

序

理事長的話

神經科是專門診斷和治療中樞和週邊神經系統的疾病，神經科疾病也常常和老化掛上關係如腦中風、失智症、及帕金森氏病。癲癇和其他神經科疾病最大的不一樣是癲癇除了發生於成人及老年人外也發生於嬰幼兒、兒童、青少年等不同族群。

當腦細胞沒有異常放電或漏電時，病人幾乎和正常人一樣，如果癲癇發作時病人可能有肢體抽搐、動作暫停、意識呆滯、行為異常甚至造成身體傷害。

我們認識的這些病患朋友，他（她）可能是你的家人、兄弟姐妹、親戚、同學、朋友、或同事。徵文比賽是敘述這些故事並提供癲癇朋友本人及周邊朋友互動的平台，希望社會大眾可以體會及瞭解腦細胞放電或漏電時發生的許多故事，並期望大家閱讀文章作品後有更正面的觀點。參加比賽者包括癲癇朋友自己及社會人士，依年紀再分為國小組、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，並且作品皆令人感動，這讓評選委員難以取捨。未入選者或許有遺珠之憾但文章皆真實反映出病人本身的心境及旁觀者的感受。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。

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

2019.4.28

得

癲癇朋友

目 錄

獎

國中組

作

品

第二名	勇敢之翼	李岱芸	1
第三名	我的伊比力斯故事	許棋凱	3
佳 作	癲癇來襲	賴泓淨	5
	把握現在	李旭豐	7

高中組

第一名	給那曾如仙人掌般帶刺的我	高蒨茹	9
第二名	從旁觀者到當局者	林詩軒	12
第三名	面對自己	李螢蓁	14

成人組

第一名	不想再錯過任何機會	蕭宇婷	16
第一名	夢想初衷心飛翔	葉佳佩	19
第二名	算了	柯雯芳	22
第三名	認命活得樂	林秀芬	27
佳 作	轉變	李昭慶	30
	我戰勝了癲癇	陳家妤	32
	生命的音符	連玉桂	35

得

社會朋友

獎

國小組

作

品

第一名	看守大腦的獸	顏育姍	37
第二名	班上來了個轉學生	李宥霖	40
佳 作	巧遇癲癇患者有感	林于庭	42
	關懷癲癇-人間有情	魏立庭	44
	癲癇你、我、他	林欣緹	46
	關懷癲癇讓愛加溫	詹琇涵	48

國中組

第一名	放電天使教會我們的一門課	葉芊芊	50
第一名	活在當下贏回自信	李宜儒	52
第二名	我們都一樣-癲癇的真實面	黃怡綸	54
第二名	食不我與，有愛同行！	王芃雯	57
第三名	友善關懷	顏卉瑀	60
佳 作	我們都一樣	莊佳媛	62
	關愛癲癇	江丞祐	64
	正確的態度	陳禹潼	66

得

社會朋友

獎

高中組

作

品

第一名	待雪草綻放那刻	蕭卉心	68
第二名	來自天堂的密碼	蔡昀姍	72
第三名	勇敢飛吧！我的哥哥	陳安琦	76
第三名	搖動的愛	吳采霓	78
第三名	迷失的方向	呂家綺	80
佳 作	癲妹癲弟	李旻翰	84
	“癲”覆想像	黃小菱	86
	癲癲	賀立綺	88

成人組

第一名	繭之生	陳宥臻	91
第二名	梅子黃時雨	李俊保	98
第三名	「騏」蹟	陳理慧	103
第三名	宿命的輪迴	陳柏翔	106
佳 作	被愛包圍的伊比力斯星兒	陳鳳如	109
	職場友善，從關懷癲癲朋友開始	翁偉哲	112
	平凡的幸福	徐嘉鳳	115
	加油皮皮	許桂櫻	118
	未顯示電話號碼的來電	謝靜怡	121

癲癇朋友 | 國中組 第二名

勇敢之翼

李岱芸

我原本是隻快樂的小鳥，展開雙翼，自由自在，卻因為一次的受傷，令我傷痛不已。自從被診斷出癲癇以來，我就像從高大的樹上掉下來的小鳥，從此無法到處翱翔。

就在國中七年級剛開學後，上水彩課時，因為突然在教室中昏倒，就這樣被送進了醫院。一開始以為只是「貧血」，所以醫生就讓我休息一下才回家，但是這症狀卻一而再，再而三的發生，最後父母才決定帶我到醫院再做更仔細檢查，我在醫院住了一個多禮拜，打了點滴，做了腦波檢查和核磁共振，還抽了血，到了最後醫生確認說，我真的罹患了「癲癇」……。

在生病這段期間中，我有如被關進籠子裡的小鳥，哪裡都無法去，非常地痛苦。因為生病我無法吃任何含咖啡因的食物，不能游泳，更不能做刺激的動作與遊樂設施，頭更是不可以被碰撞到。不但有這些困擾，還有藥物的問題，藥物的副作用會讓我頭暈、頭痛、嗜睡、吃不下和血糖下降等，這些所有的困擾讓我消瘦了許多，也因為這樣我的狀況變得愈來愈多。

當醫生說我得了癲癇的那刻起，我自由的翅膀就再也沒有勇氣飛起來了，我感到好對不起父母，也很對不起在我身邊關心我的人，又讓他們擔心了，因為「異常放電」的地方會影響記憶，所以我的記憶力好像也越來越退步，讓我的情緒深深跌入谷底。

我曾經心痛，曾經因為自尊心過高而在夜裡哭泣，甚至曾在黑暗的谷底迷路了幾圈。不過，孟子說：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志，



勞其筋骨……。」也許，我能把癲癇看成是「天將降大任於斯人」，是讓我「動心忍性，增益其所不能」吧。這應該是上天要我學習如何面對現實，如何克服痛苦與失敗，如何從黑暗的谷底爬起，所以我要勇敢，展開自己的雙翼，飛出谷底，擁抱自己的一片天！



編者小語：

岱芸小朋友，其實您還是可以自由自在的生活。癲癇朋友是可以學習游泳的，並不是說游泳是絕對不行的。在中華民國水上救生協會裡面，就有救生員教練也是我們的癲癇朋友，表現非常優異。我們也有癲癇小朋友是學校的游泳校隊隊長呢！

