刻開始牠的自由消逝在牠的世界裡，成為一隻折翼的小鳥。日子一天天的過，牠嘴角的笑容也隨著時間緩緩淡去。站在低處，牠看著藍天，想像著自己正在飛翔，眼淚滑過臉龐不停地墜落，只能慢慢地等待眼淚乾涸。時間流逝，這隻折翼的小鳥，開始接受那不完整的羽翼，開始期望自己可以再度自由的飛翔，等待奇蹟的到來。

我就如這隻折翼的小鳥，一生的輪迴，一次的轉世，降臨到這世上。從小體弱多病的我，只要一感冒就可以病超過三個禮拜，也很容易發燒；同時身上也有天生性過敏，還有著容易貧血的體質，不過這些病都不嚴重。國小五年級時，又有一個「戰友」降臨到我身邊，沒錯！它的名字叫「癲癇」，從那一刻開始，我們的命便緊緊相連。

這個戰友的現身一開始讓我覺得不知所措，甚至讓我有點崩潰，知道病況的當下我心中有了一個想法：我會不會因為這個病而發生什麼事？可是在醫生的安慰下，他說只要在藥物的幫助下便能控制病情，因此我開始吃藥，在第一次病發之後，我也定時前往醫院複診。

有一次我在補習班發作了，那一刻，我在天堂的大門口逛了三秒，直到我清醒的那刻，我才意識到，原來…我與死亡那麼相近，我開始害怕，也祈求上天不要再讓我進去了。

六年級時我又再度發作，我開始在想：這個戰友是不是討厭我，因為這次



的發作我的藥量增加了一些。漸漸地我開始厭倦吃藥，時不時不吃，因此上了國中，我的國中前兩年也依序發作，為何不說是三年呢，因為第三年，也就是我國中生涯的最後一年，我生活的無比開心，作息正常，因此我並沒有發作。

升上高中後，在學時的第一年我又發作了，那年我過的非常的憂鬱，也常晚睡才會導致這樣的結果。高一的第二學期時，我聽到一些有關我小時候的事，我的爺爺有著重男輕女的想法，我的姐姐出生是很得爺爺奶奶的寵愛，因為她是長女，而我是次女，因此在那時爺爺奶奶幾乎都不會關心我。而近年來我又有個弟弟了，他變成我們家最受寵的孩子，我也不會去嫉妒，因為我已經長大。可是不知道為什麼，我會因為他們對我跟姐姐的差別待遇而氣憤。我跟保健室阿姨是熟識，因此我將一切都告訴她，她說我這是嫉妒，聽到這句話我冷笑了一聲，心裡也一直不斷想：我為什麼要嫉妒。在成績上媽媽也常拿她跟我做比較，也發現身上的病比她多，想了很久我承認了校護阿姨說的嫉妒，阿姨安慰了我，使我情緒爆發，我將一切的不滿由淚水而發洩出來。那天我整整哭了一節半課的時間，我見識到自己的鬱悶，爾後我開始接受自己這不完全健康的身體。

「癲癇」成了我生命的一部分，我以包容的心態去迎接它，使它融入自己的生活，在今年我還未發作，我希望它可以繼續與我奮鬥，使我身體的體力能逐漸回到國小前四年的樣子，更希望能下水游泳。生命的循環終究是生老病死，這是自然界中的潛規則，我們無法反駁，我接納了這個來自神賜的指示，在未來我將與它攜手共存，因為它……與命相連。



編者小語：

嘉君小朋友：

你的心聲相當感人，你說希望能下水游泳，當然可以的！

許多錯誤的觀念覺得癲癇朋友不能運動，其實，很多癲癇朋友在運動方面是很傑出的。在國內的就有田徑金牌選手、馬拉松選手、游泳隊長、跆拳道

校隊及超級鐵人三項女子選手，國外還出過一位自行車奧運銀牌選手名叫瑪莉安，她幾年前還來台灣和癲癇朋友一起騎車遊高雄愛河。

只要有心，是沒有做不成的事，游泳是很好的有氧運動，當然我們也要做好充分的防護措施，例如下水游泳時，水太深的地方不要去，最好有父母、師長或同伴同行，攜帶浮具…等。



癲癇朋友 | 高中組 第三名

即使世界不斷讓你失望也要繼續相信自己

蕭宇婷

說到了愛，不管是友情、愛情、還是親情，全都包含在愛裡，要得到愛必須先愛自己，學會了愛自己，許多事情的最根本都是建立在愛的基礎之下開始萌芽，不管是曾經來到你身邊、經過你身邊的人事物，至少我們都被愛過或曾經愛過，也因為他們的加入或離去，我們的生活才會變得更有意義。生活裡沒有弱者，離開了你不愛的人，你依然能活得很好，唯一需要做的就是比現在的自己過得更好，丟掉的東西不必感到惋惜，或許那些離開你的都不曾屬於你，真正屬於你的，你不必強留，而最不能丟掉的是你的自信與原則。關於自信，你是否有好好的去做自己，關於原則，寬容能化解你的心痛，沒有人是完美的，每個人都會犯錯所以我們用正確的態度去善待別人，秉持著自己的原則並不代表你不講理，因為寬容必須用正確的態度和原諒，不然就會變成縱容。

生命中有許多的事，有困難的事、有使你挫折的事，而每個人心中是否都有段這樣的過程，但因這段過程讓你成長許多，不再在意別人的異樣眼光、批評的言語、令人感到害怕的霸凌。在我的成長路上有個最大的事情要面對，我相信正常的你不會去遇到的，那就是身體上的缺陷，而不斷的遭受同學、朋友、路人甚至陌生人的攻擊與異樣的眼光。我是個腦性麻痺的人，就在十二歲那年，我的身體開始出現了微微的症狀，首先頭痛、頭暈、手抖，幾乎每天到保健室報到，一開始的我感到害怕恐懼，到了醫院做進一步的檢查，核磁共振、腦波、磁振造影……等檢查，直到症狀慢慢的明顯出現，經過醫生的診斷後確定是「癲癇」，開始吃藥後一天都要吞快 10 顆的藥才能控制減少發作，就這樣癲癇變成了我的好朋友。我必須學習如何和他共處，時間一年一年的過去了，癲癇也當了我 6 年多的朋友，這期間有時好、有時壞，功課考試壓力的關係讓我有時特別的常發作，吃驚、害怕、委屈的過程，就像被丟到井裡看不見天空的美，只見黑暗的世界，不管去到哪裡，總是會有人閒言閒語的，不管是國中小學，在學校裡、班級裡，總是會被人欺負嘲笑，是語言也好、肢體也好、團體也是。

直到了有個老師跟我說句話；「無論生活中你遇到了多少你不喜歡的人事物，你就是你，沒有人能定義你的存在，生命掌握在自己的手中，你只有接受過去和現在的模樣，才会有力量去追尋屬於自己的未來」我花了一段時間才了解這句話的意義，花了很長一段時間才搞懂自己是誰，或許對於這個世界我是誰沒那麼重要，當我認清自己後，這些對於我自己來說，我不再盲目的去追求那些不屬於我的東西，我懂得調侃自己，懂得自己的快樂也懂得自己的眼淚，我不再害怕別人的閒言閒語，也不再放棄自己想要的東西。

無論是好是壞來到了你的生命中，我們都應該要學著去接受，接下來的路還很長，還會有更多的打擊出現在我生命中，這個世界不會因為你而有所改變，改變必須從自身做起，與其逃避，不如大膽地成為自己心目中想看見的那個希望。

即使這過程很長很累，但是我知道我走過來了，你也可以。我們都是來學習，無法看透他人，也成為不了別人，但要記得，我們要向更好的人學習，在學習模仿的過程中我們才能透過他人看見自己的價值和意義，我們都會抱怨人、環境、心情及別人怎麼看我們。

我也曾經如此，但現在我知道，其實那些都不是那麼重要，我們真正的價值，是自己怎麼看自己，沒有人能主宰我自己，除了我自己以外，我的未來終究是要我自己要負責，前面的路程還很遠，自己知道不能停，所以還是要一直不斷的相信自己，相信愛，學習做一個勇敢的人，去承受生命所帶給自己的每一巴掌，因為我相信一切都會好起來的，即使不是在今天，總有一天會的。

做自己，不因身體的缺陷而阻礙夢想的追逐。我經常在想，很多時候，真正約束我們的，或許不是身處的環境，也不是別人異樣的眼光，其實是自己。如果我們一直不斷地在乎別人怎麼看我們，我們只會一直是別人眼中的奴隸。

如果不能打破心的枷鎖，即使給你整片天空，你也找不到自由的感覺。別人怎麼看你，其實一點都不重要，真正的價值，是在於你怎麼看你自己，沒有人能主宰得了你，除了你自己。所以，未來的路是為自己而走的，努力與堅持到最後的毅力也是自己得到的，於是堅持下去，總有一天一定會看到自己努力的成果。



編者小語：

宇婷小朋友：

你文中寫道，你吃驚、害怕、委屈的過程，就像被丟到井裡看不見天空的美，只見黑暗的世界，不管去到哪裡，總是會有人閒言閒語的，不管是國中小學，在學校裡、班級裡，總是會被人欺負嘲笑，是語言也好、肢體也好、團體也是。

這些都是因為社會上還有很多人不瞭解癲癇所致，這是我們大人的責任，我們很慚愧。台灣癲癇醫學會與台灣兒童依比力斯協會在過去 20 多年間，曾請許多醫護人員親赴全台上千間國中小學，甚至高中、大學及幼稚園，對全校老師做癲癇宣導，也持續每年在台灣各縣市舉辦學校行政人員及校護癲癇研討會，目的正是希望老師們能帶領其他孩童了解癲癇，減少如你所說的不當對待情事。

我們會繼續努力，請再給我們機會來彌補，也歡迎妳一起加入並號召親朋好友共襄盛舉！

癲癇朋友 | 成人組 第一名

旅人

江雨潔

不知不覺中，我在「治療癲癇」的旅程中，六年至七年的時間已經過去，從我十二歲到現在十九歲，這趟旅行太遠，而我沒辦法停下或終止，甚至我不知道何時會結束，我曾感到疲憊不堪，但我只能不斷告訴自己努力和堅強。

—有一段旅程叫做迷惘，又有誰未曾迷茫過呢？

有人曾經問我為何能那麼勇敢？勇氣是誰給你的？

我總是告訴他們：「我的力量來自家人還有朋友，更多的是不甘心。」

從第一次發病的恐懼和無助，到現在無數次的發病後，我懷著的，是一顆既無奈又悲憤的心。

我很清楚的知道，這個世界上有很多癲癇的病人，他們或許也有和我相同的遭遇，戶外教學被攔下、害怕給身邊的人添麻煩、不能依照自己的意願升學、被身邊不了解自己的人欺凌……等等，因而感到悲傷甚至怨天尤人，但是與此同時，也可能遇見許多貴人，得到他們諸多的協助。

有段日子我很迷茫，對未來感到無助，壓抑的情緒讓我的腦海中每天都有兩個我在打架，一個名為勇敢，另一個名為膽怯。我不願面對癲癇，因為有它替我帶來痛苦，我的人生變得很不一樣，可是我不得不承認，終究我還是得妥協，學習如何和它做朋友，就算我內心有多麼煎熬、不服氣。

我曾沒辦法接受我自己，我也曾經是不斷怨天尤人的人，對於自己始終抱持著膽怯，我崇尚著自由，卻害怕做自己，總怕給身邊的人添麻煩，把真正的自己隱藏起來，連渴望也一併藏在心底，在遇到真正的失落之前，把難過的事情避開，假裝自己早已經看得雲淡風輕。舉個簡單的例子：想跟同學去戶外教學，因為知道爸媽會擔心，只要先拒絕說不想去，不僅不會讓爸媽操心，也不



用面臨被父母親勸告或攔下來的失落，心想要是先說服自己，結果就不會有過多的難受。長久下來，我不快樂，反而有更多不甘心，所以常常刁難自己。

後來，我學著不再問自己「為什麼」，為的是不要怨人、怨天、怨地去刁難自己。我發現每當腦子裡出現「為什麼」，就會有越來越多的為什麼，像是「為什麼是我生病？」、「為什麼我不能去做我想做的事情？」、「為什麼我不能跟大家出去玩？」，到最後也只不過是在為難自己罷了，這又是何苦呢？

——遇見也是一段旅途，為的不是要一個人陪你走到最後，而是為了告訴你某些事，帶你去看你未曾想過的風景。

上了大學，我離開家面對不一樣的環境和風景，我漸漸學會不再退縮，選擇讓自己開心地過生活。我終於辦到我內心一直期望自己達成的目標，「勇敢的去做自己想做的事，不要讓未來的自己有後悔的機會」，而這樣的領悟，要歸功於我的前男友，這個大男孩陪我走了一小段的路程，當我還因為癲癇的因素猶豫不決的時候，總是從我的背後推我一把。

「妳要是不去嘗試妳一定會後悔。」

「別哭，妳很勇敢、很堅強，只是妳需要時間恢復以前的傷口。」

「別想了，我帶妳出去走走就沒事了。」

當時，他的每一句話都給了我更多的力量，讓我漸漸懂得去把握每次屬於我的機會；他帶我去的每個地方，都為我帶來更多啟發，即使他不是那個最好的男孩，也不是陪我走到最後的人，但是我依然感謝他出現在我的生命裡。

愛是一種很複雜的情感，有的人為了愛情勞心勞力、掏心挖肺，也不一定會有一個幸福的結局，還可能因而淚流滿面。同理，我和他的離別也為我帶來很多的難過，也曾有一度像失了魂一般，但是我萬萬沒想到，在我還處於一蹶不振的狀態下，會因為一次因緣際會，報名了為期八天的短期遊學，因為我想忘記過去的不愉快、忘記幾個月前我最為在乎的男孩。

——這段旅程是個轉捩點，讓我選擇改變未來的方向。

今年暑假是我第一次出國，去了大陸河南。那裡是個古都，除了有很多的

歷史古蹟和文物，還有壯觀聳立的太行山大峽谷，甚至把著名的清明上河圖模擬成真正的場景建造出來，那裡的一切事物都激起了我的好奇心。歷史的洪流和壯闊的山景，把我帶出了隨著漫長癲癇治療越來越狹隘的世界。

媽媽曾問我：「妳一個人跟一群完全不認識的同學們出國去旅行，妳不害怕嗎？萬一癲癇發作怎麼辦？」

我只是笑著說：「為什麼要怕？我到現在才發現，限制是我給自己的，膽怯也是我給自己的，如果以前的我都勇敢嘗試過了，現在一切都將變得不同，我需要向你們證明我可以照顧好自己。」

以前的我只會擔心自己跟別人出去旅行發病怎麼辦？但是現在的我總會反問自己：「要是沒有發病，我不去會不會後悔？」

以前的我，是個會因為癲癇畫地自限的孩子，不論有多委屈、多難過都使勁往肚子裡吞，表面上看起來堅強，卻不知道自己背地裡躲在房間裡哭了幾回。

以前的我，肯定會認為現在的我是個瘋子，只會害怕發病影響同學行程，怕爸爸媽媽搖頭阻止，更別說是出國了，連兩天的旅行都猶豫個老半天，搞不好最後還得不出個結論，用數花瓣的方式決定。

其實和別人開心出遊並不難，把自己照顧好，累了就休息，不舒服一定要和同行的人報備，藥千萬要按時吃，既然出去玩就要開開心心把心情調整好，該避免的事情自己心裡要有個底，不要明知故犯。

這次出國我沒有發作，不僅帶著滿滿的回憶回國，還把自己照顧得很好，現在的我，比以前的我快樂，視野打開了，很多事情就變得不是那麼重要。

—經過一次次的旅行，我是旅人，我找回了我的全世界。

現在的我喜歡揹著一台單眼相機，搭公車四處拍照，記錄自己曾到過的地方、遇到了什麼樣的人事物，讓自己懷抱著一顆真誠且輕鬆的心去面對自己，使我活得更加真實。

我有一個夢，我期望自己成為一位懂得體恤別人的心理師，關心更多人，甚至幫助更多跟我一樣生病的孩子，告訴他們其實他們並不孤單，很多事情他



們也能辦到，傾聽他們想說的話，就算我對於他們只是個過客，但是我仍希望可以讓他們感受到更多溫暖。

現在的我比以前更有自信，也更清楚我要的是什麼，更堅強、更勇敢、更學會了追求自己的所求、我心裡的嚮往。

旅行是為了成長，我是個旅人所以變得更加成熟穩重，在未來繼續努力克服各種難關或是插曲，並自信仰起頭，期望自己成為一個能被依靠的人，即使「治療癲癇」的旅行還尚未結束。

我依然期待，

期待下一次的旅行，

帶著名為癲癇的好朋友。



編者小語：

雨潔大朋友：

您藉著一次次的旅行，找回了全世界，讓你變得比以前更有自信，也更清楚要的是什麼，也更堅強、更勇敢、更學會了追求自己的所求及心裡的嚮往。

是的，旅行可以陶冶性情。但仍有些需留意的地方，許多癲癇朋友和家屬最關心搭飛機時會引起發作，但事實上發作的情形很少。1980 年代，美國統計發生率為 33600~39600 分之一；近年為 10000~14000 個旅客會有一個。70% 可由機組人員自行解決。但是，據美國一些癲癇病友會指稱，自 2001 年 911 事件後，癲癇朋友在美國搭飛機遭遇到比以往更多的困難，特別是嚴格的隨身藥物檢查及裝有迷走神經電刺激器時。

建議癲癇朋友，最好與知道自己病情的親友一起搭飛機，務必攜帶足夠的抗癲癇藥物。藥袋要隨藥物攜帶，不要分開，因海關官員可能需檢視藥袋。事先拷貝最近之病歷資料，上面有完整之就醫及用藥紀錄，俾便萬一於國外發作

送醫時溝通之用。建議上機後可以考慮告知空服員自己是癲癇患者，讓他們有心理準備，萬一發作時亦可不致手忙腳亂。遇到時差，應按照目的地之時間服藥，若與上一次服藥時間太近，寧可多吃一次藥，抵達目的地後的前一兩天，應多睡眠，必要時可服一些輕助眠藥物。裝有迷走神經電刺激器之患者，尤其帶著磁鐵，需隨身攜帶證明書，俾便順利通過海關之金屬探測檢查儀器。

以上供大家參考。



癲癇朋友 | 成人組 第二名

微笑看世界找回自我色彩

葉佳佩

我是一位有癲癇和中度智能障礙的小女孩，讓我對聽說讀寫有不同程度的認知障礙，而這次的題目也是我和媽媽討論過決定用這個，微笑看世界，找回自我色彩，而讓我現在得以翱翔快樂的在天空中飛翔著，訴說我在發病前後，所遇到和聽到的點點滴滴故事，我也知道，或許當你們看完後也會很懷疑，這裡面的內容真的是我親手寫出的嗎？關於這點，其實我也有試著去想過，現在我就說清楚明白，讓你們知道我的想法是什麼？以免你們一直去懷疑我所做的努力，但這也是真實的事情，我又何必需要去欺騙你們大家呢？然而你們在質疑我的同時，你們是否能夠了解與體會，當時我的心情又是如何的去想，一次又一次跌倒與爬起，這所有的過程又是如何讓我感到失望無助而想放棄，讓我曾經迷失方向的，我又何嘗沒有真正去經歷過，但我知道，只有真實的去面對與接受，才能讓自己的心得到自由與快樂，而不被束縛所綁住，所以，才會讓我不斷一直想為了自己努力和學習的力量，雖然，對我來說很辛苦，可是如果我沒有去嘗試做過的話，我又能如何去知道和了解媽媽當時對我的辛苦付出與努力，而我又怎能用將心比心的心情，去看待所有的種種一切，而設身處地為對方著想，又怎能讓我像現在一樣，真正而做自己呢？然而這所有的種種一切，不都是靠著每個人一直努力學習才會有的結果嗎？而我辛苦努力學習過程就有如蓋房子那樣，先把地基蓋穩固後，才開始慢慢地一層一層往上蓋，最後到可以穩固而不再倒塌了，讓我不必再把自己隱藏起來而可以在人面前，大大方方向人說出，我是一位癲癇病患，也不需要去想別人是如何用異樣眼光看待我，反正只要我別看輕自己就好了，我相信總有一天，我也能夠有一片專屬於自己的色彩天空，就是這樣簡單又有自信的想法一直在心裡，如今我才能夠很開心快樂地，找回自我價值與色彩。

當初會讓我有此想法，是因為在前年底接受全大腸切除手術後，身體常不適而一直住院，最後卻因去年婦科手術後，造成身體左半邊突然偏癱住院，讓

我有所不一樣的感觸在心頭，於是才有此計畫在而想寫出，靠著近一年漸漸穩定恢復的身體，去把我僅有剩下的美好記憶和印象，讓自己每天都花一點時間去做回想和打稿，直到最近半年才開始，讓我有所行動出來，但在這裡我可以很肯定的告訴你們，裡面全部所有的內容，都是把我看到和聽到的景物畫面，再藉由我的頭腦慢慢地想出來，而經過我一次又一次的修改才寫出來的，讓你們能夠清楚知道，我所要說的話是什麼意思在，並且也很高興在這次能投稿參賽，但我不為了什麼，只為了在心中留下一份真正屬於我的美好回憶，而不留下任何遺憾在！

在未發病之前，原本我的工作是在私人超商擔任店長的職務，因為阿姨和叔叔與姊姊都對我很好也捨不得，希望我能繼續留下來，問明原因，他們知道後，還是選擇尊重而放手，讓我離開去實現我的夢想，因為我喜愛服務業與人互動的過程關係，讓我最後決定選擇把在學校，所學的一切知識，奉獻出來回饋於社會大眾的那份熱情，當作是我開始進入醫院工作後的起點與目標，而重新出發去實現我的夢想。

當時我是9月11日，才剛到新環境工作，所以要學習的地方很多，每天早出晚歸也是不可少的，常常更也需要工作需求，熬夜準備資料做筆記的，忙碌的生活日子，讓我生活作息變得不規律，常有一餐沒一餐的，也都睡不飽了，還讓我遇到天災，而變得更加忙碌起來，只是我不知各位是否還記得當時，發生在民國88年凌晨時刻，造成全台最為嚴重的房子倒塌和無數人員傷亡及電力交通大亂一團的景象呢？沒錯，那正是在台轟動一時的921大地震，因為全台大停電，很多電腦系統都無法正常作業使用下，只能靠人工手寫作業方式去記錄一切，每天如此忙碌不規律的生活下，在長久下來造成我的抵抗力，自然也變得不是很好，常常被病患傳染感冒而吃藥，我也總是安慰自己說，剛開始學姐也都是這樣子過來的，慢慢地隨著時間久了，自然習慣了也有經驗的人，跟單位醫生和同事間互動相處也很融洽，心想應該離我的夢想不遠了，就比較不會這麼累了，好不容易一年多熬過去了，我也從剛開始學習的新人變成已經習慣而有經驗在，但我每天還是努力的工作著，一點也都不敢有鬆懈的心。

某一天，正當準備一切就緒要工作時，老天卻也在此時跟我開起玩笑來，也在那一刻開始徹底改變了，我往後的所有一切和人生了，我所有發生事也來的太突然了，根本就讓我完全沒有心理準備的狀態下，就要我去接受和面對，



這突如其來的一切改變，如今現在身體已漸漸穩定了，靠著自己有空時，慢慢地去回想這一切所發生的事，心想那時也只不過就是生理期來，讓我的身體在突然間變的頭很暈、呼吸很喘和心跳很快極不舒服的情形下，馬上向醫生求助，他也只不過看了我一下，發現我臉色很蒼白，而隨手幫我檢查一下基本生命徵象後，就直接跟我說停止工作，去打點滴休息一下，只是誰都沒有想到，我竟然就這樣倒下去，之後就沒有再醒過來了。

當然後面都是聽媽媽跟我說的，我也才會知道的，聽說最後還是我的護理長，幫我辦理住院手續安頓好一切，才通知媽媽前去照顧我，但誰也都沒有想過，我的病情是如此惡化速度之快，直到了第三天晚上，媽媽發現我沒有任何反應下，緊張的向護士求救後，護士找來值班醫生一看，馬上聯絡我的醫生後，就直接幫我轉到加護病房裡去觀察了，在不得已情形下，她簽了我的病危通知單，到了第五天後，我的醫生跟媽媽說明我的病情後，在得到媽媽同意下就幫我辦理轉院，讓我繼續接受後續的治療了。

轉院醫療過程中，我一直是被醫生叔叔互推皮球的，昏迷指數也只剩下三而已，醫生叔叔要媽媽同意我讓他們做試驗品，在當下有和醫生發生爭吵，更也因為家人當時無法諒解媽媽的作法與堅持，而有少許發生爭吵，但這些都並不在我的記憶裡，等我醒來也已經是一個月的事了，那下的我，不但不會走，記憶也嚴重受損而消失，智能方面也嚴重退化到，必須去重新學習所有的一切，也因為家人無法體諒的關係，我成了家中的累贅，沒人愛也沒人理，又因為我什麼都忘記了，也不會走，所以我的生活打理，一切都必須靠媽媽一人幫忙照顧我，但這一切我都看在眼裡，心裡也不斷一直在想和哭泣，難道就是檢查不出原因也沒有病因，所以你們要如此這樣對待我，儘管我仍然一樣是每天哭，根本就無法去接受這個事實，而慢慢開始把自己封閉起來了整天哭。

這時媽媽突然說了，事實就是如此，你不去接受也不行，雖然你沒有家人的愛，但你還有很多人愛你，難道你不知道嗎？現在的你痛苦也是一天，快樂也是一天，你為什麼不讓自己快樂的過每一天，我都可以很堅強起來照顧你了，為什麼你就不能更加勇敢堅強的站起來呢？我知道你的心情不好過，難道我看你這樣，我的心就不會痛嗎？我又何嘗不知道你心很痛而無法接受，之後我哭的更兇說，我要怎麼辦？我什麼都不會了，要去讀書又沒人肯收留，我又

不會說，人家說的話和意思也聽不懂，也不會看，不會寫，只見那時她笑笑地對我說，不會沒有關係，我們可以學呀！你忘了嗎？老天已經留下最珍貴的寶物給你了，我說沒有啊！正當我感到疑惑時，她脫口說了一句，那就是你的眼睛呀！你可以用你的眼睛去看，然後用自己的心去體會，來重新學習一切，你不會的我會教你，你不會是一個人的，這一路上有我還有大家會陪你的，只要你肯走，肯學，不論多困難，我一定會把你的手給牽緊，陪你走到最後一刻的，但你自己也要更加堅強且勇敢的加油繼續向前進！

當下我還是不願意去面對和接受，這突然間改變我所有一生一切的結果，有時想到還會偷偷的一個人躲在棉被裡哭，但這也是媽媽說的事實，我不得不逼自己要去面對和接受，最後我妥協，開始踏出我的第一步伐，練習走路，那種突然硬生生筋骨被拉開的痛，是讓我每天都是邊哭邊走的，累了就休息，休息夠了又繼續走，剛開始晚上就是看字典練習寫字，到學習差不多了，才開始看電視與畫圖，睡覺就是聽故事，這樣不斷讓我每天重複練習學習的日子，持續過了快二年，我已經可以走得穩又不會跌倒了，慢慢地踏出我的第二步。

之後，每天就開始騎車在我和她身上綁著繩子，帶我去外面走走看看，跟我說，這是什麼？那個又是什麼？來讓我認識與學習的，而在某天為了要讓我認識蔬果而帶我去市場逛，而被之前工作的超商阿姨看到了，問明原因後，她心疼就對我說，來阿姨這工作好嗎？我說你是誰？她說是我以前工作的阿姨，叫媽媽帶我去找她，隔天媽媽就帶我去找她玩了，也許看到好多糖果而讓我很興奮想吃，印象中那時我很愛吃糖，每天都把褲子裝滿糖而邊走邊吃的，只見她很和氣地跟我說，如果來這工作有很多糖吃，讓我心動而答應她了，但我也跟說我都不會也忘記了喔！然後就跟我說，我們可以重新慢慢地學，我教你好嗎？我說好，就這樣我開始在阿姨那裡工作了，當我好不容易才學會一些東西也和顧客間有良好的互動，又因為一場感冒引起肺炎發燒一直持續不退，而住院又因吃錯藥，導致腦部記憶又成空白一片而需要再重新學習一次，但這一次我沒有哭了，因為我有了叔叔和阿姨的關心，也跟我說隨時等我回去，叫我要快點好起來加油喔！

因為工作讓我有點自信，不過卻也因為肺炎後遺症，讓我有氣喘出現而不是很穩定，每天都要吸藥和吃藥的，根本無法讓我馬上回去阿姨那裡工作，而讓我有點失落感與失望在，媽媽看到後，問我怎麼不開心，我說我想去讀書好



不好，她說你想要讀什麼書，我說電腦，那時家中雖然有電腦，但我都不會操作使用，每次看人在玩，我都好羨慕的一直看來看去的，最後媽媽幫我找上學成電腦補習班，終身學習電腦課程，而帶我去報名參加，讓我去學習和認識電腦，剛開始進去時，雖然也當場表明我，目前的頭腦問題，而我也因為沒自信很怕被人拒絕，不過最後還是讓我參加了，只是一堂課下來，都是好幾小時，讓我頭腦有點吃不消而想打退堂鼓的念頭在，因為無法理解上課老師所說的話，媽媽知道後，打了電話去跟那裡老師說一下我的情形，只見那裡老師很熱心的，把我座位安排到旁邊，但我還是說我聽不懂而無法理解，印象中有一個叫小叮噹的老師知道我的情形後，她直接一對一教我一些比較簡單易懂的基本電腦知識，還會讓我試著自己操作使用，剛開始我會怕，怕的是把她的電腦給用壞，她知道後，就跟我說不用怕，我們一起操作使用，也因為她的關係，讓我學會上網玩遊戲，看電視，畫圖和打字的，後來也因身體無法負荷長時間的學習而沒有去了，但我可以自己在家中練習她所教我的東西，讓我可以慢慢看來學習電腦操作，而我現在也才會使用電腦的，所以我很感謝她那時的幫助和鼓勵。

家人關係，讓我久久無法釋懷，有時想起還是會哭的我，也因宗教信仰的關係，讓我生命中遇見了他，而他也是我的恩人，更也是一個讓我可以對他，無所不談的長輩與老師，也是他讓我願意改變自己，擺脫過去總總的不愉快，是他的樂觀讓我感受到愛而不孤獨，也是他帶著我走遍台灣一圈，看見美好陽光與景物的人，更也因為他的存在，而讓我有安全依靠的地方，即使是工作受了委屈被人誣陷是小偷到警察局去，心情不好時，也是他安慰我鼓勵我的人，讓我不再因無助，感到害怕而哭泣，漸漸地讓我封閉又沒自信的心，重新打開而活出自己的色彩，讓我的心每天都充滿陽光的笑容而過得很開心和快樂。

因為當時常常頭痛，經人介紹到台中去看診做檢查，但由於當時交通不便，而轉到離家附近的醫院繼續治療，但最後也因不明原因而倒下去住院，那時因為有申請診斷書，才會讓我看到”癲癇”二字，於是出院後在媽媽陪同下，我到書局去尋找答案，無意中讓我看到一本有關癲癇的書，因為好奇心作祟，當下和媽媽說我要買這本叫做癲癇，不再發作的書回家研究看看，但我並不知道那是什麼疾病，醫生也不願告知情形下，只負責開藥給我吃就好，但卻

無法壓抑住我每天發作而抖動的情形，而把我轉診到神經內科去繼續治療，最後因為不斷加藥反應不適，醫生叔叔都說是正常的，慢慢地媽媽發現我走路撞來撞去的，問明原因再次向醫生反應說明清楚，還是說正常情形，而讓媽媽決定換間醫院看，尋求聽取第二位醫生的意見，究竟是如何一回事，於是經過朋友的介紹下來到台北慈院而遇見了他，也是我現在的曾元孚醫生叔叔。

他是我生命中第二個重要改變我的人，雖然第一次去看他時，因為吃藥關係，我的眼睛已嚴重受損而看不清楚，走路要人牽著也才能走，但我聽得見他說話的聲音，當下這位醫生叔叔直接給我的感覺是一種很信任，我也很放心他為我醫治，當他聽完媽媽說的話，他要我馬上住院檢查，雖然住院也才短短的五天，而我也在模模糊糊中度過，但之後每次的回診，我其實是很開心的，也是他告訴我是癲癇病人而非精神病人，讓我的心，從此充滿希望而可以大聲跟人說，我是癲癇患者而非怪病，沒藥醫是絕症的人，他也是我和媽媽心中認定最後一位的醫生叔叔了，而媽媽也終於可以不用再為了我，一直換醫院找醫生而煩惱的，因為信任他相信他，所以當他跑我們也跟著他跑，一直到現在，今年剛好是第八年，在這段期間也因為某些醫生叔叔因素，而常常麻煩到他，雖然我和媽媽都知道，那根本就不關他的事，但卻也常因我的疾病而牽連到他的身上去，讓我和媽媽都覺得對他很不好意思，而我也在這同時，找到了一直在我心中隱藏，將近十八年的答案了，那就是人口中所說的”醫德”二字，這幾年，我從他身上看到了，那種無私且處處為人著想的一位好醫生，尤其是他臉上那份對人的親切感，跟我之前所看過的醫生叔叔，那種感覺是完全不同的，因為智能關係影響我對聽說讀寫有不同等級障礙，所以我都是用寫的方式來和醫生叔叔做溝通的，如果有他看不懂地方，就會主動向媽媽詢問清楚，也才能判斷而開藥給我吃，但又有多少位醫生叔叔肯像他那樣對待我與包容我呢？認真的去看我所寫的內容和想說的話呢？當我不了解有疑問時，還會用簡單，讓我聽得懂的話來跟我說明清楚，讓我能明白了解他說的意思，是他讓我看清楚，原來醫病之間互動過程，是可以這麼輕鬆愉快而信任的感覺，也是他讓我每次感到無奈與無助間，適時伸出他溫暖的手，而拉了我一把，幫我找離家近的醫院和醫生，繼續接受治療，讓我可以得到更好的醫療品質，也是他那種不放棄的精神，讓原本對醫療絕望的我，重新燃起希望，而把我當初讀醫學的初衷給找了回來，願意讓我重新去相信和認識它，雖然我很清楚明白知道，我的腦部問題還有癲癇，並不會因為遇見他而有太大的改變在，但他從來不曾對我



有所放棄過的心和努力付出的精神，讓我知道他已經盡力為我醫治了，如今他能幫我控制住到現在，而讓我的生活品質有很大的改善與進步，讓我有更多清醒的時間，可以學習做自己喜歡的事，其中包含寫作一項，雖然知道寫作很費神，不過卻也讓我每天都是充滿希望和陽光，而過得很充實也很開心快樂，說真的我已經很滿足了，真的很謝謝你！

前年因為肚子痛而須轉診卻掛不到號，剛好就在那時候，我遇到之前同單位的同事，請求她協助而加掛成功，才會讓我長期肚子痛問題，早期發現與治療的，最近因為氣喘和牙科回診，在等候時間與她聊起我的過去事情時，她說當時大家都嚇到了，怎麼一個人能在一瞬間說倒就倒下的人，而我的醫生是跟她們說，我是工作壓力過大，才會這樣子的，但其實她們都知道也很了解，我不會因為這樣關係而突然倒下去的人，而她們也被下了封口令不得說出來，由於那時本來人力就已經很吃緊，又少了我一人，最後她們也變得常常要加班，只能趁著上班休息時間和其他醫生一起去醫院看我，突然我問，你有去看我嗎？我說為什麼我不知道呢？她說我已經意識改變了，誰也都不認識了，連跟去看到的醫生也嚇到了？所有的行為都像小朋友一樣，而讓它們都嚇到也覺得很可惜與心疼的，如果早點發現處理治療，或許當時我不會是如此結果，當同事問我知道一切會怨恨嗎？我跟她老實說，剛開始會，但現在已經不會了，種種的不愉快也都過去了，最後我笑著跟她說，也許這就是我的命吧！你我兩人雖然是同年同月同日生，但你我卻是過著不一樣的命運不是嗎？只見她看到我是如此樂觀有笑容在，之前對我如此擔心的心情也放下了。

在此我也有些話，想跟之前在超商工作的阿姨、叔叔和姐姐們，說聲謝謝你們！而原本這聲謝謝，其實是要我當面去向你們說出來的，但因不知你們的去向，所以也只能在這說出，我對你們的感謝之情，謝謝你們，即使你們知道我的身體狀況，還願意給我機會，讓我還可以在那裡工作，每當身體不適，你們總是笑笑地對我說，沒有關係，趕快坐下來休息吃東西，阿姨煮了好吃的東西來給你吃喔！你們對我就如同對自己的女兒一樣，永遠都不曾把我當作員工看待的，即使我做的不好，你們也不會對我有所指責反而還不斷鼓勵我，雖然最後我繞了一大圈，還是回到原地，而在你們那裡工作著，讓我有了自信心與成就感，但最後的我，卻還是因為身體真的撐不住而必須向你們提出離職，讓我對你們感到很抱歉，你們對我的好與包容，讓我可以永遠回憶記在心裡，真

的很謝謝你們！

還有當時教會我電腦的小叮嚀老師，謝謝你，不因我的頭腦問題，還如此願意有耐心的一次又一次教我如何操作使用，真是辛苦你也非常謝謝你！

最後我想跟你們各位說聲謝謝，如今我現在的一切，我只能說，要不是在你們的努力與堅持不放棄的精神一直鼓勵我和陪伴我，教會我用微笑的心去看這世界，重新學習所有的一切，而讓我很開心，能夠重新找回自己的價值和意義在，也畫出屬於自己的色彩天空，讓我看到了陽光和愛與希望的人，真的很感謝你們，對我的包容，當初如果沒有你們，也就沒有今天的我，而讓我有許多美好的回憶在心頭，雖然，這條路讓我走得很辛苦，也曾有讓我想放棄過的念頭，但我還是會堅持下去繼續向前進，即使將來有一天我不小心跌倒了，我還是會像現在一樣勇敢堅強地繼續爬起來向前進！



編者小語：

佳佩大朋友：

您自述成長及工作過程中種種幸與不幸的遭遇，相當感人肺腑。您特別提到，在一次的轉院醫療過程中，一直是被醫生叔叔互推皮球，當時昏迷指數只剩下三分，醫生叔叔卻要媽媽同意您讓他們做試驗品，而和醫生發生爭吵…。我們身為醫護人員也覺得對您很抱歉，可能因為溝通不良，才導致您產生上述的認知。

您也提到，病後您母親每天就開始騎車在您和她身上綁著繩子，帶您去外面走走看看並且學習。這是很感人的畫面，母親怕您發作摔倒，因此和您綁在一起，就像個生命共同體，她用自己的身體來保護你。您一定要好好報答媽媽才是！其實天下的媽媽都是一樣的偉大，珮瑄自高中起罹患癲癇，她媽媽每次在醫生開了新藥後，一定自己先吃一顆，看看副作用是甚麼才會給佩萱吃，直到今天仍然如此。



癲癇朋友 | 成人組 第三名

請你先改變你自己

劉沛清

當你感到肚子餓時，你會如何處理呢？相信絕大多數的人應該都會找食物填飽肚子，因為你是管理身體的主人，所以你會很自然的解決你身體向你反應出來的問題..

你心情不愉快時，你會隨意拿起石頭砸自己的腳來消除你心中的怒氣嗎？我想應該沒有人會傻到這麼做吧！相信有智慧的人應該會尋求正向的管道平緩自己的壞心情，因為他一定不會讓自己一直處在不愉快的情緒中！

患友們，我們讓自己回到現實，當癲癇不經你的同意就硬是要和你共同管理你的身體，而你無法拒絕，但卻想趕也趕不走它，而頑皮的它就是硬是要緊抓著你不放，它就是要賴著你不放時，你是用什麼方式來回應它呢？

如果你採用的心態是不以為然，只是想逃避它，完全不理會它，甚至不採取正向的方式好好與它和平共處，那你要小心了…它肯定會在你平靜的生活出其不意的丟下震撼彈，面對癲癇，不信邪的你若是真的採用了：你走你的陽關道，我過我的獨木橋這樣最糟糕的心態，那癲癇肯定會無預警的向你來個大反撲，這時候的你就必須要心理準備了，因為它會站在暗處不定時的在你身體狠狠任意的隨意搗蛋，它會讓你沒有辦法控制自己，當主導權落在了癲癇的手上，你的身體就可能任它隨意玩弄，你的身體會因癲癇而隨時發作，這樣的結果是你想要的嗎？其實它就是想要引起你的注意，讓你知道，它就是確實存在於你身體的一份子..，如果你因此而感到心煩意亂，甚至動了危險的壞念頭，想宰了癲癇，和它來個自相殘殺，那你就中了癲癇的計，因為殘害你自己的身體的最終結果，最後受苦的肯定是你自己，絕對不會是癲癇，因為你才是身體真正的主人，唯一只有你才會用心好好善待自己，並細心管理好自己的身體，而癲癇只是入住你身體的搗蛋客啊！

患友們，試著把癲癇當成是你的好友，你的家人，好好的跟它共處，既然

它已經要和你同處一個屋簷下，當它出了問題，你就用正確的管道帶它去就醫，請醫生來幫你治好它。

試著握著癲癇的手，把癲癇當成你另類的好朋友，當它在你的身體發出了求救的訊息做出了反應時，請你千萬不要不理它，試著用學生解題的心態一題一題的拆，一道一道的解，仔細去想為何癲癇會向你發出警訊？是不是你給癲癇用藥的時間不再規律了？還是該帶癲癇回診就醫，你卻忘記了？或是你的生活作息步調已經不正常，該閉上眼休息時，你偏睜大眼睛盯著手機，該上床找周公報到時，你卻要讓自己的身體不停忙？..盲？..茫？虐待癲癇，就是虐待你自己！

當癲癇給你的難題真的讓你解不開時，別急著讓自己心煩氣燥，靜下心，告訴自己，你是有希望的，因為你還可以好好善用你身邊的良師益友來幫你解題，請你別質疑！良師就是為你治療癲癇的醫師，益友就是能對你付出真心關懷的親友..

你必須清楚的告訴自己，你才有權力決定你的人生該朝什麼方向走，癲癇只是在你的人生路上跳出來搗蛋的頑皮鬼..

在癲癇讓我感到困擾時，我會跟自己說：請你試著用你的耐心平息你對癲癇的忿怒和不平，用你的智慧緩解癲癇對你的考驗和刺激，治療癲癇的路上真的不好走，但醫生會給你希望，家人和朋友會給你疼惜，請你好好先愛你自己的身體，要告訴自己，絕不向癲癇低頭，一定要配合醫生把癲癇趕出我們的人生，相信只要患友們給足自己信心，治療癲癇的路上，”希望”肯定會敞開雙手迎接著我們的。

我常告訴自己，如果沒有遇見癲癇，經過它多次給予的折磨和打擊，我永遠不會體會原來能夠擁有健康的身體是多麼地幸福和自由，如果沒有遇見澄清醫院神經內科的謝良博醫師給予我細心的治療，在這 17 年的治療過程中，我可能會因盲目的抱病亂投醫而斷送了生命卻不自知..如果沒有遇見了先生的包容和疼惜，我會消極的認為癲癇的患者在婚姻上肯定會被判死刑，而且和婚姻永遠不會有交集。

患友們，有病就是要就醫，而不是先來怨天尤人，再來讓自己盲目的四處抱病亂投醫，想要健康愛上你，想讓癲癇對你不再感到興趣，請你一定要先改



變你自己，讓自己有正向的思維，好好配合醫師，定期回診，按時服藥，同時還要有一顆快樂的心，有了好醫師治療你的癲癇，有了正向的思維擊退你的癲癇，讓快樂的心給足你力量，讓你不再畏懼癲癇在人生的路上所給你製造的任何難題。

患友們!我們相互加油，好嗎?



編者小語：

沛清大朋友：

您文筆很好，應該也是作文比賽的常勝軍。您說得很對，有病就是要就醫，而不是怨天尤人，切勿盲目的四處抱病亂投醫。要告訴自己，絕不向癲癇低頭，一定要配合醫生把癲癇趕出我們的人生。

我們可以向大家保證，台灣全體的醫護人員，一直都是敞開著雙手迎接所有的癲癇朋友，過去如此，未來也會如此，大家一起克服困難，迎向光明燦爛的人生。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

夢幻的欣慰

林秀芬

「世界上最貴的床是病床，你可以請人為你開車、賺錢，卻無法聘請他人為你承受病痛；物質的損失可以找回，但是生命失去卻找不回，面對死亡，財富變得沒有意義，當一個人進入手術室時，可以意識到一本書還沒讀完，就是健康生活的書。不斷追求財富只會使一個人扭曲，唯有「愛」給你力量和光芒、繼續照射下去，上帝給每個人感官，就是讓我們感受每個人心中的愛，珍惜愛你的家人、伴侶、朋友，善待自己和愛惜他人，無論在哪個階段，隨著時間流逝，將面對窗簾下降的那天。」這是2011年56歲賈伯斯病逝前的一小段留言，於我心有戚戚焉，2015年九月我面對第一次腦部大手術，完成人生首要夢幻，總共花費不到八萬元，感謝上帝，到現在為止一切正常。

三年前家中於40年後完成一樓和二樓的店面整修，母親已年屆80歲，我必須從備胎轉換成主胎的角色，為了購物裝備，期間第一次的牛蛇病發作，某天頑性癲癇大發作，當時客廳無人，我的頭部被換裝的石椅撞到滿地鮮血、急診住院，當晚我慎思自己未來的人生；不同的目標設定，造就不同的態度面對，腦中突然產生「不能倒下去」的強烈意識，決定放棄「能拖則拖，能省則省」的消極心理，不顧家人反對、支持與否，往腦部手術治療法邁進。十年前我曾經北上榮總做術前檢測，因為有些意外，母親一直存有陰影而反對開刀手術治療，最後蔡景仁醫師說服她，一句：「你就不要管她，她會照顧好自己」，母親終於全然放手，不再搶奪我的背包。

接著蔡醫師建議我找同為女性的陳倩醫師看診，上網掛號確定日期後，我立刻和任教台大的表哥聯繫，七月初即獨自一人到達台北高鐵的郵局和表哥會面，他好奇詢問：「怎麼自己一個人來？」經過解說後，即刻帶我搭淡水線於石牌站下車，直達等候區坐榮總的接駁專車。入院馬上辦理報到住院各種手續，按照院方規定：「陪照人員一晚2,200元」，於是表哥私下電告家人，母親隔天立刻北上榮總陪照，節省一筆開支。住院期間心裡非常平靜，因為知識和



金錢早就預備好，只是缺乏一股前進的推動力，終於可以放心躺在病床上等候檢測。接著我發現中正十七樓層是神經外科專屬樓層，總共換了三次病房，雙人同房中皆是癲癇病友，其中有位女童入院多次，因為腦波無法如期放電 3 次，終究失望而歸，父母鍥而不捨的愛令人佩服，住房期間我都在閱讀相關醫學資訊等候檢測，除了核磁共振、正子攝影，還有多天的腦波影像錄影監控，以確定放電根源。醫師不定時的巡查病房，關切發作狀況，病房內設有按鈴警示器，每天 24 小時長達 6 天的監控，整理出精準的資訊，供手術醫療團隊參考，另外還有十年前的存檔。開會當天眼見許多相關的醫師們共同齊聚會審我的資料檢測，詳細分析討論，講了許多聽不懂的神經術語，也放了一堆看不懂的腦神經影片，漸漸從無知訝異轉換成平靜放心。經由多位專家們共同研究分析、判斷、討論，證實我的腦部固定放電點在右腦顳葉區，會後經過施養性主任個別解說，才知道自己是伴瘤出生的嬰孩，這顆瘤已經腫大破裂，海綿乾了，必須將週邊的杏仁核、海馬迴清除，才能避免引起癲癇性的抽搐。暑假是學生開刀的專屬月，施主任試探性問：「避不避諱鬼月開刀？」表哥立刻回應：「我們不信這個。」簽完手術同意書後，當天即收拾好行李回台南，等候醫院的通知。

等候的日子是緩慢的，九月初才獲得醫院通知，7 日住院，8 日外科林俊甫醫師到病房探視提醒我：「妳只要把頭髮洗乾淨就好，千萬不要理光頭。」9 日被推入手術室麻醉過後就渾然不知痛癢。事實辛苦的是醫護人員，約六小時的開刀過程，他們都是站著難以休息，還有守護在外的母親和表哥為我擔憂，及一群不認識的弟兄姊妹為我禱告、祈求平安順利，他們都是值得讚賞鼓勵及感謝的人士。開完刀後住進加護病房，很快就轉進普通病房，躺在床上休息，看得出母親的心疼，林醫師和施主任入房探視時，母親立刻開口問醫師表達感謝。當時我還未發現右臉有異狀，林醫師即主動提醒：「只要每天健走運動，臉部歪斜的部分會自然慢慢恢復正常，術後半年內不得提重物和戴安全帽。」醫師關切離開後，我立刻拿起鏡子，好奇地觀看右臉部是怎麼一回事，腦中立刻思索，如何在狹小的房內樓層健走運動。因為復原狀況極佳，林醫師的回話「病人自己也很努力」以及施主任「不要太急」的提醒，這兩句話令我印象深刻。由於無其他併發症，院方主動退我萬元多的醫療費用，約十天就出院回家休養。

「術後的日子真的很難熬。」因為手腦暫不聽使喚，加上體能薄弱，只能用「原地踏步和就地翻轉」來形容生活模式，但是還是會勉強自己外出行動。天生的我是活潑外向，病痛造就我孤獨的性格，閱讀、音樂、運動是生活的核心，雖然沒有健康的身體，卻一直擁有健康的心靈。『右腦壞了應該沒關係，你的左腦很好。』這是術前、術後兩位心理評估師給予的鼓勵。半年後回榮總，施主任看完追蹤報告，第一句話：「很好」，終於讓我的心裡重擔解脫。回首成長過程，母親照著心中的藍圖塑造我，常會讓我動彈不得，幸好擁有一位心靈契合的父親，在他特別關愛和期待中成長，我知道「健康」是父親生前最大的負擔，今天我要告訴他：「爸爸，你可以放心地走了，等著我。」