唯一要注意的是，要注意環境及自身的安全，不要自己一個人去游泳，不要到水深碰不到底的地方。要盡量和朋友或者家長一起去。學會了游泳後，有一天也許派得上用場，不但可以救自己，也可以救助別人。

癲癇朋友 | 國中組 第三名

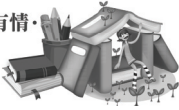
我的伊比力斯故事

許棋凱

在日常生活中，常會看到一些特殊人士：「亞斯伯格、唐氏兒、癲癇兒...」，當你看到他們需要幫忙時，你是否伸出手來幫忙，或者是瞧不起他們呢？

我本身也是個癲癇兒；還記得，那時候我是國小二年級，某個早晨我起來刷牙，下一秒，「蹦...」，毫無聲音，我的父母聽到此聲就趕緊過來查看，當我再度起來時，已經躺在床上全身痠痛完全無法施力，往旁邊看，只看到親愛的母親在旁心急如焚，這是第一次看到她那麼緊張，我還不懂得關心，甚至罵她：「哭什麼」，此時她已無法忍受，放聲大哭，我在這時候，也就真的知道什麼叫擔心一個人，但這還只是個開始；半年後，某天晚上，又再一次發生，還好這次在床上，沒有那麼不舒服，但相同的故事又再度發生，這次長大了，學會安慰人，母親就沒哭泣了；這症狀，當然不能再放任不管了，隔天我與父母先來到了新竹馬偕醫院，醫生表示此症狀叫做：「癲癇」，基本解釋就是：「腦部不尋常的放電」，我們的疑惑還是沒辦法解開，於是來到了：台北榮民總醫院—兒童神經癲癇科，找尋著有關於癲癇的秘密，在其中我們也知道了，癲癇會有：昏迷、頭暈、眩暈、頭痛等症狀，而且不只少數人有，最後醫生給了我一個藥叫：「帝拔癲」，我每天服用，漸漸的，這個症狀慢慢的減輕，到現在已經沒有復發了，在此醫生也讓我們知道有一些善良的基金會，在我們背後支持我們。

回來後呢？還是得上國小，在那時候，常常看到電視上宣導不要校園霸凌，所以開始對於上學產生了恐懼感，但最後還是去了，後來並沒被歧視及霸凌，反而是多了些關心，在此我很感謝我的國小同學，是他們



陪我走過這段過程，但有些人，讀著不好的班級，整天被欺負

今天，是一個新的世代，我們的知識取得的途徑變多了，知道"癲癇"這個症狀是應該的，所以不論是誰，身為一個人，免不了有一些嘲笑，但是絕對不能少掉關心&關懷，甚至不要去笑，更不能有歧視，因為在我們眼中，這個叫做欺負更叫做霸凌，而且我們絕對不是自願的，還有，不要跟我們的父母提起，因為他們也很自責，無論是誰，都會希望自己活的自由又燦爛，所以希望各位看到這篇文章，能夠尊重與包容：「亞斯伯格、唐氏兒、癲癇兒...」，而且告訴他們：「你們不是孤獨的，我們永遠在你們的背後支持你」

謝謝你們，我會繼續讓人生發光發熱。



編者小語：

棋凱小朋友，生病是不得已的事情，是不幸的事，身體健康的人怎麼可以去欺負身體有病的人呢？會出現歧視與霸凌，代表我們的社會教育出了非常嚴重的問題，大人們一定要好好檢討

幸好，這個社會上仍然存在很多良善的基金會，就像台灣兒童伊比力斯協會和很多醫院的病友會就是，他們都默默地在舉辦許多社會公益活動，鼓勵並支持癲癇朋友家屬。有空的話，歡迎你和家人及朋友加入這些病友團體或參加他們的活動，也歡迎您上這些網站去參觀訪問一下，並提供您寶貴的意見。

癲癇朋友 | 國中組 佳作

癲癇來襲

賴泓淨

一般社會大眾對癲癇的認識多來自媒體，以為它發作要立刻幫患者打開嘴，避免咬傷自己；有人甚至以為它會傳染，避之唯恐不及。在我沒發病前，我和家人對癲癇的認知也不多，直到它走進我的生命，才有了深刻的體驗。

我是一位天生就患有腦性痲痺的小孩，還記得第一次發作時，我才兩歲多，當時我感冒發燒，夜裡突然口吐白沫，不斷的抽搐，家人嚇得立即將我送醫。冬天的急診室裡擠滿了病患，爸媽在急救室外等待，心中不停的為我祈禱，但等到的卻是一張病危通知，頓時媽媽淚流不止，堅強的爸爸也忍不住落淚。還好後來我漸漸恢復了意識，躺在加護病房裡，大家輪流來為我加油打氣，媽媽帶來我最愛的繪本，一遍又一遍的說著；第一基金會的老師，帶來我最愛的樂器，為我演奏。在大家的祝福聲中，我終於出院了。

自從我發病以後，大家開始上網查詢癲癇的相關知識。每當我生病時，爸媽不分日夜的照顧，深怕我有萬一。有一年過年期間的大發作，最讓我印象深刻，那時我剛好在雲林鄉下，媽媽著急的抱著已失去意識的我，卻不知道該將我送往何處，偏鄉的醫療資源實在太缺乏了。還好過了一陣子，我微弱的叫了一聲「媽媽」，媽媽熱淚盈眶的說不出話來，只是緊緊的抱著我。

隨著年齡的增長，我已經漸漸和癲癇和平共處了。雖然每個人發病的原因不同，但對我來說，只要按時吃藥，細心呵護身體，就能得到有效的控制，「他」就不再是我的敵人了。



編者小語：

泓淨小朋友，從您的文章裡面可以發現，媽媽真的是偉大的。中國人有一句話”行孝要及時”，又說”子欲養而親不待，樹欲靜而風不止”，這些都再三的告訴我們孝順父母一定要及時，也就是立即開始，千萬不要等到父母走了才後悔莫及。

孝順父母的方式很多，並不是說需要給他們很多錢或者買很多禮物給他們。只要您乖乖地準時服藥，不再發病，不再讓媽媽為你擔心，這個就是最孝順的方式了。

癲癇朋友 | 國中組 佳作

把握現在

李旭豐

「無常」無時不在，把握現在，珍惜擁有。

開學第三天，主任宣布您們的老師要請長假，天啊！為什麼？發生什麼事？對於自閉症加癲癇的我是一大挑戰，就在同學們七嘴八舌的追查下，我似乎聽到有關老師為什麼請假的消息，只是不知道是真亦或假？