我不明白台灣人為何要花十多億元算命？生活忙碌於賺錢，再用物質來添補心靈的空缺，是否矛盾？命運是掌握在誰的手中？物質已經進步了，心靈的品質是否提高？過去人比較腳踏實地，現代人好像表面功夫較強，何者才能擁有真實力？壓力來自自己，痠痛也是自己造成的，通則不痛，不通則痛；對的時機加上好的態度易產生正向的循環結果，讓人更有力量和信心面對接下來的挑戰。「過錯」是短暫的遺憾，「錯過」才是長久的遺憾，生命只有一次，如果能夠一開始具備正確的醫學觀念，保持健康樂觀的心靈，可以免去許多不必要的煩厭。我很感謝上帝賜我一個不用為五斗米折腰的家庭，父母都不迷信偏方，從不求神問卜，基於地緣，從小至今長期固定在高醫、台大、成大看診、吃藥，不敢自行斷藥、減藥、換藥，盡量日常生活作息正常，因為頭部平常沒有特別暈痛的異感，未料腦中的瘤伴我 50 多年，竟會渾然不覺，在信任專業醫生醫囑下，這個結終於打開了，原來是腦中的瘤在作怪！

不管過去社會對癲癇的誤解為何？即使現代人的不解程度多少？我只知道自己想辦法勇往直前。它幫助我從閱讀中養成獨立的性格，除了穩步慢走，無形中忘記許多不愉快的過去，免去現實生活中的繁懣，變成有能力追尋答案的人。回想整個成長過程，癲癇只是記憶力退化的傷害，因為音樂天賦加上活潑外向、理直氣壯的個性，可以說是在掌聲中長大，小時候我就注意到父母為了生活、工作的忙碌辛勞，有空就會幫忙家務、商務接聽電話和視譜學唱，閱讀人性和婚姻的相關書籍，根本沒有時間胡亂想，完全不信外人的胡言亂語。20 多歲我在家中三樓成立兒童才藝教室，接觸了不少家長和學生，小朋友可愛又有智性，花一點錢和小朋友交心聊天、互相培養默契，可以帶來生活樂趣，



可是他們真正快樂嗎？為什麼要把他們生出來吃苦，再來為他受苦？養兒是防老，還是妨老？婚姻是需要冒險長期投資、刻苦經營的事業，值得付那麼多代價長期投資？為什麼要把人生的盼望特別寄望在某人身上？！

「窮」無所謂，如何才能活出屬於自己的一片天？！真正的貧窮不是沒有錢，而是沒有能力及不願捨己付出者。「貧窮無恥，無品才是恥」！虛偽詐騙人員快樂心安嗎？成功是在挫折中找出路、解決問題的快樂樂觀族所擁有，失敗是找藉口、自我安慰、逃避面對現實的人。人生還有很長的路要走，休耕是為了深耕，羨慕和掌聲可以送給別人，肯定和自信就留著自己用；人生沒有輸在起跑點上這回事，能夠成功走完全程才是勝利者。我知道有雙隱形翅膀帶我飛過絕望，寧可單槍匹馬自由探索而不要賴著他人絆我行，若是跌倒了，再爬起來繼續往前走；我看見每天夕陽都有變化，用心凝望不害怕，那裡有風就飛多遠！隨著專業醫術及日新月異的科技，對人生充滿期待關愛，懷抱著信心和勇氣往人生終點站邁進，勇於面對不知的未來挑戰！



編者小語：

秀芬大朋友：

您自述勇敢果決接受癲癇手術的經過，相當令人佩服。您特別提到，2015年九月的腦部大手術，總共花費不到八萬元。其實，這要感謝國家社會提供的全民健保，若非健保，花費恐需百萬元以上(如美國)。

台灣的全民健保不但支付絕大部分的手術花費，也支付所有的抗癲癇藥物，不論價格高低。這對於我們癲癇朋友真的是一大福音，也讓我們省思，我們有沒有說過一聲謝謝？有沒有替這個國家做過些甚麼，盡過什麼力？有沒有過任何貢獻？願大家共勉之。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

倒吃甘蔗的充實人生

曾幼玲

從遠方看到那頂燦爛、獨一無二的安全帽，腦海中就浮現 2015 年在台北市政府沈葆楨廳舞台上獨唱的她，當她看到我時，她突然靠近母親的耳朵，只見母親點點頭，她就朝我走了過來，二話不說張開雙臂緊緊地擁抱我，瞬間，我的鼻頭熱了；從六歲半至今，十四年來因長年癲癇全般性發作，導致中度智障的她，竟然還記得只與她在舞台上擦身而過的我。和其母親聊起，得知單純的她剛才和母親先確認：「她是去年在舞台上主持的阿姨嗎？」

從她身上，深刻感受什麼是為母則強。由於如如癲癇發作型態大多屬失張力型發作，發作時就如木偶斷線般，整個人會無預警的摔落，很容易造成二度傷害，為了減少不必要的傷害，必須要戴軟式安全帽，但是市售的這款安全帽都是純白色，對一位小女孩的單純認知而言——好醜，不願意接受，母親為了她的安全，特地自行研究要如何做出如如滿意的安全帽。皇天不負苦心人，母親成功地親手為她製作了人人誇讚的獨特安全帽，有許多孩子喜歡的不同花色款式。

玉兒是一喜歡唱歌、表演的女孩，因著十五歲患得腦炎，引發了頑性癲癇，由於每月發作十次以上，智力也受到損傷。猶記得剛認識她時，她是排斥外人與她近距離接觸的，若與她意見相左，她也不願意接受旁人的建議，但如今的她，不但會對我熱情擁抱，也能獨當一面地站在舞台上表演；為何她會有如此截然不同的改變呢？全歸功於其韌性極強的母親。自從玉兒的母親從廣播中聽到我的受訪，就帶玉兒加入了協會，每次活動都可以看到她們母女的身影。為了讓玉兒能自立、心靈能健康的成長，母親帶領玉兒到無數個庇護工廠、啟能中心，但最終還是因頑性癲癇被拒於門外，雖然遭受一次又一次的閉門羹，但玉兒的母親仍然努力地為她找尋願意接納她的適合學習環境，感謝上帝，為玉兒開了一扇門——龍山啟能中心，玉兒因著有許多的學習機會，建立了自信心，與原本的景況判若兩人。



若非自身曾經與頑性癲癇共伍，能夠確實同理癲癇朋友、家屬的需要，非社工系畢業的我，怎能有機會接觸如此多的癲癇個案，看到如此多感人的故事，甚至有一股莫名的毅力，持續為癲癇朋友、家屬舉辦各種不同性質的活動，並適時為這群需要者發聲。

2017年8月及9月，為了幫助癲癇朋友與家屬紓壓、挖掘不同的樂趣，舉辦了園藝治療課程，雖然只是五次的課程，但許多參加者都有很大的突破。第一堂課時，萱萱毫無笑容地與媽媽走入教室，就在作品完成時，她的臉上竟綻放出不可言喻的笑容，看到她別具創意的作品，一旁的母親似乎難以置信，在大夥的讚美中，我看到萱萱與母親臉上截然不同的滿足感。在第三堂插花課時，如如和母親也來參加，雖然是中途加入，但明眸皓齒的如如插花時專注的神情，令人難以想像她是個中度智障的孩子；事後母親告知，自從那天插花課後，回到家一有時間，如如就沈浸在拈花惹草中，很自然的遠離了3C，本來每天都會發作的癲癇，發作頻率也降低了。最後一堂課，給了學員一個大挑戰，一人要插兩盆花，在靜兒身旁的母親告知，她特地交待母親今天不要插手，讓她自己完成要送給醫師的作品；當她的作品完成時，全場驚呼「好美喔！」。

幾堂園藝治療課，雖然我只能在一旁「插花」，負責全場攝影，機動性的服務每一個學員，但是我也享受在其中；看到每一位癲癇朋友與家屬專注在手上的每一朵花、每一片葉子，當作品完成時，個個都人比花嬌，這一幕幕讓我至今回想都點滴甜蜜在心頭。

人生上半場與眾不同的歷練，為我帶來今天倒吃甘蔗的充實人生，很感恩有機會親身體驗學習這一門另類功課—癲癇，讓我更有力量幫助形形色色的癲癇朋友與家屬，並為他們解開許多癲癇的相關疑惑，甚至有機會獲得文化部、法務部矯正署與衛生福利部社會及家庭署所頒發的「第一屆生命奮鬥獎」，也能從北到南受邀到不同的場合中宣導癲癇。雖然這是一場不知何時才能完成的奮鬥，但能夠有機會服務如此多需要的癲癇朋友與家屬，也就不枉此生矣。



編者小語：

幼玲大朋友：

雖然文章中沒有明說，但是我們知道您是台北超越巔峰聯誼會的會長。您犧牲自己的許多寶貴時間，一次次的舉辦癲癇朋友活動，也在眾多不同的場合中宣導癲癇知識，不但鼓勵了許多病友，也提供了難得的聯誼機會。

您獲頒文化部、法務部矯正署與衛生福利部社會及家庭署的「生命奮鬥獎」，的確是實至名歸。讓我們一起攜手繼續努力！



癲癇朋友 | 成人組 佳作

那就這樣吧

李昭慶

在健康的時候，做好自己想做的事，其餘的事，那就這樣吧。

別人的想法往往不是最可怕的，最可怕的是，自己認為自己不應該過得如此，不願接受如此重大的挫折，不想在生命面前人是如此的謙卑，繼而忘了安排以後的人生，短短幾句話說來簡單，自個兒做來約十年才有小成。

我獨自跟同學搭飛機去韓國，同學來邀我時我說：我是癲癇病人，我有吃藥控制已經一段時間沒發作了，但是如果我發作，請幫我顧好當下環境是安全的，並把我側躺，因為我會失去意識，安全後不用太顧慮我，依照從前經驗約兩三分鐘就停止了，最多機率發生在凌晨。同學說好，叮嚀我預備好藥品及按時吃藥，就出發了，他說他相信「按時按量吃藥已經一段時間沒發作了，應該穩定了」。事後證明他是對的，我的擔心變多餘，但仍在，只是像柏油路那樣被刨掉了一層，我不知道是要再鋪上那些擔心，才能看起來比較好走，還是要繼續往下刨，直到原本自然面貌的土地出現，才能大大的喘口氣。

在 LINE 群組裡，成大醫院結合了我們一群病友創立了「好樣的青年」群組，群組裡傳來消息：癲癇協會受邀參加今年第十七屆慈光撞球賽，這是全台身障者們都會來參加的比賽，只要有興趣，可以在賽前先去與慈光撞球隊員練習之後參賽。於是在賽前練習結束後的某天，突然感覺，好好睡喔！有一種好久不見的睡眠品質啊！一躺下去沒意識是如何入睡的，醒來後好像身體變輕，世界更明亮的感覺，難道是醒錯世界了！？不明就裡時，健康新聞的群組傳了一篇文章，內容說到：要讓大腦休息，只有睡眠是不行的，白天大腦常用的區域想得到放鬆，需要運轉一下別的區域，也就是要換別的軌道跑一下，恰恰證明了賽前練習那一晚為何有如此好的睡眠品質了。比賽結束後，我用個撞球之夜，給自己每周一次，專注在不複雜但仍需簡單思考角度的撞球上，台南慈光撞球隊的隊員們也熱心觀察並調整我錯誤的姿勢，在磨練一段時間後看到打出

去的球進袋了，哇~球藝信心大豐收啊!一位最熱心指導我的伯伯告訴我：「打球不要急，慢慢瞄，球是圓的，多數人這樣打比較好進，少數人那樣打也是會進，但一開始的習慣姿勢要養好要正確。」萬分感謝他阿。

雖然忍著但有時夜深人靜，我想著如果不是這樣有多好多好，想著為什麼是我這樣，告訴自己要停了該睡了，卻像個成災的雨，心中殷殷期盼的望著老天爺，眼裡百般無奈的，是黑夜裡撐著身體但無法歇息的自己。如今，每天思考的是如何管理自己，每天糾結的事情，已經變成「我想偷懶放鬆一下」與「可是我規畫要做的事還沒做到」，至於無法控制的身體，或其他無法控制的，那就這樣吧。



編者小語：

昭慶大朋友：

是的，那就這樣吧。人生只要行的正，不做奸佞巧詐之勾當，自然一路走來芬芳如花，何必在乎他人之想法!



社會朋友 | 國小組 第一名

擁抱放電的天使

趙家亨

自古以來，在這世上，無論生物或是人都會有優缺點，沒有任何人是十全十美的。有人頭腦好、反應好、課業表現優秀突出，但家境清寒，有人家庭富庶衣食無缺卻有先天性的障礙，有人志向遠大，卻心有餘而力不足。由此可見，完美無缺的人真的很鮮少。而不論自身條件如何，最愚昧無知的人，便去排擠一些比他弱小、或患有疾病、殘缺的人。而這些患有疾病但是不易被發現的，就是被「癲癇」所苦的那群「放電天使」。

我記得在一次晨間活動時，資源班老師在進行特教宣導時曾經介紹過「癲癇」的定義，這也是我第一次接觸到癲癇這個陌生的名詞。「癲癇」，顧名思義，是具有中樞神經系統的生物才會發生的一種「腦部異常放電」，約二十人中會有一人在一生當中的某個時刻發作，其中一成的人會反覆出現成為所謂的「癲癇」，全台估計約有十萬多人有此症狀。假如癲癇發作在腦部的動作區，就會導致抽搐；有時發生於感覺區，就會有奇異的感覺；假如整個腦部一起大量放電，就會呈現全身性的僵直痙攣或失神等狀態。不過發作時間均很短暫，大多持續幾秒到幾分鐘，很快可以恢復正常，發作期間的記憶狀態也因人而異。癲癇多發於兒童時期，在醫療科技日新月異之技術下，如果能從小治療服用藥物，也是有極高機率能道別癲癇。

所以，在平時沒發作時，癲癇患者還是能與一般人一樣的生活、工作，只不過，或許是因為有這種疾病，導致許多人心中產生疑慮，擔心他們是否會在工作中癲癇發作造成影響，然而只要不要從事風險較高的工作例如司機、建築工人等，其實還是能順利地完成工作。所以大家應該設身處地的想想，如果今天自己是那個受困在陰暗的森林中尋不著出路的人，一定會希望有人會來幫忙啊！那些癲癇患者也是一樣，最需要的是讓他遠離黑暗角落的關心、及讓他邁向夢想的助力，而不是冷嘲熱諷甚至打壓歧視。因此，各位要一起來了解、關懷癲癇，幫助他們走出陰霾，邁向陽光的未來。但我深深覺得在付出關愛的同

時，也要注意別過度保護了，才不會讓他們無法在社會上立足，才能讓自己堅強起來，癲癇朋友們需要的不是同情，而是真正的理解和接納，能夠同理他們與眾不同之處，但更重要的是，也要肯定及欣賞他們身上獨一無二的優點和能力。

記得奶奶有跟我提過，在我出生前後，她曾在宮廟做志工有七年的時間。宮廟志工之中有一位和奶奶非常熟稔的資深師姊，她的孫女就罹患了癲癇。聽奶奶說，她的孫女也快四十歲了，平常安靜少話，雖不會主動做事，但只要有人請他幫忙，工作起來拚勁十足，比誰都還要認真。她不太會與別人聊天，需要主動去親近她，她才會和你講話，當她祖母生病時，也會騎摩托車載她祖母去看病，她有著一顆純潔善良的心。由此可見，癲癇患者一點都不可怕，甚至能比常人更誠實、更可愛、更善良。

其實一直以來，我對「癲癇」這個名詞可以說是一無所知，跟大眾的觀念一樣，認為癲癇就是一個會令人抽搐、口吐白沫的症狀。但透過網路的資訊及師長的宣導，才讓我逐漸認識這個症狀，也才知道原來牛頓、梵谷及諾貝爾等偉人原來都患有癲癇，且他們能名留青史，做出對世界有極大的貢獻！所以癲癇患者絕不是一些令人畏懼的對象，甚至能比一般人更優秀、更有才能！但是現今癲癇的病症似乎仍不太被重視，還有那麼多的放電天使等待著我們的援助。希望社會大眾能多多了解跟關懷「癲癇」，才能明白如何照顧、關愛他們，讓他們不再受到摒棄的眼光，成為最完美的自己，邁向最光明的未來，讓我們一起用愛擁抱這群放電的天使，期許他們在未來可以發光發熱，發揮所長！



編者小語：

家亨同學：

你年齡雖小，但很有愛心，也很認真地去了解什麼是癲癇。

你文中寫道，癲癇患者絕不是一些令人畏懼的對象，癲癇患者一點都不可怕…。是的，癲癇朋友常受到不公平和異樣眼光的對待，確實也反映出一般



人的心態。其實，癲癇朋友也是正常人，每個人都會生病，癲癇朋友只是罹患癲癇症罷了，和一般人罹患高血壓和糖尿病沒有兩樣，沒有理由以異樣的眼光看待他們或給與不平等的對待，他們怎麼會是令人畏懼可怕的對象呢？這些全是偏頗的認知！

又，你文中寫道，現今癲癇的病症似乎仍不太被重視…。其實，他們是相當被重視的。台灣的癲癇相關活動、癲癇團體和癲癇朋友聯誼會之多，幾乎為全球之冠。正如同這個徵文比賽，舉辦之規模和次數應該是世界第一。但我們不應以此為傲，確實還有很多工作等待我們去完成。

社會朋友 | 國小組 第二名

如果有魔法

陳品好

如果有魔法，這世界會變得不一樣！如果有魔法，這世界會變成什麼樣？魔法世界令人著迷，也讓人困惑。

就讀國小中年級的我，對世界充滿好奇，對魔法充滿想像，被哈利波特的魔法奇幻深深吸引，甚至期待有朝一日就讀霍格華茲魔法學校，學習魔法奇術。不過，現實世界裡，我就讀一般的公立小學，只過著平凡的學習生活，因為班上轉來一位患有癲癇的同學—曉萱，而變得有點不一樣。

曉萱長得甜美可愛，經常面帶笑容，外表和同學們差不多，老師說曉萱患有癲癇，是一種腦部會不正常放電的疾病，平日都有按時服藥治療，要我們多包容、關心她。我不太了解癲癇這種疾病，所以小心翼翼的觀察，曉萱上課容易分心，有時情緒、行為比較衝動，她會追逐同學、抱住同學，好像在玩，又好像在生氣，有時像是玩過頭，讓人覺得有點不舒服。有一次上課，曉萱好像電腦當機一樣，頭偏一邊、臉部抽搐、眼神放空，持續一分鐘左右，曉萱變成電腦休眠和關機模式，趴在桌上睡著了。這是我第一次看到癲癇發作的樣子，有點緊張，好像癲癇女巫施了魔法，讓曉萱的世界突然暫停。老師說明這是發作的樣態，請我們協助記錄曉萱每次發作的時間，可以作為醫生未來診治的參考。

有一天，戶外下著毛毛細雨，曉萱在操場邊撿拾小樹枝，突然癲癇發作，整個人定住有點搖晃，在走廊遊戲的同學看到，千鈞一髮之際衝上前扶著她，避免她跌倒受傷。同學分工合作，有人幫忙撐傘、有人快速通報師長，好在曉萱只是癲癇小發作，發作後她覺得很累，老師帶她到健康中心休息，於是，曉萱又進入電腦休眠狀態，睡了好長一段時間。那時候，我真希望我有魔法，可以把曉萱從癲癇女巫的手中拯救出來，不要再突然當機了。後來，曉萱到醫院做了很多的檢查，醫師診斷曉萱是「下視丘錯構瘤」引發癲癇，雖然我還是不



太了解這種病，但醫生幫曉萱換藥，好像有讓她大當機的狀態少一點，但還是會有整個人突然放空的情況。曉萱的父母很辛苦，為了她經常跑學校、跑醫院，沒辦法安心工作，但也因此常常到學校來關心曉萱，也關心我們全班的同學。

有句話說：「用平凡的愛，做不平凡的事」，如果我有魔法，我想要幫助曉萱，把癲癇女巫這個可怕的控制狂封印起來，再也不能傷害任何人。



編者小語：

品好同學：

從文章中看出妳很有愛心，你的文章雖短但卻點出了幾個重點。特別是，你說曉萱發作時，千鈞一髮之際立即有同學衝上前扶著她，避免她跌倒受傷，此時同學分工合作，有人幫忙撐傘、有人快速通報師長…，老師也請你們協助記錄曉萱每次發作的時間，以作為醫生未來診治的參考。上述這些，正是我們多年來對學校老師和行政人員宣導癲癇知識時的重點。因為同學間相處的時間可能比老師還多，例如在下課時、上廁所中或上下學途中，能夠及時伸出援手的大部分還是同學。

社會朋友 | 國小組 第三名

我在你身邊

李宥霖

當那天看到你轉學時，我的心抽動了一下，你說，我們可以用電子郵件、臉書跟 Line 聯繫。於是，我晚上寫完功課後，就會跟爸爸借電腦寫電子郵件給你。

我從你的臉書動態上，看到你在新學校交到新同學跟新朋友，我彷彿也從照片中看到你臉上的陽光。然而，隔了幾天之後，我發覺你的臉書很久沒更新，沒用 Line 聯繫，也很久沒收到你的電子郵件。我覺得不對勁，所以，我跟爸爸要了你新家的電話。

鈴！鈴！鈴！電話聲叫了好幾秒，都沒人回應，我的心七上八下，噗通噗通的跳著。

終於，一聲「喂！」，接電話的是你的媽媽。我問了你的近況，伯母才跟我說，前幾天你被人打到頭。

原來是新學校的同學無意間知道你患了癲癇，說了不好聽的話，說是「羊癲瘋」、「豬頭風」，又加油添醋地說道這會遺傳也會傳染，說不要和「傻瓜」玩。你原本摀住耳朵，後來只是要揮揮手，要他們不要再講了，卻讓其他同學誤解你要動手，於是頓時火山爆發，一發不可收拾，你的頭掛彩了。

真是可惡，我聽到時也感覺耳旁一陣沖天炮！

雖然，患了癲癇的你，可能會出現昏倒，口吐白沫，大聲喊叫等症狀，但只是一時的，經過數分鐘到數十分鐘就會恢復，又不會遺傳也不會傳染！

伯母將電話轉給你，我跟你說著，天都下雨了，你當然要趕快撐傘快步離開，不應該傻傻地淋濕全身，你應該要告訴自己，我是小太陽，我照耀之下的天空更美麗。



當你一句一句說著，我的心很憤慨，我的心也好痛。

我想起我們一起到圖書館看書，一起打球，一起慢跑，一起騎腳踏車。只要吃癲癇藥控制病情，你跟平常人都一樣啊！

突然，你想起什麼似的。

「不要忘記關上你的門。」你說。

我說：「我只有窗戶，沒有門。」

這是我們之間的暗語，你從電話的那頭開始噗哧笑了出來。

對於癲癇病症，每個人的感受不盡相同，我們應該藉此機會，站在不同的角度來看待癲癇的病人。就像醫生叔叔用溫柔和肯定的語氣告訴我們，癲癇不可怕，應該以健康的心態去面對，我們更應用更開闊的心胸迎接癲癇小朋友，讓愛發聲，與人分享。

嘿，夜空盡是漫漫星子，你和我都在其中。而你，總有我在身邊。



編者小語：

宥霖同學：

你文章中提到，學校的同學說了「羊癲瘋」和「豬頭風」這兩個名詞。

這兩個確實是癲癇過去的名稱，老一輩台灣人稱癲癇為「豬母癲」，又有的說叫「羊暈」。其實不論是羊癲、羊暈或豬母癲，全部都是癲癇，只是以發作當時所發出的叫聲或手腳外觀形狀的不同而賦予不同的命名而已。原因如下：

癲癇大發作（全身僵直陣攣發作）的患者在發作剛結束時，因為口中聚積大量口水，加上欲彌補發作中因呼吸抑制而缺氧造成的代償性快速呼吸，因此呼吸中夾帶口水而發出咕嚕咕嚕的聲音，像豬叫一般，故本省老一輩的人常

稱癲癇為「豬母癲」。有時口水還會噴出，這就是通稱的「口吐白沫」了。同理，有的患者在發作結束後的喘息聲似馬跑步時之鼻息者，則過去稱為「馬癲」。

癲癇大發作（全身僵直陣攣發作）的患者在發作的僵直期，四肢會僵硬地伸直舉起，很像羊頭上之雙角，故以其形狀得名，稱為「羊癲風」或「羊角風」。又因為病發時常會昏倒，故又稱為「羊暈」。大發作初期，患者喉頭常不自主發出一連串短而急促之聲音，聲音強而有力似狗吠者，在過去這種病人的癲癇被稱為「狗癲」。

起源於內側顳葉的癲癇發作，尤其是來是海馬回者，發作時常會因為放電側的大腦喪失抑制作用，導致放電同側的手腳發生自動症（automatism），病人會有像猴子一樣地搔抓動作，故亦有人稱癲癇為「猴癲」。以不自主的叫聲來表現的自動症，如果發出的聲音似雞啼者，則稱為「雞癲」。

所以實際上不論是羊癲、豬癲、雞癲、馬癲、狗癲或猴癲，全部都是一樣的病，只是以發作當時所發出的叫聲或手腳外觀形狀的不同而賦予不同的命名而已。這些都是民智未開時的不雅用語，不但傷害了癲癇朋友，也造成歧視，應該屏棄不用才是。



社會朋友 | 國小組 佳作

關懷癲癇情

謝秉佑

「癲癇」是什麼？原來我連這二個字都不太會讀，後來在一次綜合課中，老師特地安排認識癲癇的課程，才知道它是因大腦內部的不協調，以及不正常放電所導致的一種疾病，發作的時候會兩眼上翻，口吐白沫，也因此常常造成旁人異樣的眼光。

為了進一步了解癲癇，也詢問了媽媽是否知道？原來他們一樣可以是一位優秀的學生，可以是老闆身邊的得力助手，但被人察覺他們發作時，便是他們痛苦的開始；他們受到他人的言語諷刺，懷疑他們的實力，不再備受信任，因為他們一時的不同，而被貼上標籤，讓他們難以走出陰霾，甚至漸漸的失去對人生的希望，懷疑自己活在這人生中的意義，是否成為他人的負擔？這些負面的想法將會一直縈繞著他，使他一生活在黑暗中。

在媽媽的解說後，我對癲癇有了初步的了解了。其實，癲癇不可怕。所以，我們不應該抱著「噁心」或「退避三舍」的心態，人人都不是十全十美的，我們應盡全力幫助其他人，如癲癇患者。

我相信每個人都不希望自己生病，鼓勵就像久旱後的一場大雨，喚醒了世間生物。愛總是給人們以希望、自信，能讓人充滿活力，因此我們要以同理心來關懷並鼓勵癲癇病友，以柔軟的心善待每一個生病的人。



編者小語：

秉佑同學：

你文中寫道：「但被人察覺他們發作時，便是他們痛苦的開始；他們受到

他人的言語諷刺，懷疑他們的實力，不再備受信任…，而被貼上標籤，讓他們難以走出陰霾，甚至漸漸的失去對人生的希望，懷疑自己活在這人生中的意義，…這些負面的想法將會一直縈繞著他，使他一生活在黑暗中」

你這幾句話反映出社會上許多人對癲癇朋友的眼光，其實這是非常錯誤的。許多癲癇朋友相當出類拔萃，他們有大公司老闆、大學教授、內外科醫師、國中小老師、工程師、律師、鐵人賽國手、軍官、警察、藥劑師、博士研究員、科學家…等，他們的成就遠超過社會大眾，怎麼會「一生活在黑暗中」呢？

讓我們一起扭轉那些自以為是的偏頗短見吧！



社會朋友 | 國小組 佳作

癲癇不可怕

易昀

逛街時突然看到有位哥哥手腳抽搐、跌在地上，媽咪一看到就擠進人群幫忙急救。我聽到旁邊圍觀的阿婆說：「啊，羊癲瘋發作…」，我想，媽咪是受過急救訓練的專業人員，應該沒有問題。

「昀，把包包裡的手帕和紙巾拿給我！」媽咪已經把外套脫下，摺起來當枕頭讓他墊著，遞給媽媽的手帕已經被捲成長條狀塞到嘴裡。我看他口吐白沫、表情痛苦，媽咪一面幫他把嘴邊的口水擦乾淨，一面輕輕拍著他說：「放輕鬆，沒事了！」

這時，急救人員已經到現場，媽媽才站起來讓醫護接手，臨走前，媽媽一直和手掌緊搓在一起的哥哥說：「放輕鬆喔！」我都緊張死了，怎麼還有辦法叫病患放輕鬆呢？

媽媽簡單清潔完畢，我才知道那位哥哥是癲癇發作。「癲癇？好陌生的詞喔，媽咪，妳有學過怎麼救癲癇嗎？」我問。

媽咪搖搖頭接著說：「我沒學過，但是我得過！」

原來，媽咪小時候經歷父母離婚、個性很叛逆，在情緒非常激動或是極度疼痛的情況下就會發生癲癇。一發作會緊咬牙齒、口吐白沫、肌肉抽搐，當時被家裡長輩認為是魔鬼附身很不祥！讓媽咪非常害怕，甚至還被排擠！

後來表姊帶她去醫院找原因，才了解「癲癇」。醫師解釋，許多病變都會引起腦細胞過度放電，情緒也是其中一環，所以要媽咪配合吃藥，還要學會處理自己的情緒。

在媽咪小時候，癲癇常被稱為「羊癲瘋」、「豬母癲」，發作時旁邊的人都

會害怕、躲得遠遠的。很多人誤解要對發作的病人口中塞原子筆或是筷子、鐵湯匙，有時被咬斷，害病人牙齒斷了，嘴巴、舌頭還有可能會受傷。

經過服藥和調整情緒，這麼多年媽咪腦部再也沒有奇特放電。後來媽咪學習急救課程，希望遇到「癲癇」病患時可以用正確的方法來處理。

經過這次奇特的經驗，我對「癲癇」有了認識。不過，我不喜歡「羊癲瘋」這個名詞，羊很少瘋瘋癲癲的，況且癲癇並不可怕，希望不要再有人誤會羊和病患了。



編者小語：

易昀同學：

你文中寫到，媽媽小時候在情緒非常激動或是極度疼痛的情況下就會發生癲癇。這是正確的，癲癇很容易經由某些因素所誘發，常見者有下列數種，若能避免，則可減少發作之次數：

1. 壓力：是最容易誘發癲癇的原因，不管是身體上疲憊所致的有形壓力，或是精神上無形的壓力均可。
2. 熬夜：生理時鐘的改變極易誘發癲癇發作，熬夜尤甚。
3. 刺激性食物：包括咖啡、茶、酒、檳榔及可樂等提神飲料或食物，導致精神過度亢奮，因而失眠，睡眠受剝奪而發作。
4. 不規則服藥：血中抗癲癇藥物濃度不足，也極易導致癲癇發作。
5. 月經：許多女性癲癇朋友在經期前後或排卵時容易發作，此與女性荷爾蒙有關。這點在停經前無法避免，但可以在經期或排卵時時服用特殊輔助之抗癲癇藥物來對抗之。



社會朋友 | 國小組 佳作

敞開心房學習接納

侯俞綺

常聽人說，要接納別人與自己的不同處，儘管灌輸了這樣的想法，但真正碰上的時候，我們依然手足無措，緊張的杵在原地，不知如何是好，這就表示，我們並沒有將心底那扇鎖的最深的用，徹底的撬開，而打破埋在最深處的成見。

猶記得那一年的夏天，仍然年幼無知的我，深深的傷透了一個人的心，或許，這就是正所謂「無心插柳柳成蔭」吧！那只是一個平凡的下午，跟隨祖父張羅晚餐，而排隊等候的時候，正在切東西的一名男子，忽然如觸電般往前傾，手中的菜刀掉落在地，剎那間，我嚇傻了，一句不經大腦思考的話語順勢脫口而出：「他好奇怪，一直抖，真是中邪了」我不曉得我的話語是否已一字一句的烙印在他的心中，但我知道，他投給我的眼神深刻的告訴我，他很受傷，即使是一個無心的過錯，也可能在別人的心中，留下難以抹滅的傷口，傷會好，但疤痕是永遠難以撫平的傷痛。

事後，我才了解那個陌生的疾病，叫做癲癇，而事隔七年的今天，又再次勾起的和癲癇的淵源，班上的癲癇患者讓我重新認識了癲癇，而我也思考到，比起我們的冷落，比起我們的歧視，或許，他們更需要的，是我們的鼓勵，與關懷，即使他們在先天上不足，但是，只要依靠後天的努力，一樣可以和一般民眾一樣，完成許多事，不要覺得他們不可能，因為，他們時時刻刻都在挑戰極限。

「接納、欣賞、諒解、包容、幫助」是我們該對他們的態度。



編者小語：

俞綺同學：

是的，現今社會大眾對於癲癇朋友最做不到的一件事就是「接納」。特別是求職和投保上，經常不被接納。因此，我們若真心要幫助癲癇朋友，第一件事就應該敞開雙臂接納他們。



社會朋友 | 國中組 第二名

一份同理 一份關懷

蔡欣穎

在迢迢的人生路途上，看似不如人意的「災難」未必都是禍，用毅力和樂觀正向的心態來克服眼前的逆境，相信就能將看似「災難」的人生逆境轉換成為奉獻社會的最佳動力。

有次在翻閱報章雜誌時，偶然看見一篇有關於癲癇的報導，「癲癇」是我從未聽過的病名，透過了這篇報導，讓我更加認識這種疾病，從這篇報導中，我看見了這名受訪的癲癇患者，自從得知自己罹患了癲癇後，並不覺得自己失去了什麼，反而更加珍惜身邊所擁有的一切，雖然有時會害怕當癲癇發作時會弄傷自己，也常有不定時會發作的困擾，對他而言，彷彿是一顆隨時都會爆發的不定時炸彈。使得許多癲癇患者總是活在憂鬱、恐慌當中，甚至選擇逃避人群或自暴自棄，似乎失去了未來的人生方向，但這位報導中的癲癇患者，仍然抱持著希望用正面積極的心態，樂觀的開創幸福未來，讓我十分敬佩。

癲癇又稱伊比力斯症，是一種腦部疾病，當腦細胞不正常放電時，就會導致突發性的抽搐、意識改變、異常感覺、怪異行為.....等等症狀。但意識恢復正常後，患者通常無法記得發作時的情況，也因此癲癇患者們時常會遭到旁人的異樣眼光，使癲癇患者在社會上失去了立足點。

這篇報導讓我有很大感觸，受訪者表示，雖然無法改變癲癇症患者的身份，但從小就下定決心要過著正常人的生活，這也許就是他能夠自在的與癲癇共處的關鍵之一，並且發揮不恥下問的精神，不斷詢問醫生關於癲癇的相關問題，更值得一提的是，這名癲癇患者有顆求知向上的心，在短短十五個月內完成教育心理學碩士的學位，他以教育的方式，讓更多人認識癲癇，同時也消除他們對於這個疾病的常見迷思，這位受訪者良好的學習態度及理念，是我值得學習的典範。

一份同理，使他們不再退縮。一份關懷，使他們不再是一個人。燃起心中的希望之火，堅強的在命運之風暴中奮鬥。或許，旁人的鼓勵就在一句句問候中建立起自信心，使癲癇患者們也能抬頭挺胸，踏著充滿希望的腳步，自信的走在未來夢想的道路上。



編者小語：

欣穎同學：

你文中寫道：「…許多癲癇患者總是活在憂鬱、恐慌當中，甚至選擇逃避人群或自暴自棄，似乎失去了未來的人生方向」

是的，癲癇朋友的人際關係是一項不易的課題。癲癇朋友常見的心理創傷，例如同學因不了解癲癇，怕被傳染而不願意與其交往，甚至被同學模仿其癲癇發作時的抽搐而取笑。有的則因為抗癲癇藥物之副作用導致上課時嗜睡，以致成績落後，而被老師誤認其懶散而予處罰或被同學鄙視。或因為造成癲癇的疾病本身導致智力缺陷，因而造成學習障礙及成績落後，而被同學嘲笑輕視。成年後復因癲癇無法報考駕照、求職不順，或結交異性與婚姻不易等的挫折，均可造成情緒障礙而選擇逃避人群或自暴自棄。

讓我們一起來協助癲癇朋友踏出充滿希望的腳步，自信的走在未來夢想的道路上！



社會朋友 | 國中組 第三名

以欣賞之念融化寒冰之心

蕭郁琦

「瞭解、接納、尊重、關懷與肯定」每一個人的生命都是獨特且無價的，生命的珍貴之處就是要活得有品質、感覺有意義，但有些人卻不懂得愛惜與尊重他人，人是群居動物，不能離群索居。我們不僅是一個獨立生活的個體，同時也是整個社會的生命共同體。

凍土因暖陽而甦醒；人生因擁有他人的欣賞才可能改變，如同千里馬遇到伯樂，諸葛亮獲得劉備的三顧之禮。沒有被欣賞的人生，就像一株凋零的花朵，繁華落盡，燦爛的一刻留待追憶，在秋風摧殘下枯萎，最終化作泥土。每個人都渴望得到他人的欣賞，相對的，每個人也應該學會如何欣賞別人。「我見青山多嫵媚，料青山見我亦如是。」欣賞與被欣賞是相對的，所以欣賞者必具有愉悅之心、仁愛之懷、成人之美；故被欣賞者產生自尊之心、奮進之力、向上之志。

我曾經在電視上看到一則報導，在美國 馬里蘭州一位三十三歲罹患癲癇的患者 Mengason，癲癇使她陷入昏迷且喪失記憶，這故事或許是讓人悲傷的，但她卻形容自己的故事是上帝的恩賜的。「這是我的人生，不需要自怨自哀，不需要覺得自己不一樣。我真的非常幸運，我知道我真的非常幸運。」Mengason 說。

癲癇不是一種單一疾病，是一種長期性神經系統疾患，全世界約有1%的人口患有癲癇，這數字看似不大，全球卻有六千五百萬人罹患癲癇。我們總是對他們避之惟恐不及，使他們形孤影單。也許他們只是上帝在創造醞釀的過程中，不小心出了點差錯，才使他們和我們有些差異。

我們時常在遇到突發狀況後陷入驚慌狀態，不能及時給予援護，或許有一天你在街上會遇到癲癇患者的突發狀況，此時，絕不應該在病人口中放入任何物件，因為這有可能對雙方造成嚴重的傷害。在患者發作時為避免亂動而出

現滾下樓梯或撞牆等意外事故發生，應該首先確保病人周圍環境的安全。

「每滴水裡都藏著一個太陽。」欣賞是一劑良藥，每個人都有不同的美，而我們也應該去欣賞他們所擁有的美，且接納他們，人與人之間的關懷與幫助，能化解一顆顆冰涼的心。



編者小語：

郁琦同學：

你文中寫道：「我們時常在遇到突發狀況後陷入驚慌狀態，不能及時給予援護，或許有一天你在街上會遇到癲癇患者的突發狀況…」

是的，誰都預料不到或許有一天會在街上會遇到癲癇朋友發作，若是平常就對癲癇的相關緊急處置方式稍作留意，遇到突發狀況時就不至於陷入驚慌狀態，而未能適時給予援護。也許，這位發作的癲癇朋友正是你的家人。

因此，平時多留意癲癇的相關緊急處置方式，利人利己，何樂而不為？



社會朋友 | 國中組 佳作

愛 癲癇

林思好

在這個社會中，你是否曾經在路上看過有人突然間雙目上吊、牙關緊閉且口吐白沫？又或者是公車行駛的過程間，你附近的乘客一直發出一些十分詭異的聲音，例如：砸嘴、咀嚼、吞嚥等？還是說在機場看到準備登機的旅客突然發狂似的，臉、手和腳局部等不停抖動、抽搐？這些人們覺得古怪而發出排斥、嫌棄的眼神，對於這些患者來說，可能生不如死。

這個我們陌生卻普遍性高的病症稱為——癲癇。

統計數字指出，在台灣，只要每一百個台灣人就會有一個是癲癇患者，也就是說十分常見。癲癇，可分為先天和後天：先天，主要是靠基因遺傳，除非是父母皆是癲癇患者，否則要遺傳到下一代，可謂是天方夜譚。若是後天因素所引起的慢性腦部疾病，其特徵是由於腦細胞過度放電而導致的反覆性發作，就會伴隨複雜多端的臨床症狀表現，通常會出現抽搐或伴隨意識障礙。癲癇並不可怕，痊癒機會也大，但是需要病人本身、家屬及社會大眾的共同合作，並與醫師密切配合，才有機會將這病症早日消除。

但，一旦癲癇一發作，風險就大了。怎麼說呢？癲癇要是真的發作了，就會分成兩種情況：一為意識障礙，一為全身抽搐。若為意識障礙，如：發呆、迷惘、失神……異樣行為，為了把風險降至最低，我們可以在旁守護，並移開易造成傷害的物件或傢俱；若病人手上有任何的物件，切記勿強行奪取，應該要不著痕跡的拿取，以免激發強烈抗拒，因而衍生意外，在尚未清醒前，也請勿離開或餵食藥物，才能把危險率降低。若是為全身抽搐的話，第一步驟必先保護病人的頭，因為在發作時，很有可能會有自殘的舉動，病人本身也無法控制自己，所以必需先把病人的頭保護起來，以防萬一不小心傷及了頭部，導致生命危險。

「人間有情，關懷癲癇」，癲癇不是一種傳染病，不需要害怕，也沒必要

遠離他們，人一出生就無法選擇自己的樣子，更何況是那些有著先天性或後天得到的疾病，他們憑什麼要接受這些異樣的眼光？憑什麼要受到大多數人的排斥與批評？我們又憑什麼有資格去評論他們？儒家思想中，莊子一生秉持著「人性本善」的想法，為的是什麼？是那即使微不足道且又能溫暖人心的「愛」，這些病人也需要這份愛，我們何不把這冷眼旁觀的眼神轉移為同情心去包容他們？用更友善的態度來幫助並給予他們勇氣，讓他們渡過這一次次的煉獄。這對於他們來說的痛苦，一般人豈能理解？讓我們發揮同理心，一起幫忙癲癇患者吧！



編者小語：

思好同學：

你文中寫道：「一旦癲癇發作，風險就大了…一為意識障礙，一為全身抽搐。若為意識障礙，如：發呆、迷惘、失神…」

是的，癲癇發作具有危險性，一旦意識障礙，合併全身抽搐時當然更嚴重，此時若恰巧處於某些情境縱使時間短至幾秒鐘而已，仍可能導致自身或他人之傷害，例如正在獨自一人泡溫泉、游泳、端熱湯、炒菜、駕駛、走樓梯中…。

遵醫囑規則服藥，避免誘發因素，仍是癲癇朋友把發作傷害之風險降至最低的自保之道。



社會朋友 | 國中組 佳作

我的癲癇同學

邱振庭

在小學的學習過程中，有一位癲癇的同班同學，他是在六年級上學期才知道自己有癲癇；記得他第一次發病時，是在早上上學時倒在教室外走廊，大家都不知道他是癲癇，以為他昏倒了，護理師阿姨急忙叫了救護車送他去醫院。

班上同學對癲癇的認知不多，所以我們都不停的在學習如何幫他，如果以後的職場上面有這樣的人，我們才知道可以怎麼做。我們上了很多課，老師告訴我們如果看到癲癇同學發作時，要讓他躺下，周圍的書桌椅子要搬開不要讓他撞到，他在抖動時不要壓住他也不要扳開他的嘴巴，把頭側一邊讓口水流出來就可以了，等到他不再抖動時，再請工友叔叔和護理師阿姨用擔架搬到健康中心休息就好了，他只是頭腦裡有一些不正常的放電，等電放完就好了，不會傳染給同學的。

在一次考試的時候，我第一次看到他癲癇發作，碰一聲頭往後仰倒在後面同學桌上，眼球一直往上看只看到眼白，全身一直抖，老師把他扶到地板躺下，要我們把桌子和椅子搬開，輕輕地把他頭側一邊讓口水流出來，然後通知護理師阿姨來，有的女同學嚇到尖叫，被老師制止，這樣的場景讓我永生難忘。

經過很多次的癲癇發作，老師發現他每次發作，都有類似的情況，前一天很晚才睡覺、有喝很多含糖飲料，在生氣或是緊張的時候，所以我們如果看到他桌子上有奶茶或是汽水，或是在和同學吵架，我們就一定會馬上和老師說，這樣可以避免他癲癇發作。我覺得癲癇同學是需要我們包容和關懷的，也不用怕他會傳染給我們，因為我們都是好同學。



編者小語：

振庭同學：

你文中寫道：「老師發現他每次發作，都有類似的情況，前一天很晚才睡覺、有喝很多含糖飲料，在生氣或是緊張的時候…」

是的，前面也講過癲癇有許多誘發因素，包括壓力、睡眠不足、緊張生氣…等。學理上，喝很多含糖飲料確實對於癲癇沒有好處。相反的，減少服用含糖飲料或甜巧克力後，癲癇可能會有不同程度的改善。這可能是因為改變了食物的平衡，倘若每天攝取的總卡路里數不變，蛋白質攝取量也不變，此時減少醣類攝取就等於增加了脂肪攝取，無形中實踐了生酮飲食治療癲癇的精神，無怪乎癲癇會改善。



社會朋友 | 國中組 佳作

關懷癲癇患者

林昱秀

台灣從過去的農業社會、工商業社會，現已邁入科技化社會。在農業時期，大家相處熱絡，禮尚往來；如今高科技產業雖帶來了許多的方便，卻也造成人與人之間的疏離。弱勢族群的問題，雖在政府的努力下日益改善，但人與人之間的互助與信任，仍遠不如以往「有溫度」。

癲癇族群由於先天或後天的因素，導致在社會上相對處於弱勢。世界上，許多有名的人都患有癲癇症，如：哲學家蘇格拉底、音樂家海頓，都是癲癇症的患者。癲癇症俗稱「羊癲癇」，在發作時會全身發抖、倒臥在地、兩眼上吊、眼神呆滯，嘴裡還會流出口水。第一次看到的人，總會驚慌失措、無所適從；但只要對癲癇症有初步的認識，就知道可以讓患者側身，讓他不被口水噎到、嗆到，發作過後，再讓患者適當休息就可以了。

記得爸爸曾跟我說過，國中時期他有個患有癲癇症的同學，下課時，大家嬉笑玩鬧間，突然「碰！」的一聲，回頭一看，才發現這位癲癇症的同學已經躺在地上，身體不斷抽搐，把大家都嚇壞了！幸虧老師趕來處理，趕緊將那位同學送醫治療，最後終於平安無事，但爸爸說這位同學後來就轉學了，再也沒見過他。癲癇患者因為會不定時發作，所以身邊常須有人伴隨左右，才能保護他們生活上的安全；又因癲癇症需要使用藥物控制，造成他們在求學期間無法專心、學習力下降等…情況。但癲癇患者發作並不是自己能控制的，發作時流口水、抽搐…等症狀，容易造成他人的排擠或嘲笑，異樣的眼光長期投射在他們身上，使他們遭受到極大的精神折磨，也讓他們缺乏自信。因此，對於癲癇患者，我們除了給予生活上的協助外，更重要的，還要多給予一份體諒與尊重。

在社會制度趨近於完善的現代化社會，缺少的是一份尊重及同理心，只有「愛」才能填補這個空缺。我們應該抱持著「人飢己飢，人溺己溺」的精神，同理看待每一個人，使癲癇患者不再活在無助之中。希望社會制度的完善，以

及更多的尊重與關懷，可以讓他們獲得更好的服務及環境，有勇氣面對各種挑戰。



編者小語：

昱秀同學：

你文中寫道：「癲癇患者因為會不定時發作，所以身邊常須有人伴隨左右，才能保護他們生活上的安全；又因癲癇症需要使用藥物控制，造成他們在求學期間無法專心、學習力下降」

其實，除了頑性癲癇的患者身邊常須有人陪伴，保護他們的安全外，一般的癲癇朋友都可以獨立生活。

現在不斷的有新藥問世，這些藥物的副作用較以往的老藥輕得很多，因此以往的老藥副作用導致的過動、注意力不集中或學習力下降，現在已經不太常見了。可是回過頭來，發作時帶來的傷害往往大於這些副作用，此時只能兩害相權下，選擇較無害的一方了。



社會朋友 | 國中組 佳作

關懷癲癇

葉芊芊

「真的假的？她是癲癇患者？」「太可怕了！我們還是離她遠一點好了！」，每到一個新的環境，不陌生的場景一再的上演，小綺又被大家孤立了。

猶記當時，大家趕著去上課，沒人注意到小綺雙眼無神地凝視前方，還低聲地呢喃著，直到她突然大吼一聲，所有人都回頭看她，這樣的「受重視」，也只有在這一刻。「她癲癇發作了！」我大喊一聲，所有人都愣住了，卻沒有人上前幫忙，只見大家飛也似的倉皇跑走，彷彿有病毒正蔓延擴散在此空間…

這次，我告訴自己不能再袖手旁觀！但是我非常緊張，緊張到身體不由自主地顫抖著，汗濕透了我的衣服，就連極力想跨出的步伐也顯得僵硬。我提醒自己不能再耽誤任何一秒鐘，邁開步伐走向小綺，小心翼翼地拿開握在她手上的剪刀，我的手抖到不像樣，那剪刀彷彿長了腳，要從我手上滑落。我大口深呼吸，一邊把小綺附近的桌椅移開，此時她的口中仍然念念有辭，因此我決定待在這裡直到她清醒為止，其實我也很想就這樣放手不管，曾經有次因為熱心助人卻處理不慎而釀成意外，「一朝被蛇咬，十年怕草繩」，因此害怕這次又出了意外，所有的過錯卻要我來承擔，或許大家都是這種心態，以至於社會逐漸冷漠無情。但是這次，我的良心不許我做出任何逃避。

教室裡一片寂靜，小綺正看著地板發呆，彷彿剛才的一切從未發生。「小綺？」我叫了她一聲。她好像聽到了而偏頭看著我，她的眼神還是很迷惘。不知道過了多久，小綺清醒過來，喊了我的名字。我笑了笑，「很高興妳沒事」心裡如是想。