放學時間到，媽媽準時到校門口接我，我帶著慌亂無章的語氣，告訴媽媽老師請假及所聽到的片面訊息，媽媽當面斥責我，這是攸關生死且未經證實的事情，怎可隨之起舞呢？我心想也好這不是事實的，希望這是假的。回家後，母親迫不急待的傳訊息給老師，是否如主任所言請長假？老師回覆很痛苦。難道這是事實嗎？只好請父親打電話給老師，電話筒那傳來老師痛苦的聲音，告訴父親他什麼都沒有了，並要父親好好地向我說明，讓我在學校能安心學習上課。掛完電話後，全家人的心頓時沉到海裡，心真的好痛喔！剎時家裡的氣氛好沉重，媽媽總是暗地裡偷偷的哭，我知道媽媽一定也想起我車禍當時的情景，在那當下她也一度以為將要永遠失去我。

而我呢？從那天起我車禍後所造成的癲癇病發，流鼻血、頭痛等相繼而來，或許是自閉的我說不出怎樣的心情，那天起我開始夢遊、做惡夢，我想到老師對我的好，老師好不好？老師以後怎麼辦？那個弟弟呢？師母呢？一大堆的問號，讓我不知該如何說出口，看不到老師的狀況下，只能透過聯絡簿詢問代課導師班導師的狀況。告別式的日子總是會到，在告別式上看到班導師瘦了一大圈，剎那間覺得老師變得好憔悴，看到老師您難過，我心裡也跟著難過，現場的氣氛瀰漫哀傷。



老師回來了，我們當學生的當然很是開心，但我知道老師是為了我們不得不回來，老師我要告訴您，不要傷心，我永遠會將您當成我的父親，如果您想兒子時，我也願意讓您抱抱，因為父母也告訴我們小孩：「一日為師，終身為父。」老師，我們一起加油，好嗎？



編者小語：

旭豐小朋友，看了您的文章，可以感同身受。我們可以知道父母對子女的愛是無限的，萬一有一天，子女先一步離開父母，對於父母常是不可承受的打擊。您有思考過您的爸媽有多愛你嗎？您有思考如何孝順您的爸媽嗎？行孝要及時，從今天開始讓我們都身體力行，不再只是嘴巴上說說而已，用行動來好好地孝順父母吧。

癲癇朋友 | 高中組 第一名

給那曾如仙人掌般帶刺的我

高蒨茹

這個故事的開頭是什麼？是問號？是人生的起點？是盲目的開始？或是一張全新的履歷表？你一定也想像過吧，自己的人生會是怎麼樣，想像的過程中就像是做夢一樣吧，感覺走的一切都很不踏實，但是在那過程中很快樂很精彩，讓人執著的很想停留，但另外也可以帶給人一份努力奮鬥向前的精神。人們從那無知的年紀踏著那一雙小而有力的腳慢慢的一步又一步…

我也是正在盲目搭乘人生旅途車的乘客，不過很慶幸旅程中我很堅強，但僅缺乏的還是自己有時候需要的勇氣。我想有些人也是這樣子吧，常常為了讓別人心裡舒適而隱藏自己心裡最真實的想法，不過人偶爾也要為自己想一想，不要總是連自己也欺騙。生活中我看著有人常抱怨自己出生平凡不富有，其實有時不是上帝不公平，每一個人都站在同一個起跑點上，只是遇到的困難不同，選擇的路也不同而已，你不去嘗試不去突破不會有人想伸手幫你，人生也是自己的，不是每條路都是舒適平坦的，它就像筆畫一樣彎彎曲曲，寫出來的故事有快樂也有傷心。我有一個朋友，她也曾經以為長大了以後就像做夢一樣想做什麼就做什麼，以為長大以後一切都順順利利的，殊不知上帝偷偷給了她一個試煉，就在遇到人生的一個低潮沒多久後，上帝替她在人生劇本上又多添了一個驚嘆號，她的人生開始了另一段故事。

遇到試煉後那瘦小的身子依然繼續向前行，後來她停了下來，她開始感到絕望，她憤怒、她埋怨，在那一夕之間事實將她打回谷底，她開始徘徊，開始害怕。原本健健康康的她突然從醫生口中被宣告了一場病，是一場累人的病。一開始她叛逆她講不聽，生病後原本倔強的她也把自



己心裡的牆築的越來越高，醫院拿回來的藥她不吃她攪碎拿去倒掉，發作時她即使痛苦也撐著。經過了很久，現在，她變得有些不一樣了，也發現自己還有很多事情想做，所以她撐著，有時生病在痛也仍裝作沒事裝作她很好。時間久了，那疲倦的心靈待在原地徘徊，但是她正拖著沉重的身子繼續向前行。三年過去了，過程中她經過了很多事，這幾年以來看病回診她沒有要求父親去過一次，因為她害怕、害怕這幾年以來在家人面前的堅強一下子就瓦解了，所以一直以來她都由親戚載去醫院，然後自己進到診間。一直到現在自己可以獨自前往了，自己也不會主動在家人面前提自己的事情。不過又有誰知道呢？詳細的病情她也隱瞞了自己最親的家人們三年了，家人只知道她生什麼病，但是並不了解她到底經歷了什麼。她並不想看見家人為她擔心的樣子，她的生活重心只剩父親，所以不希望父親再被擊倒，她也希望父親能珍惜他自己一點點，就算是為了他自己還是為了小孩都好。她堅持的理由很簡單，那也是她活著的意義，是母親留給她的責任—要照顧好弟弟妹妹。

家人面前她很堅強同樣也很倔強，她築起高牆，不讓人隨意越過她的心房，在最親近的朋友面前她脫下包袱盡情釋放，她傾訴她哭泣。她在夜晚會到外頭散步，她喜歡就那樣一直走一直走，感覺就像是沒有盡頭，走到很晚想睡覺了，把體力用的差不多了才回家睡覺。想想或許這也是她釋放情緒的一種方式吧。有時她看起來很憂鬱，她不知道自己的人生是何時開始降落，她也不知道下一秒又有什麼事情會發生，她只知道不管是好是壞，那都是一個開始。可以想像成是自己搭車經過了一個很長很長的隧道，有可能裡面的世界黑漆漆的什麼都看不到，有可能好運點，裡面的世界能帶著一絲絲光芒，不過穿過了隧道後她仍繼續向前，那便是「人生」。不知何時結束，也看不清那旅途到底有多長。

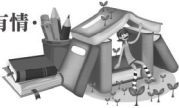
老實說吧！她—其實就是那一個看似強大的我。在家時，常常就像仙人掌般，看似強大，看似堅不可摧，不過它在保護自己的脆弱，它帶著刺獨立著。而那個我也從堅強中學會了許多事，在那一本屬於我自己的劇本裡，寫滿了許多雜亂的字眼與塗鴉，層層堆疊的稿紙和日記，那是我所走過的痕跡和經歷過的點點滴滴。是快樂的、傷心的、痛苦的，

那都是我的人生。那蜿蜒崎嶇的道路是我必經的路程，那長久的試煉是我要克服的困難。甚至我把自己偽裝的像仙人掌般，我要我活的堅強，把自己與家人隔的有些距離，總是獨來獨往。母親去世後，在家人面前我沒有再流下一次眼淚，總是倔強的忍住眼淚往外走，其實那樣子的自己好累，不如就向前吧，與親友一起面對那一切，分享自己擁有的快樂和幸福，這也是我想做的。人的記憶有限，當最後回頭望時或許記得的只剩下一些些。但是，我所知道的是不要做後悔的事情，我想長大，我想擁有一個溫暖的家，和家人再近一些，我要開始去找更多的勇氣。大膽說話吧！不要再高冷的活著，不要偷偷摸摸的撐著。旅途還在繼續，但隨時都有可能出現轉彎和結束。就算永遠都看不清隧道內的旅程，但我們都在期待，期待未來人生的起承轉合。但我依然相信，真正能改變人生的是自己，只要願意為自己付出，我相信人生一定會有奇蹟。我也相信我的故事到最後會有奇蹟發生，這樣的相信會比待在原地來的更加有意義吧！我這麼祈禱著。



編者小語：

蒨如小朋友，從您的文章中可以發現，您有一顆非常堅強的心。不但小小的年齡就要照顧自己，還要強忍著不讓爸爸擔心，更需要照顧年幼的弟妹，完成媽媽托付的責任。中國人常講，”山窮水盡疑無路，柳暗花明又一村”。從現在起，勇敢的去做自己的事情吧，付諸於行動，大膽地說出自己心裡面的話，和家人更親近一點，溫暖的家和光明的前程就在前面等著您了。



癲癇朋友 | 高中組 第二名

從旁觀者到當局者

林詩軒

曾經，我也對癲癇感到畏懼；曾經，我也對患者有著另類的眼光；曾經，我也對他們存有疑慮。這些不安的情緒往往出自於對未知的恐懼，也正因為不夠了解，所以我們無法輕易接受這樣的人，最後投以異樣的眼光於癲癇症的受害者。我也不在例外，直到自己也發生了相同的狀況，才能理解作為患者所要承擔的一切，及眾人一言一行的壓迫。

第一次目睹癲癇，是小學三年級。當時的我未曾聽聞這種病症，只一味的感到惶恐，全然不知患者的感受。首次面對如此「異常」的症狀，我只能震懾在原處，連微乎其微的幫助都做不到。所幸當時在教室中，導師很快發現事態有恙，趕緊通知健康中心及學務主任，才沒有鑄成大難。我深刻記得，在他清醒的瞬間，那目光迷離的模樣，像是靈魂被抽空一般的虛弱，雙眼無神的凝視著前方。此時的人們正在周圍細聲議論著，不少人投以好奇的目光在他身上，包括我。

而後，那位同學漸漸不來學校，這件事的影像也漸漸被壓縮到腦海一角，逐日被日常瑣事掩藏。它對我來說是那樣的縹緲，彷彿隨著記憶的淡忘，也不會再次出現在我的生命中。這樣的想法僅止於我國中為止。一切發生的非常突然，連意識到自己昏厥的時間都沒有，意料之外的情形就發生了。當我再次睜開雙眼，用模糊的視線觀察世界時，只看見面露驚恐的同學們。

當時的我甚至不曉得發生了什麼事，但看見大家驚恐的眼神，我也不由得感到畏怯。手腳發麻、精神疲憊，這是我對當時僅存的記憶，其餘的都在渾渾噩噩中度過。被告知癲癇時，我不禁流下眼淚。不單純是因為大發作所帶來的驚慌無助，更是想起國小那名同學，憶起當時倒伏

在地的他也是這樣無助…我感到無比自責，同時也感到難過，沒有想到別人的一個眼神、一次低語，投射到自己身上竟是那樣的痛苦，而我一直以來卻忽略了這些事實。

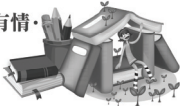
我作過旁觀者，好奇注視著對方；也作過當局者，驚駭萬分環顧著周遭。所以我更深刻的體會到，作為倒在地上的那個人，清醒時的惴惴不安。對於不了解的事情感到好奇或懼怕是人之常情，但相反的，對於剛從昏迷中清醒的人而言，非出於敵意的圍觀及議論，仍很可能成為患者心中的一大芥蒂。對曾經的那位同學，我深感懊悔。如果當時的我多了解這病症一點，或許他就不會與人們漸行漸遠，終致泯然於人間。其實癲癇患者與他人並沒有什麼殊異，平時談笑風生、嬉戲打鬧…又何必對這樣的我們避而遠之呢？



編者小語：

詩軒小朋友，曾經大家對於癲癇都不了解的時候，會感到畏懼與排斥。但是現在資訊非常的發達，教育的程度也普遍的較以往升高許多，許多民眾對於癲癇也都有了一定的了解。因此，能夠逐漸地接受癲癇的朋友，並且伸出援手。

確實，在發作的當下，患者可能會意識發生障礙，眼神可能會迷離，可能會有一些異常的手腳抽動或其他動作。但是在沒有發作的時候，癲癇朋友和大家又有什麼不同呢？更何況許多的癲癇朋友表現得比一般人更出類拔萃，他們之中有許多的留學生、博士、碩士、律師、醫師、研究員、科學家、工程師、老師和大學教授，只是他們沒有主動地去宣傳他們是癲癇朋友，大家不知道而已罷了。