這件事傳遍了整個校園，她曾經所謂的「朋友」也跟她避不見面。無論師長再怎麼勸說，也消弭不了大家心中的恐懼，及對「癲癇」的錯誤觀念。我為小綺感到不捨，因此下定決心幫助她。

記得看過一個影片，「叫我第一名」，那是一部講述「妥瑞氏」患者受到大家不諒解的故事，影片中的校長，在全校週會的場合，讓大家接受他的畫面深深烙在我腦海中。那天，我鼓起勇氣，拿起麥克風，向全校宣導了有關癲癇的正確觀念。患者的症狀以及我們可以幫助他們的方式，也許我做的無疑是杯水車薪，但我相信我一定可以改變一點點。

癲癇不會傳染，也沒有想像中那麼可怕。只要我們能夠去接納、去了解、去幫助。癲癇患者有了我們的陪伴、支持與鼓勵，相信他們的生活會有改善，甚至是開創屬於他們的一片天。



編者小語：

芊芊同學：

你文中寫道：「曾經有次因為熱心助人卻處理不慎而釀成意外，一朝被蛇咬，十年怕草繩，因此害怕這次又出了意外，所有的過錯卻要我來承擔，或許大家都是這種心態，以至於社會逐漸冷漠無情…」

是的，類似的場景常出現在馬路上，大家對車禍的傷者視而不見，生怕熱心救助反而被誣陷為肇事者。將心比心，設想萬一今天我們自己成了傷者呢？

你毫不畏懼地前去救助同學，做出最好的榜樣，值得大家學習。



社會朋友 | 高中組 第一名

平頭男孩

陳卓希

人，其實不需要太多的東西，只要健康地活著，真誠地愛著，也不失為一種富有。我總抱怨自己擁有的不夠，無論得到的再多，終究隨時間掩沒，慾望，無盡無窮；生命，各自用不同的方式在綻放、閃爍著，於茫茫光海之中，唯有一道光芒是柔和的，於萬眾中顯眼的、美麗動心的。

與其無數遍地重溫那個虛幻的、玫瑰式的夢，還不如去一個靜靜的湖畔，採一朵金黃色的野菊花。之前我的視野並不廣闊，我只在乎關於自閉症及過動的相關議題，但自上回因有感而發參加了此徵文比賽，正式開闊了我的眼界；在那之後我參加了不同以往的志工活動，真正看見了各種不同症狀的人們，才明瞭，原來癲癇之中還有無數細分及區別。我學習了一些緊急時的應變程序，並且陪伴他們進行一些較溫和的活動，於過程中，有一位孩子，特別吸引我的目光，或許是因為他比在場的眾人嬌小，特別惹人憐愛，又或許，是因他雖然脾氣有些倔，卻遠比無數人要來的善良、堅強。

世上沒有絕望的處境，只有對處境絕望的人，當一個人靜下心，先從自己的生活開始奮鬥，那便是個有價值的人。休息的時刻我們聊了許久，靜靜地聽他訴說著以往故事，聽他抱怨著生活中的細碎小事，聽他提及與同學間的玩樂而開懷大笑，一切很平凡、很美好；他的癲癇症狀是從小學二年級開始，他說於一次一如往常進行的升旗典禮中，突然覺得不適，一開始以為只是貧血而導致暈眩，卻硬生生倒地。只在恍惚間聽到同學們的驚叫呼喊，之後他什麼也不記得了，其餘皆是聽同學及師長的轉述，才得知那時的他不僅僅不斷抽搐，眼睛直直向下近乎見不著眼珠，甚至口吐白沫，嚇壞在場所有人，包括醒來後的他自己。

螢火蟲的光點雖然微弱，但亮著、閃爍著，便是在漆黑的夜裡，勇敢向黑暗挑戰。經過檢查、診斷，醫生發現他的腦部長有腦瘤，進而引發癲癇；聽到

這裡時，我已經感到傷感與疼惜，無比心疼著眼前這個孩子，但他仍神態自若的講著，甚至時不時觀察我的神態、表情，因為他怕我哭，他說他最討厭別人哭。他於手術前的一小片刻，依然笑著跟父母談天，講著講著，他看到了母親的眼淚滑落，自己也跟著感到難過了，在他認知裡，淚水會感染周遭人的情緒，所以他仍舊笑著，進了手術室。

一個人的快樂，不是因為擁有的多，而是計較的少，就算眼前一片漆黑，但腳下同樣可以開拓出一條光明的路。原來，幾個月前他又再去進行了第二次手術，復原良好，且癲癇已經很久沒有再次發作了，這些皆使他獲得鼓舞、力量；一個小小身軀，承受了如此巨大的負擔、壓力，卻絲毫不影響他那爽朗的笑容，頂著一顆頭髮初長、尚參差不齊的平頭，看起來比一般人還要耀眼。「如果有些事情我們無法控制，那就只好控制自己。」，這是我依然清晰記憶的話語，生命因炙熱的靈魂燃燒，他充分發揮了生命的意義，比起虛無過著安逸的生活，他反倒在崎嶇顛簸的路程中，活得精采、走得漂亮；執著的前行者，不必去與他人比較自己的形象是否巨大，重要的是，要多思考自己邁出的腳步是否紮實。

人只要不失去方向，就不會失去自己；我從這孩子的身上看到許多，也學到許多，生命並不值得故步自封，倒不如把時間充分運用，散播正確知識與正面能量。我於那次活動之後，深深體悟到，言語、行動，真真切切地能成為堅強的源頭，使人自發地去反省、省思，就算不能勇敢地克服前方挑戰、阻礙，至少，得真心誠意去接受它，生命，也許越是純淨、越是透徹，便越是強大，越是擁有絢爛奪目的翅膀，遨遊天際。希望之翼，不論何時何地，引領迷途、失意失落的人們；只要多去關心、留意身旁患有疾病或有所需求的他們，我相信，必能獲得無限啟發、無限深層的感動。愛，不分高低不談貴賤，我從那孩子的身上見到了勇氣與真正的成熟，宛若小小生命鬥士，正傳遞著愛，那份溫度依然留存我心。

把悲傷的心境轉化為柔和，把柔和的心境轉化為愛，如此，這個世間將更加完美，更加，具有溫度。參與他們的生活絕對不嫌麻煩、不須感到抗拒，每一次地接觸，感受皆會有所不同；那次活動我真深深認為自己無比幸運，就因為一次相遇，我能得到如此豐富新知、觸動，一切歸功於他，那個小小的、愛笑的孩子，平頭男孩。



編者小語：

卓希同學：

現今社會。人與人的關係愈來愈疏遠，也愈來愈不會為他人著想。你年紀輕輕就擔任志工，是年輕人的好榜樣，值得大家學習。

就像你說的，只要多去關心、留意身旁患有疾病或有所需求的人，則必能獲得無限啟發、無限深層的感動。這是擔任志工的無形、但最珍貴的收穫，用金錢是絕對買不到的。

社會朋友 | 高中組 第二名

重新展翅的天使

吳庭儀

高二算是高中生涯最忙碌的一年，承前接後，很多事情大概都會發生在這時候吧！開學時依所選的類組重新分班，不過開學至今，大家都忙得焦頭爛額，大、小考，段考，社團活動，校慶節目，忙得不可開交，獨獨一個人例外，她每天第一個到校，但是一整天下來她除了吃飯、睡午覺外，唯一一件事就是望向窗外，像極一隻被囚禁的鳥，想展翅卻怎樣也飛不了的感覺，平時她甚少與人說話，哪怕遇到需要分組討論的課程，她亦是沉默寡言，給人一種相當大的距離感，令人不知如何與她互動。她不用參加社團，所以少掉忙社團活動緊湊步調，同學們私下都叫她"怪咖"。但實在看不出她有何殘疾、隱疾，怎麼可以有特殊待遇呢？什麼都不用參加，社團可是學校強制每一位學生一定得參加，沒選社團的人學校會統一編列，看哪個社團少人就往哪塞。我看她倒是挺奇詭，調查班上同學補習情況時，老師直接將她歸在沒補習名單上，（可她又沒舉手，老師好像是早就知道的樣子）也沒見她看書，上課也沒做筆記，段考成績出來卻是前三名內，讓我們這種補習補到頭快破洞，讀書讀到快掛掉的人嘔死了。她到底是怎樣讀書的，令人不禁對她產生好奇，但想接近她，她總是一副「目中無人、目空一切」無視旁人存在。

這次段考讓我壓力很大結果引發暈眩症狀，所以段考前的體育課，老師都讓我休息在旁，我和她一起坐在泳池邊休息台上，我覺得無聊，就開始自言自語地問她：哈囉！你平常放學後都做些甚麼啊？還是你會去那裡嗎？你喜歡看甚麼樣的書啊？出乎我意料，她開口了：放學就回家啊。就這樣有個開端，我繼續問，她回答。在那之後我如果去買東西、上廁所都會問一下她，要不要一同去，一次次的邀約，慢慢的也讓她卸下防衛，我們這才知道她過去竟是如此風光偉業，戰績輝煌。她說國中時常翹課，到後來乾脆翹家跟著宮廟陣頭四處跑，搞到差點國中沒辦法畢業，也差點死掉。只要我想到的，她大概都做過，我一次次聽她講過去的事，她說的輕鬆，我聽得心驚膽跳，為什麼要糟蹋自己啊。



她說第一次是在國一的時候，有一天開朝會站在操場上忽然覺得眼前一黑，筆直往後倒，壓到後面的同學，瞬間她那排同學像骨牌一樣倒一排，引起不小騷動，事後大家都認為她是貧血才會這樣，可是一次次的發作，症狀也越發嚴重，到後來有次在課堂上發作，竟然抽搐加上小便失禁，雖然時間不長但也足以摧毀她的意志，此後的每一天同學們見到她，避之唯恐不及，有的人會在背後酸她：電影屍速列車是不是參考她的症狀拍攝的啊！讓她害怕上課，怕見到同學那種鄙視、厭惡的表情，之前跟她不錯的同學見到她也都避退三舍，所以她乾脆翹課在外遊蕩，反正請病假老師也都會批准，在家裡也是氣氛很僵，因為檢查不出什麼病，沒有發病的誘因，不會在特定情況下發生，最後醫生宣告：就臨床數據診斷為”癲癇”，需要長期使用藥物控制，這個結論對家裡著實晴天霹靂，父母覺得不可思議，家族中並沒有遺傳病史，為何她會有這種病，為此父母大吵一架，她說那之後很少見到爸爸了。家裡不接受，同學們的排擠，讓她難受到不知所措，因而變成憂鬱症，還鬧過自殺呢，那時在外遊蕩時剛好認識了幾個男生，他們會騎機車帶著她四處去玩，到後來她乾脆家也不回了，晚上跟著大家住在廟裡，就這樣每天混吃等死，倒也快活，跟著大家抽菸、喝酒、鬧事、飆車，有廟會活動她就跟著全台跑，她不想回學校上課，也不想回家，只有待在宮廟裡她才覺得自己是個人，廟裡師父說她沒病是神明要她辦事，所以大家認為的發病在其實是神明在訓練她，俗稱”訓乩”，所以遇到發病時師父會用一些科儀方式讓她穩定下來，真的過沒多久她就會恢復意識，就像什麼事都沒發生過一樣，大家都覺得神威浩大，對於師父的法力也深信不疑，大家一致認定她是乩童的料，當時讓她覺得終於發現自己的價值，認定自己未來的方向就是這個，一度她還滿自豪的。直到有一次夜遊的時候又發病，她失去意識摔下車滾了好幾圈弄得滿身是血，同伴嚇到趕緊叫救護車送她去醫院，到院時她全身因為擦傷都是血，左手脫臼、小產，這時她才知道自己懷孕了。院方通知媽媽，看到媽媽著急的衝進急診室，那時媽媽的表情，她說她永遠不會忘記，一向愛漂亮的媽媽，竟白了頭，憔悴的身影，像極了路邊拾荒阿桑，見到她就緊抱著她痛哭像是要把所積壓的情緒都釋放出來，這時護士也不顧及媽媽的情緒瀕臨崩潰，拿著人工流產手術同意書要媽媽趕快簽字，媽媽臉上的錯愕表情，愣了一下淚流滿面用顫抖的手簽字，那個畫面令她心中無限的懊悔，回想著從她發病至今，媽媽總是陪在身旁，除了她離家這兩個月，離家之前媽媽帶著她四處求醫問神，耐心地對待她因為癲癇併發憂鬱症所做種

種脫序行為，也沒對她說半句難聽的話，只期盼著她能早日康復，如今的媽媽怎麼變成這個模樣呢？手術清醒後她才知道原來在她離家這二個月期間，媽媽為了要找尋她，四處打聽她的消息，把工作也辭掉了，爸爸因為她們母女這樣，覺得家不像家，索性也不回家。她在醫院住了一段時間才回到久違的家，家裡沒變依舊冷冰冰，但卻是給她莫名的熟悉感，不過少了爸爸，這樣也好，安靜休養。媽媽幫她辦在家自學，所以她到畢業都沒有再去學校上課。為了讓她與過去斷的乾淨，畢業後媽媽帶著她搬到台北跟阿姨作鄰居，媽媽找一份工作，順便在附近找一所高中讓她就讀。因為怕同學發現她的情況，所以特意與大家保持距離，放學她會即刻回家，不想在外面多待一分鐘，現在她用藥物控制已甚少發病，（所以同學們才會不知道她有這種病）而且阿姨有向學校報備過，學校知道她的情況，願意給予協助，一些學校活動和激烈運動都不會要她一定要做，讓她自己評估情況，所以體育課她不上，剛好遇上我掛病號才有機會得以跟她認識認識。她說媽媽只求讓她順利平安的過每一天，別再發生過去那些事情了，媽媽真的被她嚇掉半條命，但卻從不跟她提懷孕及宮廟那陣子的事，過去就讓它過去吧！自己在鬼門關前走一遭，很多事情都看得很清楚，命運和生活都是掌握在自己手上的，別人的看法觀感似乎不是那麼重要了，生病也並不代表世界就要毀滅，雖然偶而會病發，不過她也坦然接受、面對。她說跟媽媽討論過了會好好完成高中學業，但是高中畢業後不想上大學了，雖然成績不錯，她想找份工作賺錢，媽媽也接受了，將來想要和媽媽移民到國外，讓媽媽能夠好好過下半輩子，不要再為她操心了。

未來她也想當志工，想用自己的力量去幫助需要的人，因為她覺得她用社會太多了。了解她的情況後我們幾個人告訴她往後這二年不准她缺席，我們會陪著她，也會幫她保守秘密，有身體不舒服或者是憂鬱症情況要找我們陪伴，不要再一個人了。



編者小語：

庭儀同學：



你寫了一個感人的故事，你不吝伸手協助的行為，也令人讚揚。

但是令我們傷心的是，你文中寫到，「此後的每一天同學們見到她，避之唯恐不及，有的人會在背後酸她：電影屍速列車是不是參考她的症狀拍攝的…」

台灣怎麼會變成這個樣子呢？人性不是本善嗎？更何況這些國高中生都是國家未來的主人翁。讓我們實在很擔心，是不是過去這幾十年，我們太注重知識的灌輸，而忽略了道德的培養？

社會朋友 | 高中組 第三名

顛覆偏見 癲接關懷

蔡昀姍

如果命運是彩霞後的闌黑，那麼生命便是紅霞赤裸的烈焰，燃著一道道不可逼視的金光；如果宿命是山重水複疑無路的困頓，那麼人生便是柳暗花明又一村的狂喜，綻放著一次次顛躓中的頑強。我一直以為，人生就是一本太過倉促的書，結局都寫好了，全被命運裝訂得極為拙劣，所有失望、惋惜，都在出生的那一刻緩緩啟程，上蒼賦予的宿命，如不可逆的束縛，然而，生命的意義，究竟在哪裡？是忠於命運從此墨守成規？抑或是跳脫既定的侷限，活出另一種可能？

那年盛夏，蓊鬱的蒼蔥茂林串起遠方的天際線，如我在暑期營隊中靜靜地牽起她的手，織起彼此都深不可知的未來，還記得當時她怯生生地上台，吃力地做了簡單的自我介紹，「我的媽媽曾經跟我說，我的頭腦會放電。」幾十雙眼眸呆呆地愣著，疑惑、不解，再銳利的眼神都無法看透她矇著濃霧的心扉，她擁有特異功能？又或是擁有致命的武器？許多新奇怪異的想法於懵懂的腦袋中爆炸，化為若隱若現的火光，流竄於彼此的嘴角，我只知道，身為她的組長，我有資格保護她，即使，她和我存在些許的不一樣。

「你再裝啊！可以不要用裝病搏取大家的同情嗎？」那天營隊結束後，我在附近的巷弄裡遇見她，那個外表與意識都四分五裂的她，鼻青臉腫地卻不願臣服於高傲的鞋尖。須臾間，她放聲大叫，抽搐、雙目上吊，如電視劇上的戲碼混亂而真實的呈現，我不知道我該做什麼，一股涼意倒數著流逝的時間，撐起逐漸發軟的雙腿，到大馬路上求救。只見路人熟稔地讓她保持側躺，並塞了條白布在她嘴中，持續照顧至情緒穩定。目睹這短短的幾分鐘，卻有陣陣嗚咽從喉中奮力鑽出，倨傲的踐踏讓她弓起背脊，痛苦的折磨使她面目猙獰，而我，四肢健全的我，卻無法感同身受。

輾轉聽路人說，糾纏她一生的疾病，叫做癲癇。



我明白，癲癇曾與她最美好的青春相依相伴，如千刀萬剮割蝕著綿長的歲月，而凹痕如奔騰的淚水，數也數不完。我也曾試著改變，讓她不再被身旁的閑靜矇閉了雙眼，讓她看見這世界依舊綻著不曾碰觸的柔情，即使彼此沒有血緣的親密，我仍謝謝她願意讓我傾聽、了解、關懷，在靜如密室的心靈，我們都在學習不同的人生哲學，以言語鼓勵、溝通，至彼此心靈重疊，我漸漸聽見密室裡傳出一陣低吼，如巨蛇蜿蜒盤踞山巔，我明瞭，這是她對未來狂熱的憧憬，不屑臣服於命運的勇氣，我想，那激灑如水的雙眸，就是我這輩子最豐厚的寶藏。

簡嫻曾說：「當上帝賜予你一方荒野，意謂著要你成為高飛的鷹。」人不能選擇自己的人生，癲癇患者亦是如此，但為何他們承受一般人承擔不起的異樣眼光？承載一生的眼淚，遍體鱗傷地在汪洋中尋支持、覓關心，是否就是他們為人生下的註解？我們都默契的逃避，逃避這明顯是事實的問題，人們都知道人生而平等，卻在口號間遺忘了易碎的生命。如果，我們都能放下異端，真誠地關心，是否就能改變預設的航道？滿盈的希望，豐厚了羽翼，領著他們穿過生命最顛躓的維谷，擁抱雨後清麗的那抹虹。

拿破崙患有癲癇，卻以「自由、平等、博愛」攻入巴士底監獄，使法國王權崩落，更替了歷史的長河；梵谷患有癲癇，卻留下永垂不朽的著作「向日葵」，如一座燈塔，在身陷迷茫時為我們指引方向；費奧多爾·陀斯妥耶夫斯基患有癲癇，卻以「罪與罰」一書襲捲文壇，也寫下歷史的傳奇。他們不曾因癲癇而認為自己不配擁有夢想，正如詩人謬塞曾說：「最美麗的詩歌是最絕望的詩歌，有些不朽的篇章是純粹的眼淚。」因為你我都不曾試著了解，導致無數生命都在掙扎中選擇放棄，即便是簡單一句「你還好嗎？」都能化作一隻螢螢螢蟲，溫暖地飛入彼此的心扉。

我想，那跨越隘口的橋樑，那兩條歧路的交心，無非，是炙熱的關懷和陪伴。

雨後的天空清麗而耀眼，與你眼眸相輝相映。訊息悄悄滑進屏幕裡，「姐姐，我們出去玩，好嗎？」我笑了，伴著甜甜的笑靨，燦爛的笑聲讓我知道，妳早已褪下過去懦弱的妳，緊抓著我的手，走向妳和我深不可知的未來。

我知道，我們都在獨一無二的生命裡，學習關懷與勇氣的人生哲學，我願

意做那跨越隘口的橋樑，那兩條歧路的交心，走進我不曾碰觸的世界，即使，我不能改變所有癲癇患者的人生，但我深信，我能陪著妳，帶著你看遍世界的風景，走過我們不曾走過的路，以炙烈卻樸實的關心，將暖暖的溫情揉進妳朝思暮想的夢。



編者小語：

昀姍同學：

你文中寫道：「我的媽媽曾經跟我說，我的頭腦會放電…幾十雙眼眸呆呆地愣著，疑惑、不解，再銳利的眼神都無法看透她矇著濃霧的心扉，他擁有特異功能?…」

是的，一般人真的會聽不懂，腦子怎麼會放電。但是這是真的!癲癇症，簡單的說，就是因為大腦皮質上的腦細胞間歇性的、隨時隨地、不受控制地亂放電，所造成的種種感覺、運動或自主神經上的異常，而干擾到病人的神智、行為、情緒、運動和感覺。此時，腦電圖上可以記錄到放電的情形。這些癲癇發作，通常不需經由外力，就可以自然而然地反覆發生，這就是「癲癇症」了。



社會朋友 | 高中組 佳作

一份特別的禮物

柯宇珊

驕陽似火，狂放肆意的遊走在夏之天地間，薰風微熱，吹開了向日葵對烈陽的依戀。一如往常的暑假，而那日卻是格外的與眾不同。

遊覽著路上的好風光，車子駛過住宅及農田，最終停在那棟高佇的白色樓房前——那是間教養院，裡頭的「孩子」都有著一段屬於自己的故事，有些家人甚至拒絕承認他們的存在。而我因著做志工的機會，有幸與他們相識，正因為如此，我更能體認：健全的活著，就是種幸福。

她一直躲在角落，我看到了她渴望學習的一顆心。因為出生時腦部缺氧所造成的腦部病變，讓她有時會有癲癇的狀況發生，但在我眼裡，她就像個天使般，害羞的臉龐有著澄淨的雙眸。

我的工作教導院生們繪畫，必要時可以握著他們的手，帶領他們，當我緊握她時，心頭猛地一震：那隻手是冰冷且顫抖的，我知道她很想控制自己，但做不到，或許是她太緊張的緣故吧！提筆、落下於我們而言是如此簡單，可是對她來說卻是要費上一番功夫才可能辦到的事，我握著她，心中卻是無比的感惋。

她是如此的執著，近乎完美主義者，每個細節都不放過。

半個時辰過去，見她一筆一畫勾勒出心中所想，我很替她高興，至少她努力地想完成作品；她很堅強地示意要獨力創作；她認真地在每個起落間留心，她似乎想用行動告訴我：我會完成它，我要學會怎麼控制自己。這種精神實在令人動容，事後回想，我真心覺得，唯有受過苦痛與磨難的人，才會更知道感恩與堅強。

最後，看著她的作品大功告成，我興高采烈地為她歡呼，而她也回以天真爛漫的笑容，她仰著頭、脣瓣微動，似乎想說些話，我彎下腰仔細聆聽，「謝……

謝」，她用斷續的口吻說道。那一刻，我的心徹底被融化了。

簡單的客氣話，在她的口中卻是如此的充滿真摯情感，這真是一份再特別不過的禮物了。

我也想向她道句謝謝：因著與妳相識的機緣，讓我更珍惜活著的每一天，謝謝妳！

那日的蒼穹格外地清澈，彷彿在慶賀著我得到的禮物，一份與眾不同且意義非凡的讚禮。



編者小語：

宇珊同學：

當志工最大的收穫，就是讓你認識到世界上有許多比你不幸的人，能讓你體會珍惜目前的幸福。

我們相信，你想向她道句謝謝，因著與她相識的機緣，讓你更珍惜活著的每一天，是出自你的真心話。



社會朋友 | 高中組 佳作

我不是怪物我只想有雙隱形的翅膀

吳沛珊

這個世界，包容度太小，我們都不夠完美，如果能多些體諒，是不是…就不會有那麼多人傷心哭泣？我們太容易將別人的不一樣視為敵，眼裡容不下不同的存在，從沒有人…想成為怪物，但是卻常常將怪物貼在別人身上，不管是眼神、行為、話語等都能成為利器，刺傷別人，但願，我們能努力成為一道溫暖的曙光，照耀別人，而非將別人推入萬丈深淵。

在未看見徵文比賽時，其實我對伊比力斯的所有事一無所知，身邊也不曾遇到過，腦中的刻板印象就是當病人發作時要塞筷子或布進嘴裡，防止病患咬傷自己舌頭，上網看了一些資料後，才發現這麼做反而更容易將病患推入危險的處境中，同時也可能傷到病患，因為我們不夠了解，反而容易做出我們自認為正確的錯誤急救行為，如果我們能多點了解，當遇到有伊比力斯患者發作時就能快速、正確的伸出援手，也能消弭一些刻板印象。

其實，我能了解身為一位伊比力斯患者會有多麼…難受，雖然…我沒有這樣的症狀，但是，我也有一個置身在人群中就容易感到不安、害怕、僵硬的困擾，我能了解…我們多麼在乎別人的眼光、三言兩語，更不想成為人群中的怪物，尤其…癲癇如果沒有固定吃藥控制，隨時都有可能發作，難以想像，倘若我是一名伊比力斯患者，我在班上甚至公共場合癲癇發作，別人會以什麼樣的眼光看待我，會不會有人伸出援手，會不會別人再也不敢靠近我等等無數個疑問像枷鎖般被網綁著，逼得喘不過氣，其實就只是想當個普通人罷了…。

雖然在平日我們看不出身邊的朋友可能有癲癇，但也因為外表可能看不出來，我們難以想像，身為癲癇患者內心會多麼煎熬害怕，時刻恐懼惶恐著，如果發作了，身邊的同儕會如何對待自己，會不會受到取笑，有些同儕有時也會無心開著癲癇的玩笑，或許只是覺得好玩，但是聽到的人內心會多麼疼痛、難過，同時，我們不知道的是，別人有多麼辛苦的撐過這一切、經歷過什麼樣的

事、受過什麼樣的苦，才走到今日，更不了解，身為一個癲癇患者在社會上又受到多少不公平待遇，只因為患有此疾病，比方說，癲癇患者想要考取駕照是需要經過許多繁雜手續跟步驟才【可能】拿到，有些甚至終生不得考取駕照，我們無法深刻體會那樣的無助，但是如果多些友善，就能為對方帶來一絲溫暖，但也必須記住，必須發自真心，而且並非以可憐他人的姿態，這樣更無形傷人，適當就好。

癲癇有分輕重，因此所呈現的症狀也不太一樣，但是同樣都是癲癇，身旁的朋友能做的就是讓患者自行放電，同時待在身旁保護患者避免受傷。在網路上，癲癇有不少稱呼，比方說，豬腳瘋、羊癲瘋等等，有些人或許會覺得這樣的名稱很好笑，但是一點也不好笑，同時也是對癲癇患者更重的傷害以及不禮貌，以伊比力斯或是癲癇稱呼即可，也是對他人的尊重，同時，也想說，其實我們每個人身上都有機率誘發癲癇，只是機率大小、年齡的問題，我們沒有任何一個人想被視為怪物，同樣都是想當一位普普通通的正常人，隨便開別人疾病的玩笑真的很不道德，也非常過分。

當我們是一位四肢健全的人時，我們應該更勇於付出我們能力所及的事，不只是付出，還要學會以更大、更廣的心去包容他人，不管是任何人，很多時候，我們常常對他人沒有耐心，將當下對別人的不滿毫無修飾的全傳達給對方，沒有多考慮幾分鐘、多想幾分鐘、冷靜幾分鐘，我們不知道的是，很多時候，別人正好敏感的捕捉、察覺到別人一瞬間的感受，而自己心裡難過著，難過的告訴自己一切都沒事，其實一點也不好，只要多一份理解、多一份體恤、多一份耐心，就能帶給別人陽光，不管是誰，任何人都希望被友善對待，沒有一個人需要被單獨區隔，大家都是同樣在這片土地的普通人，即使別人有些許不同，也不代表別人是異類，或是願意如此，大家都是同樣的。但願大家能用自己隱形的翅膀去關懷他人，成就更多隱形的翅膀，一起展翅高飛。



編者小語：



沛珊同學：

從你的文章中看得出你非常有愛心同理心，你文中寫到：癲癇患者想要考取駕照是需要經過許多繁雜手續跟步驟才可能拿到，有些甚至終生不得考取駕照。

是的，2015年9月10日的新聞報導，目前在台灣由衛生福利部通報領有身心障礙手冊之癲癇患者具汽、機車駕照者共2741人，公總局通知須繳回駕照。公路總局原本要依規定直接公告註銷這些人的駕照，但有人認為癲癇症可以藥物控制，復因涉及駕駛權益及道路交通安全兼顧問題，為求慎重，決定各公路監理機關暫緩駕照註銷，由交通部召開駕駛人醫學諮詢會議後，再決定如何處置。

至今交通部已經召開駕駛人醫學諮詢會議三次以上，可能方向朝向准許兩年以上無發作之癲癇朋友擁有一般汽機車駕照(職業駕駛例外)，但領有身心障礙手冊之癲癇朋友因仍經常發作而不在開放之範圍。

社會朋友 | 高中組 佳作

認識癲癇 學會將心比心

廖婉君

我現在是個高二學生，上學期班上轉來一為癲癇同學。她曾經在班上上課時發作，當時班上同學還有任課老師都嚇呆了，大家都不知道如何幫助她，只知道快點請校護來處理。經過這件事之後，我對癲癇產生了好奇，找了一些相關資料使我對癲癇有了更深一層的重新認識。

電視劇中所扮演的癲癇患者常有如下的症狀：全身抽搐、口吐白沫、倒地不起、眼球上吊、咬舌。甚至民間還有出現幾個帶有歧視意味的別稱：羊癲瘋、豬母癲。其實癲癇跟動物是完全沒有關係的，之所以會有這樣的稱號是因為癲癇患者嚴重發作時，會有四腳朝天像羊受驚的樣子，或是發出豬叫聲。這些現象的原因是大腦不正常放電造成的，可是人們通常害怕，覺得癲癇患者根本就是個瘋子或是被鬼附身，所以才擁有如此歧視的別稱。

通常癲癇患者在社會生活是充滿重重困難的。例如：情緒低落、沒有人想和他們約會或是結婚、甚至其家庭蒙羞於患者、職場上雇主大多認為患者無法勝任工作、無法拿到汽車駕照，處處被標籤化。其實患者只要控制不讓病情發作，就跟一般人沒兩樣。

而導致癲癇的原因很多，例如：腦炎、腦部創傷、腦瘤…等等，甚至有一些是查不出原因的，並非瘋子、卡到陰、羊癲瘋、豬母癲等傳統無知的說法，其實只要他們持續的接受醫生的治療，癲癇症狀是可以控制的，跟一般的高血壓、糖尿病、心臟病等慢性疾病都是可以受醫療控制而穩定的。所以若大眾一味歧視、不接納、汙名化他們，這世界只會越來越無情。「將心比心」，我想我若是癲癇患者也不願如此被看待！

我的癲癇同學曾經跟我分享，她以前國小發作時，同學拿髒抹布給她咬，且一直壓住她的手腳，這令她感到非常不舒服，因為當她醒來時，嘴巴充滿著髒東西、手腳扭傷非常嚴重甚至還差點骨折。其實，正確的作法是保護她的頭



部和手腳，避免撞到尖銳的物品，而且最重要的是，千萬不要在她抽搐時壓她的手腳以免骨折，更不可以塞東西到她嘴巴裡，以免弄斷牙齒或是因此噎到窒息，因為醫學界目前為止沒有患者是咬舌而死掉的，有可能的也只是嘴唇或舌頭破皮，只要傷口處理好是可以復原的。

我漸漸和這位同學熟了，她說只要她持續的配合醫生的治療，她未來是可以結婚生子的，但目前社會大眾還是有許多錯誤的觀念認為一定會傳給下一代，這令她非常困擾。「將心比心」，我若是她也不願這樣被歧視。所以我常常正面鼓勵接納她，這讓她覺得很溫馨也更有自信。

社會大眾真的需要再教育關於對癲癇的認識，以同理心——「將心比心」對待癲癇患者。我們必須先開放心胸面對患者，這樣才可以和他們成為好朋友，給予更多的接納還有支持。我相信癲癇朋友感受到我們的關心，他們的病情也會更加的穩定，而這個世界也會更溫馨更美好！最後，祝福每個癲癇朋友可以在未來的每一天都過得平安喜樂！



編者小語：

婉君同學：

從你的文章中得知，目前社會大眾對於癲癇還是有許多錯誤的觀念，例如塞布到嘴巴裡、一定會傳給下一代、瘋子、卡到陰、沒有人想和他們約會或是結婚、會使其家庭蒙羞、無法勝任工作…等。

是的，上述這些情形都發生過，雖然現在已經有所改善，但還不夠。希望藉著你的呼籲，讓社會大眾能有正確的認知，不再處處標籤化癲癇朋友。

社會朋友 | 高中組 佳作

點綴生命的過客

郭品萱

人無法輕易用言語來定義，對於「人生」更是無法說出大概的意思。因為你根本沒辦法預測下一秒會發生什麼事，但是卻可以在事件發生時決定你處理的態度。每個人都希望可以擁有一個完整又健康的身軀，沒有誰願意受盡病痛折磨，或是必須靠著按時服藥才能維持身體的健康。每個人都是獨特的皆擁有善良的本質及自我意識，更重要的是一顆無可替代的心。

從以前到現在對癲癇的印象一直是模糊的，只知道發作時會全身抽搐倒在地上，甚至還有可能會口吐白沫，並不清楚真正的原因是甚麼，也沒有去深入了解有關這方面的病症。直到在高中求學階段中遇到了一位患有癲癇症的朋友，其實我們在國小時就認識了，只是那時候她只跟我說她患有這種病症，並沒有透露更多，所以當時我也不了解癲癇到底是什麼樣的病症。國小畢業後也很少再聯絡了，直到高中發現又同班，她跟我說她其實在別人面前很少提起這件事，因為怕別人聽了會排斥，甚至會受到驚嚇，她只和幾個比較要好的朋友說而已。於是從那一刻起，我有去稍微查了一下有關這個疾病的資料與發作時的解決方法，為的是因應當萬一真的遇到時不至於手忙腳亂，盡量把傷害減輕到最低。

癲癇是一種神經系統障礙，會不定時的對腦部發電導致腦功能失調，最常見的是抽搐發作，而這些發作形式很多，有些可以是非常短暫且幾乎無法察覺，也可以是長時間的劇烈抽動。癲癇的抽搐往往反覆發作而並無直接起因，由特殊原因引起的抽搐則不被認為是癲癇。癲癇雖然不能根治，但70%癲癇病例的抽搐發作都可以藥物控制，它並不會遺傳。若在生活中遇到這樣的患者，不需要感到害怕，也不要歧視他們，因為他們看起來跟一般人沒什麼不一樣，只是比別人需要多一點的關懷與陪伴，越多的包容對他們越有益。前一陣子我的好朋友在上課中突然發作，把全班都嚇傻了甚至還有人被嚇哭，當時的我心中很慌不知道該怎麼辦，以前都是聽她口頭描述，那一次親眼看著她在我面前



倒下，本來上一秒還在台上發表意見的，沒想到下一秒就不省人事，那時真的很手足無措，卻沒有辦法幫她，為自己感到萬分慚愧，那一刻真的很怕會就這樣失去她，我無法想像沒有她我的生活會如何。但是再多的徬徨無助總還是要解決，幸好在她倒下的那刻，有同學趕緊去找護士阿姨並護送她去保健室，後來也安全回家了。癲癇其實並不可怕，當遇到時只要用樂觀的心去面對，從旁協助，在他們需要時伸出援手，讓他們也能感受到被愛的感覺，癲癇患者最需要的就是足夠的安全感。

面對癲癇患者時，我們應給予公平的對待，不應有差別待遇與歧視他們的心態，這樣對他們來說並沒有幫助，而要讓他們也能跟正常人一樣自由地活動，在其他彈性活動中，也應隨時注意他們的狀況，確保危機發生時能第一時間處理。

它真的沒有想像中得可怕，可怕的是人們總是用異樣的眼光去看待他們，並以自己的刻板印象認為他們是異類，這是最不妥的想法，相反的，我們應該適時關心他們，並了解他們的症狀，熟悉最好的解決方法，好在他們發作時可以派上用場，盡可能讓他們遠離那些危險的場所，並立即告知師長或連繫醫院請求協助把傷害降至最低。畢竟每個人都是平等的，無論是誰都不應該嘲笑或是模仿他們的動作，而是要以同理心去關懷他們才是最正確的做法。



編者小語：

品萱同學：

你文筆很好，也很有愛心，但文章中有些錯誤之處。你文中寫道：「癲癇的抽搐往往反覆發作而並無直接起因，由特殊原因引起的抽搐則不被認為是癲癇。癲癇雖然不能根治，但 70%癲癇病例的抽搐發作都可以藥物控制，它並不會遺傳。…」

因為科學的進展，過去很多原因不明的癲癇現在都可以找到原因了(例如基因異常)，反覆發作也可以找到直接起因(例如藥物服用不規律)。許多的癲

癲癇確實是由特殊原因所導致(例如結節性硬化症等),也有許多的癲癇可以根治(例如良性兒童癲癇等),許多癲癇也確實有其遺傳特性(例如青少年肌陣攣癲癇等)。

以上說明,供大家參考。



社會朋友 | 高中組 佳作

珍惜

郭孟萱

我曾經看過一則新聞，那是一位患有癲癇的駕駛，他平常都有按時吃藥，所以很少發作。有一次他開車行駛在路上，突然癲癇發作，導致道路阻塞，幸好當時正好是紅燈，並沒有發生任何傷亡，真是不幸中的大幸。

看到這則新聞，我上網查詢了一些關於癲癇的資料。癲癇導因分為「遺傳性」及「後天發生」，「遺傳性」是大腦皮質神經細胞活動過度或異常而導致發生；「後天發生」的誘因，為腦部受到撞擊後內部傷口結痂所產生，或是患有中風及腦腫瘤…也都有可能導致癲癇發作。特徵是發作時患者肢體會抽搐，無法控制自己的行為，由於大腦這種不正常放電，使得他們非常痛苦，有時也會因人們的有色眼光導致患者心理受到傷害。雖然，癲癇目前無法完全根治，但是可以藉由藥物控制，緩解病情。

癲癇發作時，會使他們產生劇烈抽搐，這時我們只需將周遭會導致他們撞傷的物品移開，並讓他身體平躺倒向側邊即可，無需在口腔內塞東西。還記得我讀小學時，老師曾向我們宣導癲癇這種疾病，他們說：「在癲癇發作時，為了防止患者咬到舌頭，旁人應當讓他咬著東西。」但現在又有一種反對的說法，如果病發時塞物品在他口腔，有可能使他口腔內的物品卡在喉嚨，反而有可能會使氣管阻塞而窒息。

最近，一件令我措手不及的事情發生了…上課中，我們正在和同學分組討論時，突然！教室裡傳來了一陣類似動物哀嚎的聲音，頓時所有人都安靜了下來，轉頭四處察看聲音的源頭。這時有同學發現，一位同學他的臉色不對，好像很不舒服，無法控制自己的行為，渾身抽搐著…我們才發現——他癲癇發作了。

所有人都感到慌張，雖然當他快倒下去時，老師急忙伸手過去要扶住他，結果還是晚了一步。老師讓同學們將周遭會使他碰撞到的桌椅移開，並將他的身體倒向側面，保健股長以飛快的速度跑到健康中心，且將輪椅扛了上來。他

一放下輪椅，便上氣不接下氣地不斷喘著、臉色蒼白。這時護士阿姨也進到班上，她先讓那位同學放鬆下來，不疾不徐的和他說話詢問身體狀況，情況逐漸穩定住後，把人送到保健室。此刻的班上呈現出一種壓抑的氛圍，老師連忙出聲打破冰點，安撫大家驚魂未定的情緒…隔天，我看到他準時的來到學校並和我們談笑風生，一顆被吊著的心，總算是落下了。

因為我曾有過一次失去朋友的慘痛經驗，所以這次我更懂得珍惜身邊的人，班上的同學們也會適時的關心他，希望大家都可以健健康康的，不要再有意外發生。這件事過後我突然想到，如果當時他癲癇發作，周遭人都不會處理這種情況，或是以錯誤的方法來幫助他，導致更嚴重的後果發生，又該怎麼辦呢？學校應該更積極來看待這件事，讓我們在緊急時刻能幫助他而不是害了他。



編者小語：

孟萱同學：

是的，癲癇發作時，正確的處理很重要，錯誤的方法可能會導致更嚴重的後果發生，就如前面婉君同學的文中描述：「我的癲癇同學曾經跟我分享，她以前國小發作時，同學拿髒抹布給她咬，且一直壓住她的手腳，這令她感到非常不舒服，因為當她醒來時，嘴巴充滿著髒東西、手腳扭傷非常嚴重甚至還差點骨折…」

其實，在文章中你已經將正確的處理方法講得很清楚了。我們再次強調，不要強塞東西到患者口中。



社會朋友 | 成人組 第一名

生命的畫匠

陳柏翔

走在偌大的禮堂裡，柔和的光暈將一幅幅畫作渲染得更加動人，信步瀏覽著眾多畫作，有著大雪山的壯麗山河、新社花海的百花爭妍、高美溼地的夕陽美景等，然更多的卻是家人的側寫，栩栩如生得彷彿畫中人正與你展開一場跨時空的交流…

在一旁默默觀察著你，每遇有人讚揚你時，你那一貫招牌動作抓頭外加靦腆的笑容總不自覺地浮現，但這些讚賞背後的點滴辛酸，卻非常人所悉…見你如願地辦了個人展，除為你感到高興外，記憶的扉頁亦悄然掀起…

「唉呀！那個怪咖又發作了！趕快去找老師！」

「不用啦！都多少次了，每次都這樣，煩不煩人吶！」

「就是咩！他等一下就好了，不用管他啦！」

突如其來的聲響，打破了靜謐的自修課！

見狀，我立即奔至你身旁，熟練地替你做些簡單的處理，不外乎將四周清空、為你後頸墊高、讓你咬住衣物等，直至片刻後你的清醒。

須臾，你帶著驚愕的神情說，小凱，剛才我又發作了吧！真是不好意思，又麻煩你了！我微笑說，沒關係！你已經很棒了！從我們相識以來，你已從一月數次的情形降為兩月一次了，進步甚然，證明醫療仍是有效的。況且，那又非你所願，咱倆兄弟，就別見外了！我試圖以安慰來減輕你的不安，但卻天不從人願，憑空澆來一盆冷水…

「哎！瘋仔就是瘋仔！就算有吃藥控制了，還不是一樣是瘋仔！」

「對仔、對仔！難怪人家說：『牛牽到北京還是牛！』同款啦！」

耳聞一旁的冷嘲熱諷，復瞥見你像個做錯事情的孩子般，露出泫然欲泣的沮喪貌，我再忍不住內心的憤怒，猛然起身對著他們嚷道：「你們這些人知道什麼！到底有沒有同理心？假若你們今日和他一樣患有『癲癇』，你們有勇氣和他一樣坦然以對嗎？」眾人聞言，一陣愕然，也許他們也料想不到一向懦弱的我竟會有對他們咆哮的一天！我全然不顧眾人異樣眼光的投射，將你扶起，緩步走出這間滿是不堪的教室。

來到操場後，和煦的金光灑滿草坪，蟬鳴與鳥叫逕自高歌，點綴著紅蜻蜓與彩蝶的舞蹈，陣陣怡人的微風徐徐吹拂，感受著這幅令人靜心的景色，彷彿洗滌了不安的心靈，更一併帶走了方才的難堪。我們背靠著老榕樹，就這麼坐著，靜靜地看著。良久，你才訥訥地說出一句謝謝！我卻如聞所未聞般地問你，看著眼前這幅景色，你覺得如何？你像是對我的答非所問感到不解，我繼續說，是不是讓人感到心安、祥和？見你緩緩點頭後，更堅定了我說下去的心，我說，記得你在繪畫上蠻有天賦的，為什麼不試試呢？生病，非是你我所願；然上天如此安排，定有祂的道理！聖經裡不也說，上帝既關了你一道門，必會為你敞開另一扇窗？既然你在繪畫上有天份，更重要的是你也有興趣，那麼為什麼不試試呢？你聽我說完後，並沒有任何表示，彼此間又陷入沉默，見你默默地凝望遠方，彷彿在思考什麼般，最後，你才吐露你想嘗試的意願。我知道，這句話從你口中說出來，於你內心必定經過了一番掙扎，相識以來，我深知你是言出必行的人，慶幸的是，能成為你的引路人，於我而言，除了高興外，更激起了內心的一陣悸動。

記得已故作家杏林子曾言：「打了霜的柿子才甜；生命的價值不在活了多久，而是活得是否有意義與精彩。」

印象較深的一次，是在某次的美術課。我們一同在校園一隅倚著寫生板埋頭作畫，三節課的時間，對當時的你來說應已綽綽有餘。我不禁瞥頭一望，只見你神情專注地將眼前所見的美景，一筆一畫的描繪在雪白的畫紙上，不論線條、角度、用色等，不多時，美景已如拷貝般印刻於畫紙，著實令我這門外漢自嘆不如。

然而，隨著時間將盡，許是你求好心切之故，又或你欲將之作為讓新來的老師對你改觀的跳板，就在此時，你又發作了…待你清醒後，才驚覺苦心的作



品，竟讓腦海裡那位不速之客的攪局而毀於一旦。只見畫作上已斑駁不堪，泥塊與色塊已不分彼此…我不知如何安慰你，而你卻比我看得更開，苦笑說，算了吧！或許是因為我畫得不夠好，「它」（指癲癇）才因此跳出來亂吧！既然我能畫得一次，便能畫出第二次！

集合後，我們如實向老師稟明，並允諾最遲明日，定會將全新的畫作奉上。隔日，當你將家人的側寫交上時，竟獲得老師極高的評價，那讚揚你的神情，恍若發現了梵谷再世的情景，令我現時想起都不覺莞爾…

而今，十年了！「癲癇」這位不速之客不但沒有將你擊倒，反而讓你完成了當初的夢想。至此，我想起一句至理名言：「放棄，只需一個念頭；成功，卻要無數個堅持！」

看著你的模樣，內心倏忽湧起一股自豪！不為什麼，只因…我們是兄弟；更要謝謝你，伴我走過那段艱難的曾經（註：本身為「妥瑞氏症」患者），儘管一路上風雨飄搖，卻仍是有驚無險地度過了。如今，我也是間連鎖洗車場的老闆了！

若是有人問我，從你身上看到了什麼的話，我想…那便是「永不放棄」的精神吧！不僅作品描摹盡致、刻畫入微，連我在不覺中都悄然被你的精神與精湛的畫功給感染了。進而體悟到，人生，彷彿畫布般，只要用心付出，終能繪出屬於自己的作品；它，也可以精彩萬分。

更期待於未來，能看到你這位「生命的畫匠」在更高的殿堂裡，繼續揮灑生命的璀璨光澤。

加油，我的兄弟！



編者小語：

柏翔大朋友：

這是一篇感人的文章，你們兄弟般的感情令人動容。

令我們感觸良多者是你於文中描述周遭旁觀者的反應：「哎，瘋仔就是瘋仔，就算有吃藥控制了，還不是一樣是瘋仔…對仔、對仔！難怪人家說牛牽到北京還是牛，同款啦…」

類似你的說法，在這 15 年的徵文參賽文章中層出不窮，再再告訴我們這種情形是真實存在的！我們的社會病了嗎？以往善良純樸的台灣人去哪裡了？



社會朋友 | 成人組 第二名

凝聚的彼此；凝視著你

陳鳳婷

愛的羽翼祂一直會在，只是會用不同的形式出現在你和我的生命裡。人的一生有太多精采絢麗的扉頁，我們無法選擇什麼時候開啟及闔上，但是我們卻可以盡情的豐富了屬於自己的生命旅程樂章。

翻動照片中童稚的你，有著水汪汪的大眼，茂密的黑髮，圓滾滾的臉蛋搭配著有點垂垂的雙眼，時常在疑惑時轉動著靈巧雙眸，那模樣可愛逗趣。你總習慣在焦慮時咬著手指甲，在人群川流中，坐在路邊等公車的你，會不由自主的擺動雙腳並搓揉雙手，但這一切並不會影響你的稚嫩臉龐或是讓你顯得詫異於大眾。

從小我是在一個大家庭中成長的孩子，和叔叔嬸嬸們共同居住於老家，而我是幸福的人，擁有一群兄弟姊妹，而其中又與我感情最為深厚的，莫過於是最有默契的堂弟—阿湮！我們的童年時光，和平凡人家一樣，有嬉戲有玩樂，當然也免不了任何吵鬧及拳腳相向的時刻，小時候的我們在旁人眼裡，大夥是一團和氣開心的成長。然而生命的樂章，突然閃過一個巨大的驚嘆號，驟降我們的身旁。

國小一年級那年，黑夜的靜謐伴隨一陣陣冷冽刺骨的風，阿湮半夜上廁所時突然出現砰然巨響，睡夢中的大家，立刻奪門而出，只見你倒臥在血泊中，那紅汨汨的鮮血從你鼻樑鼻翼中不斷滲出，你的雙眼上吊，嘴角吐出白色泡沫，全身不停地抽動，年紀尚小的我，只聽見大人不斷呼喊著你的名字，嚇壞了，焦急了，擔心了！心臟的撞擊聲砰砰然的在此刻沉靜的夜裡，顯得格外大聲。太多的情緒沒有停留在我身上太久，更重要的是那鳴笛聲劃破了黑夜的沉默，救護人員將你放上擔架，你就這樣到醫院急診室，這是第一次，你第一次生這麼大的病，當時天真的我以為，這就像感冒一樣，打個針吃個藥，你過幾天就完全康復了，沒想到這一次的發作，卻是揭開了序幕，一場你與癲癇所譜