癲癇朋友 | 高中組 第三名

面對自己

李螢蓁

天啊！時間飛逝，想不到今年的我已經是一位高中生了，高中的生活我可以嗎？是的，我可以，因為「只要我願意，沒有不可能」。

全然不同的學習環境，每個學生來自各個不同的學區，也意味著我必須要重新學習適應新的同學，踏上忐忑不安的新旅程，我害怕遇上國中及國小的同學，心中的傷痛我不想也不願意再去回憶，若一直的回想，只是加速了我癲癇病情的引發，以及傷害了愛我的家人及師長。

喔！怎會是如此，我越是不想面對，越是不得不去接受與面對，我厭惡自己，為何不敢去正視那些笑我、視我因癲癇發病為怪物的同學，當真是我的錯嗎？我不只一次的反復問自己，我只不過是因校園的意外而造成的癲癇，有必要被一再的貼標籤嗎？我發病也不似先天性的癲癇症狀，有必要一而再、再而三的笑我嗎？

經過了一番掙扎與省思，我發現哭與逃避並不能解決問題，唯有面對問題，正視問題，問題才能有所解決。以前的我一直不敢也不願去正視自己的癲癇，害怕【它】的存在是一個笑話，但是經過心理醫師的解說，以及看到愛我的家人及師長對我無盡包容的愛之後，我豁然了解到，連我自己都無法去面對【它】，又如何讓別人來接受呢？後來我嘗試的接受，並且也做好心理準備，要好好的與「癲癇」當朋友之後，我發覺到我發病的次數變少了，人際關係變好了，這應該是我所料想不到的事吧！

我是高中生了，我要為自己以及癲癇的患者發聲，我要告訴那些沒有同理心的同學「癲癇不可怕，可怕的是無知、沒有同理心的人」。我相信只要我秉持著正面積極的態度去面對，相信應該會有更多人就會更認

識癲癇。



編者小語：

螢蓁同學，人的心理作用非常有趣，經常別人並沒有注意你，但是自己卻覺得每個人都在看著自己。每個人都有類似的經驗，就好比今天自己臉上受了傷，結了個疤，走在路上就覺得每個人都在看著自己的臉。或者，穿了一件新衣服，走在路上就會覺得每個人都在看自己。其實，都是自己的心理作用而已。如果有同學真的會因為您有癲癇而把您視為怪物，因而在您身上一再的貼標籤，那這就是我們台灣道德教育的失敗了，大人們都該檢討。



癲癇朋友 | 成人組 第一名

不想再錯過任何機會

蕭宇婷

我是一位大學新鮮人，也是一位腦性麻痺與癲癇患者，目前就讀於國立屏東大學資訊管理學系。我開始了我的新生活，從南投孤身一人到屏東唸書，在一個陌生的城市生活，我才終於體認到我對家人的不捨和依賴究竟有多深，每當思念起家裡的點滴、那些熟悉的街道，心裡面總是百感交集。

以前常常有人告訴我，你有癲癇但是你沒有跟其他人不一樣。實質上，日常生活中的大小事卻在背後無意間切割出我和別人不同的事實，只是因為癲癇多了幾個潛規則，需要多去注意一些什麼。回想今年六月，我還在為申請學校奔波，跑了很多場面試，其中也有好幾個教授對於我有癲癇這件事情感到訝異，看不出眼前這位開朗活潑的女孩有著這樣的隱疾，多位教授也曾問過我：「我們系上有時候可能會比較累，妳的身體狀況可以嗎？」面對這樣的問題，我也只是笑著說：「我知道會很累，但是我不想再錯過任何的機會，要是我做什麼事情前都想著會不會發病，那我真的什麼都不用做了，我不想到最後才後悔，把我墮落的不負責任推托給癲癇這位朋友。不論身上是否有病痛，好好照顧自己也是人生很重要的課題。」

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，其實那些不是那麼重要，我們真正的價值，是自己怎麼看我自己，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。

成長的路上，不僅是距離，更是一種經歷。而夢想其實不是一段距離，而是一種決定。如果說人生中總要有一段路需要一個人走，那就一個人走，勇敢的走完。每一段記憶，每一段旅程都是生命中無可取代的限量版。試著走慢一點，感受多一點。不要急，因為你有的是時間。跌跌撞撞的路上可能會產生千百次放棄的念頭，但請你一定要記得，推著我們前進的是挫折，帶領我們前進的是夢想。你只能無所畏懼地去接受生命中所帶給你的好與壞，去承受這個社會所為你定義的[成功]與[失敗]。有時候某個階段的失敗，並不代表你浪費了時間和生命，而是讓你有機會重新開始。

在每一個人的內心深處，總有一片美好卻又短暫的記憶，那就是屬於寶貴童年的美好回憶。那種記憶是永遠無法取代的，它在每一個人心裡，就像夏夜璀璨的星空，一閃一閃，彷彿是永不熄滅的燈。如今，我們在場的每一位都已告別童年，走出了那短暫而美好的時光。但我相信，那些如星光般耀眼的回憶都將永遠深藏在每個人的心裡。我甚至還記得那牙牙學語是吐字不清的我，那打碎盤子時滿腹驚惶的我，那撒謊時漲得滿臉通紅的我…昨日，它們彷彿才剛剛發生過，今日，卻只能依稀看見那朦朦朧朧飛逝的影子。



編者小語：

宇婷朋友，看了您的文章，相信每一位讀者都會被您的勇敢所鼓勵。你說，癲癇多了幾個潛規則。是的，其實每一種病也都是有它的潛規則，並不是只有癲癇而已。舉例來說，高血壓的患者就要少吃鹽，糖尿病的患者就要少吃甜的東西，高血脂的患者就要少吃油膩的食物，我們癲癇



朋友當然就要少吃刺激性的食物，也要避免處在危險的環境或者是讓自己處在會誘發癲癇發作的狀態下，例如經常熬夜、過度疲勞、不準時服藥等。所以您去大學面試的時候，多位教授曾經問您的身體狀況是否可以撐的過繁重的課業時，這些應該都是他們關心你的一種表現。

癲癇朋友 | 成人組 第一名

夢想初衷心飛翔

葉佳佩

對於我是一位頑固癲癇和智能有聽說讀寫不同等級障礙的小女生我來說，在這次的徵文比賽，老實說我有些許思考而猶豫停頓了，是否要在剛出院，身體極度不穩定的狀態下投稿參賽，然而就在我認真地思考一段時間後，才讓我決定在不影響自己的身體健康前提下，每天都來寫一點，用積少成多的方式，或許這也是我一開始的簡單和想法，但真正的原因，其實是因為某家電台主持人說的一句話，而開始讓我有行動而下定決心，並且不斷地告訴自己，不管這次將花費我多久的時間去想和寫，我一定要在截稿日期前，讓這篇文章作品給完整呈現出來，只因初衷二字對我來說，真的是非常重要，也是我現在生命過程中，不可或缺的動力在，更也是我病後恢復記憶以來，最美好的回憶，而我也只想好好地把那曾經屬於我，所擁有過的美好時光及回憶，永遠牢記放在心中。

老實說，如果時光真的可以倒流回去的話，或許現在今日的我，依然在某間醫療院所，繼續堅守崗位，發揮我的專業所長，而回饋社會服務病患人群吧！即便是在這高壓力的工作環境中，也會令我心情感到快樂而甘之如飴。

莫忘初衷，雖然只有短短四個字，但那卻是我一直到現在，都不曾忘記過的承諾，以前我是讀醫校的，所以那時候，學校都一定會為新生舉辦加冠典禮，其象徵是在老師的祝福下，隆重且莊嚴的替我們每位新生戴上護士帽之後，再用那點燃的蠟燭，一棒接一棒，完成所謂的薪火相傳儀式，而正式成為一位南丁格爾，也就是白衣天使，所要承擔的重責大任了，最後典禮結束完畢，高年級學姐們也都會親自到班上祝福學妹送禮的，只是我沒想到，才剛踏入醫療工作中的我，會在沒有多久的



時間，竟然會因為一次的意外誤診後，而讓我這位白衣天使護士的初衷夢想人生，就此結束而破碎…

然而現在的我，除了有癲癇外，還有因為器官大範圍的手術切除，而留下的後遺症，當我進一步去瞭解自己的身體狀況後，老實說，我哭了，從來沒想到我的狀況，竟然會是那麼差，因為我總認為，我的所有狀況只會讓我越來越好，根本不至於那麼糟才對，所以，我在當下那一瞬間，心裡真的很掙扎也很難過，但最後我依然要為了自己的健康，去學習面對與接受事實，因為我知道，魚與熊掌不可同時兼得的故事，只能讓我在家自由發揮，做自己喜歡的事，用媽媽買給我的專屬電腦，觀看影片學習一切而有所成長。

當然也很多人都不知，印象給人快樂的我，也是會有煩惱的，尤其是夜深寧靜時，要面對於未知的變化，老實說，那種壓力，我是比誰都還要感到惶恐不安的，或許是我有宗教信仰的支持，再加上我睡覺整個過程中，都有聽廣播音樂的習慣，可以讓我整天緊繃的心，因此而放鬆好好的入睡，然而就在有一天的節目中，主持人問到，當年19歲的我們都在做些什麼事呢？那時說真的，我頓時滿腦子裡所有的回憶，只有讓我想到剛踏入職場工作中的初衷與夢想而已，根本沒想到，我竟然會因為那句話的出現，讓我想了很久，而有很深刻的體悟出來，這時我告訴自己，沒錯，現實雖然是殘酷無情的，但我們的心卻是自由的，不是嗎？而我又何須因為現實種種的不如意，而把自己的心給侷限住，讓自己變成一個無法繼續向前進的人呢？這難道就是我要的初衷與夢想嗎？

但如果是在以前，我一定會跟對方說，既然心中有夢，就要勇敢去追求，那怕因為一時的挫折與失敗，都是給自己一個寶貴的經驗也是美好的回憶，而不留下任何的遺憾，當然不可否認的是，我對當年的初衷夢想依然是存在，而感到難以忘懷的，但現在呢？我想了很久，我認為初衷夢想不該只侷限在醫療院所，而是需要我幫助的時候，在自己能力範圍內，伸出雙手幫忙的人，即便那些人，我都不認識，就是這樣的想法，加上身邊好友們的鼓勵，而讓我決定一切都回到原點，用自己的專屬腳

步和方式，慢慢地重新朝向我的初衷夢想前進，在這寬廣的一片天，努力地去追求自己的理念與夢想，而走出自己的色彩天空。

最後我很感謝在去年參賽時，各位評審對我的肯定與鼓勵，讓我更有自信，相信有一天，我也一定可以在各個不同的角落地方中，漸漸地走出自己的理念與想法，也謝謝我所有的科別醫生叔叔們，在我感到無助時，你們適時的伸出你們的雙手，而讓我重新燃起希望，雖然我知道有點難度，但我仍願意，為了我的夢想而再一次努力去試試看，真的很謝謝你們！還有臉書身邊所有的朋友們，再一次陪我渡過，我人生中最最低潮的日子，雖然現在我有癲癇和腸胃疾病要去克服，但也因為有你們的出現與鼓勵，讓我可以更加有勇氣去面對，而有動力繼續努力向前進，謝謝你們！



編者小語：

佳佩大朋友，恭喜您在這一次的作文比賽裡面獲得成人組第一名，更要恭喜您並沒有因為猶豫而錯失這次的比賽。

中國人常講，”福禍相倚”。福氣跟禍患常常都是相伴隨而生，人生中一定會經歷一些不好的事，但是也一定會有好的事，兩者絕對無法避免。就像爬山，有下坡，就會有上坡。正因為您罹患癲癇，所以才有這次的機會在作文比賽裡面獲得第一名，不就是應驗了福禍相倚嗎？我們相信，今後在人生的路程上，您一定都是喜樂幸福美滿的，因為癲癇已經替您承擔了不好的那一部分。



癲癇朋友 | 成人組 第二名

算了

柯雯芳

記不得的事情就忘了吧！想不起來的事情就先別想了，記不住的時光也別再追溯了，忘了的人、事、物，就等想起來再說吧！

「雯芳，你又忘了要先開電風扇再開送風，連這種事情都會忘，那你還記不記得吃飯？」、「我請你幫我搬的五金用品呢？你怎麼又忘了！」、「不用說啦！這個一定又是雯芳做的，每次做完都說自己忘記」；健忘成了我的代名詞，但事實連我自己都不願意說出來，我開過腦，我記憶力不好，我有癲癇！

深夜裡，堆滿回憶的書桌，滑落下的國中畢業紀念冊中夾著數張小卡片，那都是同學們祈禱我平安的心；看著同學們考上自己的理想高中，在網路上看到同學們分享的照片，我知道我跟國中同學們的距離又多了一大步。