出的生命樂章。

癲癇的到來，讓我在初期對你的身體總是提心吊膽，時常提醒你身體是否出現不舒服？是否會頭暈腦脹呢？在成長的過程當中，你常常會因為不自主的放電讓你暫時失去了印象，時常模糊了的記憶讓你感覺頭暈頭疼，在你想努力在課堂中學習時，卻因為腦袋瓜會不自由自主的讓你無法記起太多東西，讓你最想揮灑青春的歲月中，彷彿受到了些微阻礙，從開始知道自己是癲癇患者後，就開始每天要吃癲癇的相關藥物，你說：就把它當作吃維他命一樣，不苦又好吞食，吃了感覺身體會趕快好起來，你總是給身邊的我們一個憨厚的笑容，是溫暖人心的那種微笑！對於生活，你總是笑笑著跟我說：我很厲害吧！

歲月的轉輪飛快，到了你成年的時候，你也想獨立的證明自己的能力！為了不讓身邊的大人擔心，積極的找尋任何你可以從事的工作，而幸運的你開心的分享著：第一份打工是在游泳池擔任岸邊巡視的工作人員時，你總是自豪的穿起橘紅色工作服，脖子吊掛著一顆閃耀的哨子，在游泳池畔來回走動穿梭在每一池子旁，雙眼不停巡視泳池裡的孩子們是否安全的在游泳，如此大的使命你總是勝任的很好也很期待每一天能到那兒付出多一點自己的努力！

然而，一次天氣驟變，讓你在徒步上班過程時，癲癇突然發作，讓你倒臥在路旁草堆上，好心的路人急忙拍打你的肩膀，讓你最快恢復意識，然而這一次的突然發作，經過一番輾轉思考，你貼心的辭去了岸邊巡視人員的工作，心裡總惦記著：不讓癲癇突然發作時，造成別人的麻煩。當你在分享這些過程時，我內心無不澎湃激昂，那時才十八歲的你，卻是對生活周遭的人如此將心比心。你嘗試過了，也盡最大的努力，即使這份工作僅維持六個月，但看到你每日提早出門步行至游泳池，下班後，仍然和游泳完的小朋友開心聊天，你那一顆純稚的赤子之心，感染了身邊的每個人！好親近的你，總是在打卡下班很久後，踏著愉悅而滿足的心情走回家，你說：這樣的存在價值，會讓你覺得自己有無比的存在感！

即便癲癇為你的生活帶來了許多限制，身旁的人聽到了你是癲癇患者，似乎開始出現眼神閃爍或是出現悲憫的氣息，你就像堅韌挺拔的大樹，緊緊地抓緊生命的長度，用最正向的口吻說著：癲癇並不可怕，只要我好好的與它共處，它也是我人生中關於我的一部分，我不去想生命的盡頭，而是把最美好的



停留在每一刻屬於心跳的溫暖。當你講起這些話時的自信與肯定，我的內心有太多畫面，一一掠過心龐！你是如此正視癲癇，且勇敢的面對癲癇，你不因為有這樣的疾病而放棄自己，你對於生命的認同是如此的堅定，身為你的堂姊，我與有榮焉。

親愛的阿湮，謝謝你讓我這麼引以為傲，讓身為你的姊姊而榮耀，癲癇並不可怕，可怕的是我們對於它的不瞭解而產生的畏懼感！癲癇並不讓人驚嚇，只要你嘗試和它和平共處，人的一生在追尋的有太多太多，資訊充足的今日，有太多的訊息充斥在我們身邊，打開任何電子產品，最即時的訊息一湧而出，然而卻少了一份體會生命、擁抱自己，溫暖自己與身邊的人的感受。我很感謝老天讓我們手足之間，有了阿湮這位可愛的堂弟，我們才能在幼年的時候，就接觸癲癇這一個課題，為我們的生活開啟了忙碌而回味起卻是酸甜苦辣百般的滋味。

體恤關懷身邊的人，體認生命的領悟；真誠的踏實的面對人生，我們這些兄弟姐妹們因此而從小情誼更加緊密，手足之情更是無與倫比的美好，字裡行間有太多溫馨而甜蜜的畫面一一掠過，此時的你，一定是握緊雙手、眼睛凝視遠方，給予我們一個肯定的笑容：說著「我們一起豐富人生，擁抱彼此、創造更多屬於我們存在的人生價值。」



編者小語：

鳳婷大朋友：

令堂弟阿湮的樂觀及積極的人生觀，值得所有癲癇朋友借鏡。

多數之癲癇朋友應該可以勝任岸邊巡視人員的工作，其實在台灣也有救生員甚至教練是我們癲癇朋友呢！

你何妨鼓勵阿湮勤練泳技，有一天也可以成為令人稱羨的救生員！

社會朋友 | 成人組 第三名

回歸主流的路上—承憲 Go! Go! Go!

林榮淑

1.

臺北盆地堰塞湖 邂逅

竹子湖塵緣難捨

2.

你在生命十字路口停下來，愣頭愣腦

我希望你會跟上來，心急如焚

這裡，回歸主流通關隘口

一個套著另外，一個

我牽著你的小手

我們摸著石頭一起過河

很久了，我卑微的夢境

在理想的櫥窗裡 閃爍 浮沉

你遲緩的走 走停 停

我在前面倒退走，牽引

你視覺異常的餘光，確認

小耳症的左耳助聽器頻道

撿拾你一路掉落的字劃和數字



教你一一把它們放回原來的位置

滿頭大汗是我

嚎啕大哭是你

3.

回眸 來時路

癲癇第一次暴衝二歲多幼嫩的身軀

醫藥向疾病宣戰

慘烈廝殺 二年纏鬥

醫生的妙手打敗邪惡的癲癇

帝拔癲賜你腦部正常放電

利他能抓回你愛四處遊蕩的心

彷彿神荼鬱壘二大門神，看守

回歸主流學習的路

4.

瘋狗浪偌大地自四面八方偷襲

受損體質，喘息

輕度智障癲癇兒奮身泅泳…

關愛的汗水 不捨的淚珠

匯流串搭細小休憩方舟

我賣力地向你招手

加油聲 喊出我祈禱的願力

加油聲 喊盡了我吃奶力氣
加油聲 喊啞了我的大聲公
加油聲 淹蓋我身後的疲憊
烏雲遮住靠岸的碼頭
回歸主流幹道遍地荊棘
孩子，受苦的人沒有悲觀的權利

5.

堅持，沿路為你喝采
我會在主流航道的盡頭等你



編者小語：

榮淑大朋友：

好一篇美麗又感人的文章！

字裡行間處處透露出母親對孩子無限的愛，相信也是所有癲癇父母的寫照。

讓我們一起為奮進的癲癇朋友和其家屬們喝采。

社會朋友 | 成人組 第三名

陪伴

李智揮

記憶是微溫的，相隔多年的往事，在秋天甦醒。

當天媽媽拉著我說：「我們家要有新成員！」

「那我要當小哥哥囉！」

「不是，她是你的小姑姑。」

第一眼見到妳，妳還只是嬰兒。妳的出現是全家族的驚喜，一如妳的名字——鵲。

「明明我比較大，我是小哥哥。」

「我們是論輩不論歲，從輩分上她是你的小姑姑。」媽媽堅持著說。

原本手上抱著圓嘟嘟的嬰兒，一瞬大一吋，轉眼間是個小女娃。因為家中大人需外出工作，妳喜孜孜地認為找到一個絕佳的聊天對象，每天念念不忘要跟我出門上學。

小男生總有自己的一群好兄弟，那是隔絕女生的小圈圈。

「那個綁著麻花辮子留著鼻涕的小女孩，是你的妹妹？」

「…」正待我要發言時。

「不是」妳不知何時從後方追到前方，搶說道：「我是他的姑姑」

我羞得想鑽進地洞躲起來，於是，越走越快，想拋開心中難堪的影。

「別跑了，你的姑姑在路邊口吐白沫了」一旁的友人回頭大聲說道。

那是我第一次看見妳無主的抽搐，眼神呆滯恍神，任我大聲叫喊，妳似乎

聽不到我說話，我只記得阿公的手抱著妳遠去…

那時我從阿公阿嬤交談中，提到妳因癲癇發作而抽搐…

「癲癇發作是因腦內正常之電性或化學活動突然且被暫時地打斷至抽搐…」

「其現象包括失去意識、身體僵硬及一連串的肌肉繃緊又放鬆…」

「隨著放電部位不同，症狀也不同…」

然而，我成了大家指責的箭靶，我心想去看看妳，嘴上硬說不想去，每次經過妳房門口總用餘光掃視。

為了避開心中的愧疚，我匆匆吃過早餐換件襯衫就急忙出門了，幾天下來，任誰都察覺不對勁，每次出門都很怕再遇到妳。

不過家就著麼點大，一天早上就看妳堵在房門口。

「你在躲我喔」「不是，…」

「我的病給你難堪了嗎？」

不是，而是小男生無聊的自尊。

我提議道：「在外面有我的同學跟朋友的時候，妳要叫我小哥哥，在家裡有大人的時候，我叫妳姑姑。」

「我不依，我本來就是你姑姑。」

那猜拳，三局兩勝，打勾勾，不遵守的是小豬。

結果我輸了，小姑姑。不過，之後妳卻在我的同學跟朋友前叫我小哥哥。每次都讓我羞愧。

「妳的病要緊不？」我低下頭。

「醫生叔叔說使用藥物治療後，病情都可被控制住。」

「對不起」我說得很小聲，似說給自己聽的。



「不過你不可以惹我生氣！要不然，你看到的，後果很嚴重喔。」

那一場青春時代的黯淡歲月，除了念書，還是念書。歲月是一輛向前衝的列車，我彷彿忘了妳患有癲癇，妳開始有自己的小圈圈。我們的話題對不上拍，有時不免大眼瞪小眼。

當我下課回到家時，冰箱空蕩蕩的。我想起去阿嬤家吃晚餐，沒料到大人們很有默契的都沒在家。

我拿著阿嬤家鑰匙開門時，正好聽到微微的呻吟。是小姑姑。

妳眼茫然地凝視，眼皮顫動或眼睛轉動，手指與嘴巴痙攣。強直性肌肉痙攣是最常見的一種。妳嘴唇及皮膚變成藍色。

腦海再次浮現當時的情景，背影很熟悉，是小姑姑。

我才想起妳患有癲癇。

我輕輕地將妳放到地上，使其身體朝向地面並墊高頭部。確定妳口中沒有異物，避免妳可能會咬到自己的舌頭，不要去限制妳的活動，並繼續至完全恢復知覺為止。

我陪在妳旁邊，保護妳，以免去碰到危險的物體。直到發作結束。幾分鐘，感覺是一世紀。

我強調語氣「妳很不乖喔？小姑姑。」

妳小臉一皺、深深埋進衣服裡。妳說，因為沒服藥，想說沒什麼事，沒想到…

我大方地坐下，也解決了妳的尷尬。

妳調整了一下姿勢，說道：「別跟我爸媽說，這是我們的秘密。小哥哥。」

之後，我到廚房做飯給我們吃。黃昏下，我們談著，彷彿又回到當年那個綁著麻花辮子留著鼻涕的小女孩追著小男生跑的情景，而現在，妳從小娃娃長成少女了。

等我們都完成學業，各自出了社會。我們仍陸陸續續以書信交談著，訴說著生活的點點滴滴，我們不只是姑姪，是兄妹也是朋友。

我得知優秀的妳卻走得跌跌撞撞，在青春的碑上刻下深刻的痕跡，曾經的不快或傷害，被捕風捉影的話語刺得滿身傷痕，成為每日每夜不斷縈繞於腦海中的夢魘，讓妳好受傷失落。

那年通信、談話、落淚，妳的愛情在情人的眼裡訴說著陌生，人終究是孤單的，在彼此都接受的距離觀望著。曾經好過、傷過、怨過，需要整個世界包裹，寒冷的時候只希望有一點溫暖的安慰。

在小女孩的字裡行間，妳透露遇到了Mr. Right。你們一路走來，他知道妳的一切，包括那個頑固的癲癇。為了讓妳知道他的決心，他讓親友多點認識妳，給與心靈及健康的支持，以及關愛妳的寒暄問暖。

終於，你們的愛情開花結果。在結婚典禮再見妳，妳已不再是綁著麻花辮子留著鼻涕的小女孩，而是一個標緻的女人。

因為阿公阿嬤已往生，小姑姑從爸爸的手交給未來的姑丈時，我頓時感覺是妹妹出嫁般不捨。曾經一起走過人生最自然最純真的時光，這份情也許被時間給沖散了，但是，我們都牽掛對方，當我們往回看，也越是能發現我們曾擁有過什麼。

寫給鵲，我親愛的小姑姑，我親愛的小妹妹。



編者小語：

智揮大朋友：

這也是一篇感人的文章，不著痕跡地把癲癇發作的正確處置方式寫了進去：「我輕輕地將妳放到地上，使其身體朝向地面並墊高頭部。確定妳口中沒有異物，避免妳可能會咬到自己的舌頭，不要去限制妳的活動，並繼續至完全恢復知覺為止。我陪在妳旁邊，保護妳，以免去碰到危險的物體。」



直到發作結束」

也把小姑姑發病的誘因不著痕跡地寫了出來：「妳說，因為沒服藥，想說沒什麼事，沒想到…」

是的，不規則服藥，是癲癇控制不佳的常見原因，願癲癇朋友們牢記之。

社會朋友 | 成人組 佳作

我的馬吉伊比利斯

彭徐鈞

MSUKUN KATA KUAHULAS (我們一起唱歌吧!)

IS SIA MITA TU LUMA (在我們的家阿!)

NA MATUMASIA HAI DA MIHUMISAN (要感謝啊!還要知足!)

希望總是在前方

這是最喜愛的一首含有布農族文字的曲子，輕快、充溢希望，亦如太陽總會升起，呈現美麗晨曦，黑夜總會過去。對於大部分伊比利斯朋友在成長與就學就業過程中飽受歧視和誤解，這也是我的經歷與感受，我，是伊比利斯的家屬，也是研究伊比利斯的臨床研究員。因為身心經歷，因為深刻體會，因為直接面對，所以對我而言，伊比利斯是我的「朋友」，而又有幸專研伊比利斯臨床學術研究，與癲癇臨床醫師互相為伊比利斯朋友找出病兆與探究相關發作與抑制機制而努力，現在，伊比利斯已成為我的「麻吉」。目前我每天都與麻吉一起生活，在學校研究工作上與「麻吉」為前瞻研究而努力與突破，回家與假日時刻則與我的「麻吉」妹妹相處。其實，我很慶幸與感恩，在台灣我是少數身為伊比利斯家屬與癲癇研究員的雙重身分，看得愈多，做得愈多，總覺得這是我的使命與志業，為伊比利斯朋友，為伊比利斯家屬，為台灣的伊比利斯臨床研究盡一份心力與一些些的付出，讓伊比利斯朋友、家屬以及我自己感到溫暖，有一天我要和您們大家一起，迎接美麗晨曦呀。

我致力於顱內癲癇腦電波之偵測與抑制癲癇發作機制探究，自然界任何的安排或許都是最佳的安排，腦部異常的放電，同時，腦部也會產生相對地抑制癲癇的機制，不使腦部因為持續異常的放電而損傷，如果可以透過人為方式讓此抑制癲癇機制提早啟動進而避免頑固性伊比利斯朋友因發作失能產生傷害，或許此癲癇發作與相對的抑制機制可以是另一種看待與癲癇相處的方式，同時配合腦部的電腦斷層掃描攝影、核磁共振攝影、高密度頭皮外腦電圖之癲



癲波溯源定位與 GPS 三維定位電極位置，對於尋找癲癇的病因或病灶定位與有效的治療將是非常有價值的。

我的「麻吉」妹妹，是善解人意的伊比力斯朋友，她很幸運，她的伊比力斯被有效控制，雖然伊比力斯導致妹妹學習緩慢等情況，但在她身上我一絲看不到她的自卑與自我設限的問題，怎麼說呢？雖然妹妹大字不識幾個，但她所在的工作學習環境「喜憨兒基金會」社工老師知人善用、適才適所，妹妹於洗烤盤、包裝麵包、搬運出貨、同事間協助相處等等皆讓妹妹獲得滿滿的工作喜悅與內心自我的肯定。每當我接妹妹下班，其看到我就迫不及待分享今天的工作內容與同事相處發生的點滴，那樣子是多麼的開心與滿足。同時，會讓我有許多想法與省思，憨兒對於生活是多麼的珍惜現有的工作與學習機會，其中一位憨兒每次看到我總是笑嘻嘻的與我打招呼，後來知曉工作認真的他，每天五點從新竹芎林坐公車先到新竹總站，再轉搭到烘培坊，傍晚回家亦循相同車程，每天搭車等車轉車走路超過4小時以上，這天，我心疼看著他的背影，肢體不便一跛一跛地走向公車站牌等待回家的公車，我內心依舊溫暖其臉上露出幸福的笑容以及溫暖的招呼聲，讓我省思生命的意義為何？做甚麼才有意義？才能讓內心的自我感到有意義有價值以及不虛此生—服務與奉獻。

我曾經無數次參與喜憨兒舉辦或協辦的活動，從中與基金會主任與社工老師交流發現許多憨兒大多伴有癲癇，而社工老師的流動率很大，常常新來的社工老師不熟悉癲癇也無從熟悉，所以迫切地需要正確的癲癇發作當下與後續處置的相關知識，一同營造讓憨兒與癲癇和平共舞的環境，超越屬於自己人生的巔峰。讓我們一起努力：

避免受傷：剛發作時口中若有食物或假牙將之掏出，將病患附近危險物品挪開，推動軀體方式移動身體，不可強制約束或移動伊比力斯朋友肢體以免肌肉拉傷、骨折或脫臼，保護伊比力斯朋友不受意外傷害。

守護病人：切勿為了找人協助而離開伊比力斯朋友，因為待其恢復之際，安定其心理狀態。

切勿強塞任何東西入口：若伊比力斯朋友處於僵直狀況嘴巴無法張開，或牙關緊閉，切勿把手伸入其口腔內，或硬塞物品讓其咬。

協助伊比力斯朋友呼吸：發作結束後，可將其側臥，將頭轉向一側可避

免因唾液、嘔吐物嗆到，造成呼吸道阻塞。

注意事項：觀察及記錄抽搐情形，包括：次數、時間、部位、型態等，可提供醫師參考作為診斷、治療及調整藥物。

伊比力斯朋友送醫？伊比力斯朋友若連續抽搐五分鐘以上；或連續發作間神智沒有回復；發作後身體有不正常疼痛；發作時頭部撞擊或呼吸困難或胸痛或燙傷。

我喜歡一個詞「善用同理心的魔力」，同理心指與他人互動的過程中，站在對方的立場，體會與理解其感受與想法，且不帶偏見保有彈性，設身處地思考與處理問題，這不就是伊比力斯朋友在成長與就學就業過程飽受歧視和誤解的最佳良藥嗎？同理心是一種能力，可透過學習而養成，可從小教育中培養，善用同理心，發揮妥善溝通、幫助別人、拉近彼此關係、及促進與伊比力斯朋友人際間和諧。

世界上伊比力斯的故事從來不曾停歇，我要做的是透過我的筆、我的研究紀錄寫下眾多歷史與過程中豐沛的一頁。伊比力斯不代表一時的悲傷與埋怨，而是要建立自己的堅強與勇氣。大家都是一樣的，不如意十之八九，心轉，念就轉，接受她，與其和平相處，記住喔！我們是一起的，一起加油，一起陪伴，妳忘了嗎？我是妳的誰？我是妳的「麻吉」-伊比力斯。我想啊想！還好「麻吉」你在身旁，溫柔圍繞，暖暖在我胸膛。



編者小語：

徐鈞大朋友：

恭喜你又得獎了！

你在文中將癲癇發作的正確處置方式一一點出，相信讀者一定獲益良多。也請你繼續於伊比力斯的研究路上加油，造福更多的患者。



社會朋友 | 成人組 佳作

顛覆愛的可能

莊明慧

「你願意娶蘇沛憶為妻，同甘共苦，健康或是病痛都一起面對，相互扶持到老嗎？」「我願意！」，這一句這一幕，不只我，大家都哭成淚人兒了，你終於等到對的人，有可靠的歸宿。

沛憶是我國小同班同學，也是我姻親上的姪女，她就是標準的鄰家女孩，白白淨淨，成績總是名列前茅，和我時常玩在一塊兒，有次上課，她突然口吐白沫並且全身抽搐，瞬間倒地，有人驚慌大叫，也有人開玩笑說她起乩，老師見狀請來護士小姐協助處理，沛憶一直忍不住的想咬舌頭，護士小姐讓她側躺在地。這是她第一次癲癇發作，她的家長立刻奔來學校，瞭解癲癇的相關知識和應對方法，對年紀尚小的我們來說，只稱這是羊癲瘋，並不曉得它的全貌。

足球隊是我們學校的特色，也以此聞名我們的鄉鎮，幸運的我們倆同時獲選為足球球員，是候補的足球隊員，每天在球場上，不管艷陽高照還是颶風下雨，我們都賣力勤奮的練球，即使只是候補球員，也期待正式比賽那天可以上場，為校爭光。比賽開始，我們就先充當啦啦隊，球員和敵隊展開激烈拉鋸戰，突然有人體力不支，需要候補上場，教練直接選了沛憶，當下，候補球員都怨聲載道，我當時也是忿忿不平，事後教練才解釋背後的原因，她或許不是最適合的，但她最需要機會，這是我們六年級最後的一次球賽，長大懂事後我才理解教練的用意。

國中時期，我們長大不同班級，雖然就讀同一所學校，但課業的壓力下，我們漸漸失去聚在一起玩樂相處的機會。瞬的，我們考上同一所高中，然而曾經的好默契和交情卻變淡許多，我也淡忘了你患有癲癇，直到畢業前的公訓，公訓的夜晚所有高三生和導師們，聚在一起圍成圈圍，人手一盞蠟燭燈檯，黑壓壓的草原上，燈火映著你蒼白的臉，你有感而發的想分享真心話，大家都倍感訝異，平時文靜沈默的你居然是第一個發言者，你說，其實癲癇症狀一直困

擾著你，重點不是自己的發病，而是家人對於發病時的你，他們常常心驚膽跳，擔心你發病時是否會受傷，尤其是你的媽媽，有次發病，她還讓你咬著她的手，手鮮血直流，她的淚水也決堤，她責怪自己沒有給予你健康的身體。

你的真情告白，讓我淚流滿面，大家都驚訝，原來你是癲癇患者，多數人對於癲癇沒有全貌性的認識，你說，你爸媽想讓你吃的健康，所以開了間有機食品店，父母的愛真強大，你說，你是幸運的癲癇患者有親情的支撐，才能活得如此健康，只是愛情你不敢奢望。有誰能義無反顧的照顧，為你付出，那偉大的人選好像就只有父母。

原本也以為我會比你先步上婚姻的大門，卻讓你搶先一步，你遇到那個媲美你任勞任怨父母的人，他肯為了你瞭解癲癇症，你發病時候願意陪伴你，照顧你無微不至，他不害怕癲癇，準備好攜手一輩子一直走到永遠。



編者小語：

明慧大朋友：

讓我們一起為沛憶的婚姻祝福。

事實顯示，許多癲癇朋友都有著幸福美滿的婚姻，也擁有健康快樂的下一代。

癲癇朋友們要師法沛憶，勿為癲癇所羈絆，勇敢地去追求自己的婚姻幸福吧！



社會朋友 | 成人組 佳作

友善的自傳協作者

黃勤文

青春，是一本自傳體的大書，書的作者是自己，若想讓這本書精采絕倫，必須由你的智慧、理想及態度來決定。每個人都有選擇自己的書想怎麼撰寫的權利，而阿岳的書，卻並非他想寫就能完成的。

阿岳是我的國中同班同學，由於七歲時發生車禍，而開始有癲癇及智力退化的症狀發生。還記得開學第一週，伴隨著一陣碰撞聲，全班見識到一位高瘦的男生就地倒下，同時全身抽搐且失去意識的景象，讓大家第一次認識到「癲癇」這個疾病。

阿岳的癲癇症狀會不定時發生，有時能穩定度過一整週，有時遇到寒冷的天氣，嚴重時就可能一天發作三次。面對阿岳總是突如其來的症狀，當時班導便教大家協助他的方法及流程，因此，每當阿岳又發作時，大家便可以很有默契地分工合作，一人趕去健康中心呼叫護士阿姨來，一人前去教師休息室通知班導，然後兩個人用衣物墊在阿岳頭的下方，並將附近的桌椅都移開，讓他有空間可以躺在地上安全地抽搐、放電，同時也必須給予通風的環境，切勿一群人在旁圍觀。

由於高頻率的發作，阿岳的智力也受到極大的影響，隨著每次發作而一點一滴的下降至七歲智能，而在班上繁重的課業壓力下，也時常讓他跟不上進度，平時僅是抄聯絡簿便難以在時間內完成，導致回家後常因為不清楚作業項目而成為缺交作業的固定班底。基於這個現象，當時班導指派我擔任阿岳的小天使，將他的座位安排在我後面，讓阿岳能在有疑惑時就近詢問我，從那天起，每個晚上我都會接到阿岳詢問聯絡簿事項的電話，每次上課也都會轉過身去指出老師正在進行的部分，因為老師的託付，讓我有機會用最微小的幫助，讓他的聯絡簿日漸完整，作業也能更加順利的完成。