因為顱內出血，發現是腦血管異常，開刀住院而錯過基測；在家休養的那一年，獨自認真念書才發現自己記憶力大幅退步，上一刻才在說的單字，下一刻不只全忘光，還可以發誓自己從未讀過。

為了不讓家人擔心，我偽裝堅強，告訴全世界我很好，面臨再一次的基測，我挫敗了，就算在家裡、圖書館念了多少書，一轉眼、一回身就忘，更不用說到了考場。忘了一塌糊塗的我，就這麼糊裡糊塗的進入了一般高中，原以為高中時期的我會和同學打成一片，不過早熟的我早已鑽不進高中生的世界。

考上大學，搬離家裡，著實讓家人十分擔心，媽媽還問過我是否真的要念大學，我依舊偽裝堅強的說：「我可以的，到了宿舍有同寢室友，

不要擔心我啦！」就這樣，我大學四年裡，癲癇大發作 2 次，我沒有告訴家人，因為我不想再讓家人為我擔心。

出了社會後，也依著我所學的，想在自己熟悉的領域發展，面試時我誠實的說出我的病症，得到的都只有同一個回覆：「我們會再通知你。」二十多歲了，我想自己照顧自己，想工作卻總是碰壁，最後由母親朋友介紹進入五金賣場當店員，沒接觸過五金用品的情況下，開始也是艱辛的，客人問甚麼我不懂，組長講的專有名詞，我也不懂，一再的被組長、同事罵笨，由於別的同事都是高職畢業，就只有我一個人是大學畢業，常有同事笑稱：「大學畢業也不過這樣子，比我這個高職的還笨。」聽到的當下，實在難以忍住脾氣，又想到爸媽期盼的心態下，原本愛笑的我，變得不愛說話。

記憶力變差的我，常被說記不住，心裡就算再酸，我也得到了第一份薪水。工作一年多，也莫名的瘦了 12 公斤。我上的是晚班，每天下午兩點上班，原本到晚上 11 點就該讓員工下班的組長，卻每回都硬生生的拖到半夜 12 點，組長說今天沒弄好，明天會被早班組長碎念，要求東西及貨物都要先補齊，這也不要緊，我的大學學歷，在這城鄉小鎮，就只有這間公司要我。

原以為同事都習慣我的「笨」，我試著說出我的病症，傳到老闆娘那裡所得到的回覆是好的，老闆娘告訴我，真的不行不要硬撐，休息一下再做也可以，聽到這樣的話語，開心還來不及怎麼會想被排斥的事情，最後逼走我是每天相處的組長跟店長。

「吼！有嚇到對不對。（一陣笑聲）」組長，你的鋁梯差點砸到我，就差一個手掌的距離而已。

「那個不用教他啦！反正雯芳念大學的，應該都知道。」組長，我不知道的，請你教我。

「我看你很會點嘛，只是點貨而已不用教啊！反正你書念這麼高，一定很厲害呀！」我不厲害，面對新的程序我還是需要學習的。



「因為他有病啊！」接著又是一陣笑聲，兩位組長、一個店長，三個人聚在辦公室裡開心的談笑聊天，我才知道，我是這麼般不被喜歡，有太多次讓我聽到這樣的談話了，你們可以尊重一下我嗎？

有回晚上，晚班組長點燃了最後的導火線：「你怎麼不換班，我真的不想跟你一起工作。」面對同事的排擠，在這樣舉步維艱的情況下，是的，我選擇離開，最後一個月的薪水，跟那當時的基本工資不相上下，這是店長有心報復，因為每回我做事出了狀況，老闆娘罵的都是店長，面對我對薪水的質疑，店長還理直氣壯的回覆我說二月份天數少，薪水本來就會跟著少。哈！我怎麼會在這裡待了一年半？

第二份工作一樣是五金賣場工作人員，因為我的不善交際，害怕面對新事物，水平轉換工作是給自己最好選擇。我選擇了別的鄉鎮，不同地域上班，遇上的人、事就會不一樣，這份工作是輪班的，時而早班時而晚班，差別在於，這裡的同事都跟我一樣是大學畢業，普遍年齡也都十分相近，聊的話題，彼此也都契合著，就算早班要早上7點25分到公司，晚班要晚上11點下班，就算也會出現斥責的口吻，就算理貨常出錯，不過這一切也都會過去的，畢竟比上一份工作好，不是嗎？

最最喜歡的還是下班後，哥哥只要沒事就會帶我出門玩，就算只是買個飲料也好，每每到賣場、超市、便利商店買東西，他們看到我在物品前徘徊，都會告訴我「喜歡就買呀！」，心理話是我賺的錢沒有比哥哥們多，犧牲的也沒有比哥哥們多，一個為了當時我開刀而放棄讀研究所的機會，一個為了我，選擇了最近的大學，每天通勤，一下課就回家，不跟同學出門，想省下錢，好讓我開刀。是的，我開了兩次刀，一次是因為顱內微血管爆裂出血，第二次是電腦刀，醫生說糾結的微血管在大腦比較深的地方，有一處糾結的血管，因為太深，不適用一般手術，也觀察了好久，同時也讓爸媽籌錢，這樣的兩位兄長，如今也是工廠的主要幹部，而我卻還是小小的五金賣場店員，賺的也還是沒有比兩位哥哥來得多。

看著爸媽年紀輕輕便花白的髮梢，老實說，我沒有選擇的權利，只

能向前走。

「任何導致腦皮質傷害的狀況都可以導致癲癇」，這句話是從醫學網站上找到的；也對，癲癇誰都可能會有，不會單單只有我一個人，在第一間公司我獲得的不只是瘦了 11 公斤，第一間公司的環境也誘發了我的過敏體質，第二份工作也快四年了，過敏症狀沒有改善，早上是一遇冷風，鼻子就會塞住，中午天氣回溫，也會塞住，晚上天氣轉涼，還是塞住，體重漸漸回升，但我得到的是快樂，少了第一份工作每天被組長壓制，多了同事每天聊天談笑的快樂。

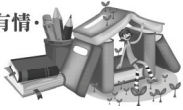
其實我多渴望，全公司、全台灣、全世界的人都能了解癲癇，但我也清楚明白，台灣人不會去特別在意疾病這件事，大家都對醫院避而遠之，更別說了解相關病理知識。