在班級中，阿岳和同學之間的關係是緊張的，在那國中時期思想不夠成

熟的年紀，同學們面對有別於常人的阿岳，僅是一般的詢問或親近，便會表現出不耐煩的態度，時常用不友善的言詞及舉動對待他。有一次，阿岳在體育課時突然癲癇發作，倒在籃球場中央，當時大家都圍過去想了解他的狀況，卻發現阿岳的褲子漸濕，尿液從地板向外蔓延，許多同學見到這景象都露出嫌惡的表情，當下阿岳是沒有意識的，事後有同學會故意在他面前提起這件事來諷刺他，而他當然不明白同學的弦外之音。回想國中時期的種種，大家對待阿岳的方式實在很可惡，雖然我並非這些不友善行為的參與者，但我卻袖手旁觀，沒有去制止同學的行為，無形中卻也成了共犯之一。

長大後，我和國中朋友聚會時談起阿岳，大家的心情是懊悔的，覺得自己以前很不懂事，假如當時能更了解癲癇這個疾病、能同理阿岳的身不由己，多一些關懷及包容，或許阿岳的青春能更加美好。不過逝者已矣，來者可追，過去我們曾犯下的過錯，實在不希望再有癲癇病友遭受到如此不友善的對待，每個人都有可能成為他人成就大書的協作者，多一分理解，多一些關懷，我們都能影響他人，讓我們身邊的伙伴有更好的生活，能撰寫出更好的自傳！



編者小語：

勤文大朋友：

我們一起為阿岳的祝福。

俗話說，千金難買早知道，每個人年輕時都做過令人懊悔的事。相信那些曾經對阿岳表現出不耐煩，時常用不友善的言詞及舉動對待他的同學們，現在一定相當愧疚。

往者已矣，來者可追。願共勉之！



社會朋友 | 成人組 佳作

老師的愛心

游福生

林老師班上有一位癲癇的陳同學，在一個不知情的情況下，這位同學在上課中，突然病情發作，當場倒地！這真是把他嚇壞了，他急忙處理，當天他就利用下班後時間，去訪問陳同學的家庭，了解陳同學的家族及病情背景。

為了周全來照顧陳同學，他在班上成立愛心小隊，他暗中挑選四位最有愛心的同學，全程來照顧這位癲癇孩子的安全，這四位愛心隊員，他給她們特別的訓練。每天在校的時候，這四位愛心隊員，加上癲癇陳同學，共五人就是永久的一個隊伍編制，讀書工作都是在一起，不能拆散。

不讓癲癇孩子過於疲勞，大掃除的時候，他會安排一些輕微的工作，讓他參與愛心小隊裡來做；上體育課時，為避免陳同學被日曬太久，他會讓愛心小隊，單獨在樹下做輕柔的體育活動；在平時，他會隨時觀察陳同學的精神狀況，並且叮嚀陳同學，有睡眠不佳的當晚，一定要向他報告，那天他就會很留意，隨時保持陳同學情緒上的安靜。他也蒐集一些癲癇的醫學資料，並請教相關的醫師，他將這些資料送給陳同學的父母，請陳先生的家人能正確去照顧。每次其他老師來上課，林老師會事先準備一份陳同學病情報告資料，暗中送給上課的老師，讓上課的老師知道陳同學的病況，避免不必要的刺激或衝突，不讓癲癇再發作。

顧全陳同學的自尊心，全部的工作安排，都是林老師暗中巧妙的佈局，班上的同學都不知道陳同學的病情！他不希望陳同學的癲癇，成為被歧視的藉口，更不希望帶給陳同學二次的傷害。患有這種病已經夠可憐了，身為教師有責任保密，讓陳同學很正常很健康的成長，跟其他的孩子一樣，快樂地學習，歡喜地生活，不要給孩子留下心靈上的創傷。

林老師每天刻意安排下，陳同學快樂而正常地學習，陳同學幾乎都忘了自己的病痛，而一年來，他的病情也從來沒有發作。在小五升上小六那一年，依照學校慣例，都要更換導師，但是，那一年，林老師主動向學校申請，擔任原班的六年級導師，直到學生畢業為止。主要原因是，陳同學很需要林老師來照顧，陳先生對於老師的做法，深表肯定與感激！

七年已經過去了，陳同學也是大二的學生，我們雖然離開兩地，但是每年的舊曆過年前後，我們都會見面聚餐。這幾年間，陳同學在醫師的診療下，父母師長的照顧鼓勵裡，身體很正常又健康，沒有再發生過癲癇現象。

陳同學終於遠離了這個難纏的宿疾，他跟其他同學一樣，快樂又健康，他早就忘記自己身上的陰影，他現在已經是一位前景充滿燦爛的青年了！

又有一年，校長陪同一位家長和小孩，來到教室找林老師，這位家長是誰，他不認識，只覺得有一點面熟！校長、家長、孩子和林老師，四人在教室外側見面握手，這位家長握著林老師的手說：「這個孩子剛剛腦部開刀復原，他是我唯一的寄託，我生命的全部，需要特別的保護，一切就拜託你了！」林老師摸摸孩子的頭，微笑對著孩子，他知道自己責任的重大。接受孩子插班之後，他立刻在班上成立保護小組，來保護這位生命脆弱的學生！經過兩年的縝密細心照顧，孩子平安的度過，快樂地畢業了。

後來，他從其他老師口中，得知這位家長是一位中央的某部長。謝師宴的當天，這位部長帶著他的孩子都來參加謝師宴，部長和孩子故意坐在我的身旁，頻頻向他敬酒，頻頻誇他！謝師宴完畢之後，部長請他到另一個房間。

這位學生哭著抱著林老師，說：「請老師不要離開我！」林老師撫摸他孩子的頭，眼睛含著淚光說：「孩子！天下沒有不散的筵席！好好去珍愛自己的身體！」就在這時候，這位部長從口袋中，取出一個紅包要給老師，老師婉拒了，他堅持要老師收下，老師感謝家長的好意，斷然拒絕！兩人僵持半小時後，老師只收下家長的紅紙袋子，把錢退還給家長，林老師說：「我如何教導學生做人，我能自己不以身作則嗎？感謝你的好意！」家長收回了鈔票。



學生畢業了，大家依依不捨地離別了，幾天後，老師接到一件包裹，他確定內容之後，老師拒收！退回原寄件人！

每當學生放學回家，師生都步出校門，往溫馨的家中邁步時，唯有林老師，在空蕩寂靜的辦公室裡，埋首做永做不完的工作。林老師就是如此癡迷於自己的工作，仔細而認真，做不完工作，就是不吃飯不休息，也在所不惜。同事看他白髮蒼蒼，奮不顧身地做事，總是勸勸他放下工作先吃飯，他的回答都是「馬上就好了！」依然頭不抬地，做著他所未完成的工作。

在小學快畢業的前夕，那時正要踏入國中，必須經過一番考試，每個學生都期盼能考入好的學校就讀。

當時，班上有一位李同學，家中田地山園，都是由父親一人全程包辦，家裡很需要一位幫手來協助父親。李同學國小畢業後，正可以好好幫父親工作，父母也打算不讓李同學繼續升學，好留在家裡協助農務工作。當林老師得知李同學不想升學的消息後，立刻到李家見他的爸媽。老師認為如此優異成績的孩子，不升學就斷送了孩子美好的前程，這一代辛苦，也不要代代皆辛苦！老師用種種理由，深深打動他父母的心，使父母同意李同學繼續升學。

今天李同學能就學順暢，接受國中的教育，那一次升國中的機會，是我人生的轉捩點！當時如果老師沒有毅然去拜訪他的父母，說動父母的心，他如今準是農夫無疑！

上了國中，老師和李同學一直保持聯繫，李同學偶而也會到母校去看看林老師，老師鼓勵的話，始終不敢忘記！國中快畢業那年，李爸因病逝世，家中的田園工作，落在李大哥的肩上，李同學也打算輟學不讀了！眼看大片的田園工作，落給大哥一人獨扛，於心不忍！如果我繼續讀下去，未免太自私了！雖然大哥一再安慰他，不讓他把學業休掉，可是，內心處在親情與現實生活的掙扎中，使他寢食難安！

不久，林老師獲知李爸去世消息，在一個週日來到我家，用腳踏車，載了

一大麻袋的白米來。迎著滿身是汗水的林老師，他有說不出的感激，一種想投抱在林老師懷裡的衝動，忐忑起伏！

終於在艱困的現實生活中，挨過了最後的一年，他國中畢業了！畢業典禮的那一天，老師來參加了，他領了縣長獎之後，老師帶他到涼亭上，跟他獨談！老師持著拐杖，行動有些不方便，老師面帶笑容，慈祥地鼓勵他，給他很多人奮鬥的指示。

那天，老師帶他去吃一碗麵，吃了一半，他想起自己命運的坎坷，當即淚水成串，哭泣哀慟，好端端的香麵再也吃不下！老師撫摸他的頭，鼓勵我要勇敢面對現實，不可懦弱，要好好照他的話去做！我們道別一年後，老師就從學校退休下來了！

次年，林老師病倒入院，李同學去探望他，老師那冰冷的手，臉色蒼白，依然仁慈笑容，可是說話的聲音，已經微弱低沉許多了。面對這位恩師的身體，他喉嚨像酸熱物堵塞著，內心憂鬱沉痛，腦海裡浮現預知的恐懼感，成串的淚珠，順著胸前衣襟滴滴流下來。可是，眼見恩重如山的恩人，接近健康遭受摧殘的那一刻，他內心只會艱難痛苦，無力去助他康復，真是心煩著急，不能自己！

在一個風雨交加的夜裡，老師悄悄離開世間，跟他家人一樣，他跪在遺像前嚎然大哭，他捨不得，為何老天爺不讓如此好人，多活些日子！！出殯那天，李同學以他兒子的身分披著粗麻帶孝，緩緩隨著喪樂，送林老師到山上埋葬。悲淒的喪樂，像切鑽的刀，狠狠砍入心肝，和血入吞，悲痛難言！一條不長的送喪路程，似萬里遙遠，踏著緩慢腳步，舉腳千斤重，腦海昏沉糊塗，想著一大堆人生問題，陰陽兩隔，何等殘忍現實。涉世未深，面對父親的去世，又親臨恩師的遽逝，生離死別之痛，在純潔心靈上殘酷畫刀！這兩件事，給他對生死產生震撼性的認識和頓悟。

每當夜深人靜，李同學展書研讀，略有倦意，經常會在腦海浮現林老師那慈祥的面孔，歷歷在眼前的鼓勵和叮嚀，如同昨日。



編者小語：

福生大朋友：

好感人的故事！

林老師真是一位好老師，鞠躬盡瘁，終生為了學生。

他成立愛心小隊來協助癲癇同學，值得全國老師效法，我們會將這個非常好的做法推廣至各個校園，林老師於九泉之上亦可含笑瞑目了。

社會朋友 | 成人組 佳作

希望與勇氣 勇敢面對癲癇

蔡昌儒

1996年，炎熱的教室裡正進行期末考，專科同學們緊張的寫著考卷，突然碰的一聲，一位降轉的學長下巴流著血，人躺在地上口吐白沫抽搐，年輕的監考老師頓時慌了，我和幾個同學趕快跑到他身邊想幫忙，卻不知道該如何幫忙，有的同學想拿筆塞進嘴巴，有的直喊"羊癲瘋"，老師馬上叫了救護車，過了約一分多，抽搐停止了這位學長也睡著了，該說暈了嗎？因為我是班長，被老師指派跟該位學長坐救護車到醫院，半路上他醒了，才告訴我他早上忘記吃藥，現在好多了，但我還是堅持去醫院讓醫師看一下，這是我第一次見到"癲癇"。

之後的日子裡，我常跟這位學長聊天，才知道他從小就有癲癇，也是因為去年癲癇發作請假多，才降轉到我們班上，坦白說，班上沒幾個同學會跟他說話，我可能是唯一的一個。或許是因為只是朋友，沒辦法體會癲癇對他帶來的影響，且因為他自己癲癇的病因此也封閉自己，後來畢業了，就再也沒機會遇到過了。

過了好幾年，我上班了，買了車子房子，娶了妻子，也升遷，也生了兩個可愛的寶寶，過著平凡幸福的日子。2012年，就在我生日的前三天，我的大兒子卻莫名得了腦炎，一個完全沒想過的疾病破壞了一切，當天小孩就被送進PICU裡，之後的日子小孩被插呼吸器，全身抽搐，插尿管鼻胃管，這時候的他已經完全認知障礙，失語並伴隨著"頑固性癲癇"。與所有小孩重病的家長一樣，一直問自己為什麼是我？但我到現在仍找不到理由。

每天除了到處求神問卜只等著PICU的會面，和他說說話鼓勵著他，但恨自己沒辦法替他受苦，好像只能把他丟在這邊。尤其是他發作的時候，完全沒辦法幫忙的那種痛苦痛入心扉。好不容易，這輩子最難熬的加護二個月，醫師認為他的危險期已經度過，轉到一般病房後，才知道他還是每天發作100



多次，有時好不容易醒了，又馬上發作，往往只能請醫師再讓他灌睡，這時才理解醫師說的他的腦部放電的狀況非常嚴重。

好不容易，我們出院了，這時候癲癇有比較控制住，醫師也慢慢減藥，我們也積極跑醫院診所復健，慢慢的他恢復走路的能力，但他還是認知障礙，我常想小嬰兒可能還比他好，至少餓或尿布濕還會哭，但我的大寶貝居然連這些都不會。因為小孩的關係我常請假，也突然被公司無預警調離主管職，因此我毅然決定請育嬰假照顧小孩，

每天中醫針灸，復健，特殊療法，吃各種營養品，到廟宇拜拜，僅有的休閒生活應該就只有看電視，因小孩還帶著鼻胃管，在路上總是有些讓人不舒服的眼光注視著。很難想像如果是更以前的話，有些人們看到這種小孩就會念說一定是上輩子做壞事什麼的。到過各種大小廟，每個人都說著不一樣的預言，說他幾歲會好，要做那些事才會好，彷彿大家做不同的賭注，只要讓他賭到了才是真神，後來我們也不問了，直接和廟裡的神對話，僅虔誠請求保佑我們的小孩。我們也接觸到基督教，牧師和裡面的教友總是非常正面的給我們祝福。但我心裡面已經無法感受到真正的神。

小孩生病也五年了，頑固癲癇帶來的是不斷的輪迴，只要小孩好不容易復健到學會一個簡單的放球動作或原本就會的走路，只要又幾次大的連續的癲癇就能讓他打回原點-住院，接著就是又加劑量，讓他原本好不容易有點小肌肉的手腳又軟掉。醫師常說的和癲癇和平共處或許就是要我們被迫接受。如今，我們也慢慢了解小孩不可能奇蹟式的突然恢復以前正常的狀況，但他和弟弟及我們還是要正常過生活，不應該是每天都去醫院復健，針灸，拜神等，但復健真的很重要。這期間我們也認識了很多"戰友"，大家會找時間聚在一起聊天或出遊，或許因為大家感同身受，所以都能了解彼此的狀況。

在醫院也遇到更多有癲癇的大人小孩，病友與照顧者大家都很辛苦，但藉著許多有心的協會和醫院的各項活動和宣導，現在比起以前真的改變很多。雖然夜深人靜時，我們常常軟弱哀怨，但未來，我們會帶著我們的孩子一直勇敢的面對，雖然還是很多不公平或不能理解的地方，僅希望我們的小孩及每個受癲癇之苦的病友能好好開心過每一天。



編者小語：

昌儒大朋友：

讓我們一起為令郎禱告，祝他早日康復。

請繼續勇敢向前行，許多頑固型的癲癇朋友經由癲癇手術、生酮飲食、迷走神經或深部大腦電刺激術而獲得改善甚至痊癒的機會，令郎不妨一試。



社會朋友 | 成人組 佳作

一路走來的點點滴滴：一位癲癇媽媽與癲癇女兒的 血淚成長史

洪慧慈

楔子

要講就要從我生下我的老二(女兒)開始說起，我生下老二那天醫生就跑來跟我外子說：「你有一個小時可以考慮把你女兒轉送到教學醫院…」，因為我的女兒是早產，當時出生時醫生診斷出「心臟破洞」、「肺部積水」、「腦部積水」；所以主治醫師建議轉至大型的教學醫院。

漫漫醫療長路

於是，我們轉院到高雄長庚醫院，一住就住了兩週之久，兩個禮拜後終於可以辦出院了，原以為一切都可以歸於正常，不料就在我的女兒滿月後，當有一次她熟睡時突然發生異狀(事後才知道是「癲癇發作」)。當下我與外子都驚嚇到不知所措，唯一腦海想到的就是拿起電話叫救護車直奔醫院。到達醫院後，急診醫師建議我們要不要轉院，因為急診醫師已經無法控制病情！當下自己幾乎快要崩潰了，在不知所措之下，女兒只好繼續住院。在住院的那段日子，突發的狀況常常令我和外子措手不及，來不及反應；在不得已的情況之下，全家只好都住在醫院的普通病房陪著女兒。感謝當時的主治醫師，不忍心看到我們全家把醫院當作「自己的家」，因為全家的生活起居都必須在病房內，度過漫長「照顧小病人」的生活。於是主治醫師就優先安排讓女兒住進加護病房，以便減少當父母的負擔。當我女兒進住加護病房時，我以為我女兒的病情應該屬於很嚴重的那一類，不料進入了加護病房一看，竟然還有比我女兒病情還要嚴重的小孩！這樣的情景讓我久久不能自己。雖然我女兒進出醫院的次數已經是家常便飯，但我的女兒在醫護人員細心照護下漸有起色，並逐漸進步中。從一個月住院數次到住院次數已明顯減少中。

明天在哪？家人的揶揄及背棄；朋友的情義相挺，終於看到人性的光輝

其實在女兒病情最嚴重的那一段日子，在我與外子身上的錢已經消耗殆盡，入不敷出，根本沒有可用的現金時，當硬著頭皮向別人借錢時，自覺熟絡的朋友竟沒有一人願意借貸，自己覺得好心寒，甚至連親戚都不願伸出援手。直到我女兒要出院時，所需支付住院期間的醫療費用，著實繳不出來，幸好外子有一位同事知道了我們的處境，幫助了我們繳清女兒住院期間的醫療費用，因此女兒才得以順利出院。此事雖然已過十年有餘，但在我腦海中仍然記憶猶新，心中滿懷感恩之心。感謝上帝派了另一位天使幫助了我們全家大小，我也感謝上帝給了我與外子一位天使住在我家當我的女兒，讓我學習到比常人更堅強的韌性和毅力。

現在樂觀的我，大概可能沒人相信，在家族親戚都交相指責是不是我上輩子做了太多壞事？這輩子才把我女兒「變成白癡」，因為這樣的指責讓我的眼淚曾經如滔滔江水，一直流個不停。例如騎機車帶著女兒經過高屏大橋時，在自己萬念俱灰，心力交瘁之下，有好幾次都想帶著女兒一起跳下橋，一了百了，輕生算了！但是有時候也很自責，自責女兒一出生自己便把女兒「生」的如此這般，都是我害的，都是我造成的。當我回想起小時候，大約在我就讀國小的時候，也曾經有癲癇發作的經驗，只因上帝眷顧我，讓我發病的時間只有短短一兩年而已，之後就再也沒發病過了，我在想：女兒是不是遺傳到我呢？

破蛹而生

我願意把我一輩子的時間放在照護我女兒的身上，希望她一天比一天都有進步，逐漸的好起來。這樣，其他正常的人再也不會用異樣的眼光看著她，竊竊私語地說三道四，無所不用其極地排斥我女兒。有一次我看著我女兒坐在輪椅的樣子，於是內心油然而生，毅然決然報名參加了「居家照護員專業訓練課程」。心想，結訓之後除了可以對我女兒做更完善的照護外，也可以幫助其他與我同樣需要或處境比我更糟的家屬，這樣就可以主動地去幫助他人和發揮我照護員的專業知識，回饋需要幫助的家庭。

最後，過去的悲傷像一縷輕煙飄過，困境總會過去，希望總會向我們擁抱。如今我的女兒已漸漸長大，也越來越漂亮，現在就讀於國立屏東特殊教育學校，學校的老師也都覺得我女兒很可愛。在充滿大愛的特殊學校受教下，讓我



越來越愛我的女兒，我的家人，也感謝曾經默默幫助過我的善心人士，祝福這個社會永遠充滿大愛。



編者小語：

慧慈大朋友：

讓我們一起為令媛的祝福。

在前一篇蔡昌儒先生的文章中，他有說到，有些人們看到這種小孩就會念說一定是上輩子做壞事什麼的。妳也說家族親戚都交相指責是不是妳上輩子做了太多壞事，這輩子才把女兒變成白癡。兩者非常相似，都是極其無知無識的偏見，不見任何憐憫心，只會對家屬傷口抹鹽。

這個社會上嚼舌根的人實在太多，無同理心的人也很多。唯有當他們也成為當事者時，大概才能夠體會這種心痛。

讓我們一起思考，要如何努力，才能使這個社會永遠充滿大愛!?

台灣癲癇醫學會

第十六屆「人間有情-關懷癲癇」徵文比賽

一、宗旨：本學會鑑於癲癇朋友在成長及就學過程中飽受歧視和誤解，希望藉由徵文比賽，宣導癲癇實用知識，幫他們在教育及工作方面獲得更多的關注與尊重，感受到人間有溫暖，處處有溫情。

二、指導單位：文化部、教育部

三、主辦單位：台灣癲癇醫學會

四、協辦單位：中國醫藥大學附設醫院癲癇病友俱樂部、台大醫院癲癇病友聯誼會、台中榮民總醫院神奇之友會、台北市立聯合醫院中興院區癲癇峰造極同學會、台灣兒童伊比力斯協會、台灣癲癇之友協會、光田癲癇病友聯誼會、社團法人台灣超越巔峰關懷癲癇聯盟、社團法人台南市癲癇之友協會、社團法人高雄市超越巔峰關懷協會、社團法人雲林縣癲癇之友協會、花東地區癲癇病友會、長庚醫院癲癇病友會、社團法人屏東縣癲癇之友服務協會、為恭醫院癲癇病友會、恩主公醫院閃電俠聯誼會、財團法人彰化基督教醫院癲癇之友會、跳躍的音符兒童發展協進會、澄清癲癇之友會、堰新癲癇病友聯誼會。

五、比賽方式：

(一) 參加對象：社會人士及全國大專院校、高中、國中、國小之學生均可參加。

(二) 題目：自訂（以關懷癲癇相關題目為主）。

(三) 甄選方式：由主辦單位邀請專家評選。

(四) 截止日期及送件方式：

1. 即日起至 **107年10月31日** (星期三)。(郵寄以郵戳日期為憑，e-mail 以收到本會回覆信函為準)

2. 郵寄：請將“報名表”貼於作品背面右下角，郵寄11217台北市北投區石牌路2段201號，台灣癲癇醫學會收。

(請註明參加人間有情-關懷癲癇徵文比賽及組別)

E-mail：請將“文章及報名表之電子檔”寄至 epil1990@ms36.hinet.net。

(請註明參加人間有情-關懷癲癇徵文比賽及組別)

3. 作品得採個人或集體寄送。

(五) 參賽分組：(共分八組)

癲癇朋友組：① 國小組② 國中組③ 高中組④ 成人組(大專以上及社會人士)

社會朋友組：① 國小組② 國中組③ 高中組④ 成人組(大專以上及社會人士)

(六) 參考資料請上台灣癲癇醫學會 www.epilepsy.org.tw、台灣癲癇之友協會 www.epilepsyorg.org.tw、台灣兒童伊比力斯協會 www.childepi.org.tw、高雄市超越巔峰關懷協會 kea.wingnet.com.tw 查詢。

(七) 評審結果公告：**107年12月31日以前(暫訂)**，由主辦單位專函通知得獎者，得獎名單並公布於本學會網站。

(八) 頒獎日期將專函通知，配合本學會活動進行頒獎。

六、獎勵辦法：

第一名/每組各取一名、獎金 3,000 元，獎狀乙面，作品集乙本。

第二名/每組各取一名、獎金 2,000 元，獎狀乙面，作品集乙本。

第三名/每組各取一名、獎金 1,000 元，獎狀乙面，作品集乙本。

佳作/每組各取三名、每名獎狀乙面，作品集乙本。

注意事項：

(一)、凡參賽作品之版權，皆屬於台灣癲癇醫學會，該單位有權公開展覽及修改內容，印製成各種社教資料之相關印刷成品。

(二)、參賽作品不得抄襲或模仿，若涉及抄襲、模仿之相關罰則，由送件者自行負責。

(三)、參賽作品一律不予退還。

(四)、該組參賽作品未達給獎標準者，該獎項得縮減名額或從缺。

第十六屆「人間有情-關懷癲癇」徵文比賽
報名表

姓 名			分 組	☐ 癲癇朋友組(就醫醫院：) ☐ 社會朋友組	
性 別		年 齡		組 別	☐ 成人組 ☐ 高中組 ☐ 國中組 ☐ 國小組
就 讀 學 校				班 級 / 科 系	
聯 絡 地 址					
身份證字號				病史簡述 & 相關資料 (癲癇朋友填寫)	
手 機					
聯 絡 電 話					