回首想想自己日日漸胖的體型，想想自己的藥物濃度可否克制這樣的體重，最後笑容依舊沒有回到臉上，不過面對客人時有了偽裝用的面具，人家是心寬體胖，我可是難得的心胸狹隘，身體漸漸變寬的代表之一，少了笑容卻多了歷練，少了纖纖的嬌嫩肌膚，多了手臂上的兩團二頭肌，沒有瘦瘦的小腿，至少我還有甜甜的聲音可以每天招呼客人。

這些傷感總在夜闌人靜出沒在我身旁，望向窗台，微微亮光，我知道悲傷會過去的，沒有人會永遠活在陰暗處，人生最大的錯誤是不斷擔心會犯錯，做不好的我選擇先放棄，算了，也是一種成就；我會試著眺望未來，學會忘記痛苦，並使用微笑去面對下一個挑戰，天亮了，再遠的路，一步步也可以走完，我想去追追看、去試試看，就算跌倒了、犯錯了，至少我還有”一轉身就忘”的態度，不是嗎？



編者小語：



雯芳大朋友，人生就像一個圓，中間切了一半，一半是好，一半是壞。您因為癲癇發作，發現原來是腦血管異常造成的顱內出血所致，因此接受手術治療。壞的部分是，從此您有了癲癇，而且影響記憶。好的部分是，腦血管異常的及早發現，因此避免了日後嚴重的出血，甚至可能導致癱瘓的後遺症而影響終生。看起來，好的部分遠大於壞的部分呢！

現在科技發達，用手機就可以幫助在日曆上做每天的計劃，也有備忘錄 APP 可以把常常需要提醒自己的事情記載裡面。如果可以善用這些工具，一定可以讓您在人生的路上更加順利，彌補因顱內出血導致的記憶傷害。

癲癇朋友 | 成人組 第三名

認命活得樂

林秀芬

一出生即與癲癇為友的我，從不用弱勢看待自己，因為每個人都有不同的優缺點和強弱勢。一個經濟弱勢者，他若是有吃苦耐勞、堅苦學習的毅力，不也就翻轉變為強者的希望，我為什麼要隨波逐流，讓自己套在傳統錯誤的觀念裡？儘管我的右腦記憶一直在損傷中，但是靈活的左腦、健全的四肢、明亮的雙眼，尤其是高亢清澈的音樂天賦和興趣，正確使用練習發揮也是可以展現為強。真正的幸福是能夠按照自己的意願生活，每個人所愛和重視的不同，對於成功的定義就有差異，不少為愛犧牲奉獻而無名利者，不也是成功的族群？！能夠支撐自己好好生活的能力，就是上天的賜福。幸福和快樂是連結的，人在做天在看，冥冥之中自有因果安排，我只是懷著感恩知足的心去做對的事、過簡單的生活，世間的紛擾皆成空，抱持有緣而來、無緣而去，該來自自然來，不沉溺於幻想而踏實生活。雖然三年前才克服困境，完成開刀手術治療，這遲來的夢幻，讓不少長者為先天性腦瘤的我感到惋惜，但是我一直在享受快樂的單身生活。

以前我曾經好奇地請示多位晨運老人同樣的問題：如果人生重新來過，你們願不願選擇結婚生子？大多數的阿嬤表情嚴肅，不是沉默深思不語，就是直言「不要」，完全沒有人說出「願意」這兩個字，反倒是阿公們都是輕鬆地回答：「要啊」！時代命運正在變化中，今日男女平等的民主社會裡，已婚男性除了要面對女性工作競爭壓力，回到家多少要分擔家務、學習家事管理、照顧教育兒女的家庭責任，不再享有過去男人獨大的優勢。也許剛開始的痛苦只是一陣子，調適過來隨後看看，其實都不算什麼；人既是獨立個體，就沒有誰離開誰，或沒有誰就活不下去的情況。魚與熊掌不能兼得，那如何捨得？不捨則不得，想要獲得什麼，



相對地不也要學會捨棄；捨棄並非消極的人生態度，而在更高層次的獲得。

現代人都知道防老就是要存「老本」，但是卻不重視存「腦本」，為何現代年輕失智者越來越多？大我一歲的姊不喜家務，和母親一樣喜歡囤積物品，捨不得將不需之物贈予外人，造成生活中許多困擾。十多年前姊離婚回娘家共住，我才驚覺她是遇到好事就伸手，碰到壞事就閃躲，不懂得尊重別人，以自我為中心，總是把過錯推到別人身上的姊妹。我很納悶：明明在同一個家庭長大，為什麼個性和價值觀差異那麼大？儘管她的身體是健康的，但是內心沒有滿足快樂，一直處在欠缺中，無法從付出找到療癒自己的方法。幸好我有一位創業成功的父親，我繼承他不向命運低頭的個性。小時候他常在生活中鼓勵我們要多閱讀看報，只要把書念好，其他都不用擔心。儘管父親給我獨立自主的空間，讓我不用在五斗米折腰，但是我還是會主動幫忙家務和商務，因此我放棄於家中成立多年的才藝教室，陪伴九十歲阿茲海默症的爺爺就醫看診，於家中安眠離世。父親已於六十多歲因遺傳性糖尿病留愛離世，今日八十多歲的母親，經過多方考量，還是選擇陪伴她身旁，希望她不孤單，可以無欠缺安然走完人生道路；決定後就不怕給予、失去，因為我知道我的需要是什麼。

為了賺錢的工作是辛苦的，畢竟有它存在的意義，得失之間應該在於面對困難解決問題的心態。忍受試探的人是有福的，因為他經過試探必得生命的冠冕（雅一：12）。癲癇只是一種慢性病，我們都知道以前醫學不發達，社會對其污名化，那我們就自立生活，用事實顛覆錯誤傳統，勇於面對挑戰；人生只要看得透、想得開、活得自在就不會在意別人的眼光，每個人都有一條屬於自己的路，承載生命的悲歡與起落，跌倒了自己負責想辦法站起來。癲癇帶給我更多沉靜深思的機會，觀察人的心靈、思緒差異，人際關係有很多種，我個人認為：與人相處之道是讓別人需要我們，不是我們需要別人，有些人根本不值得浪費太多時間與其做沒必要的交集，朋友漸漸離去也是無所謂，真誠才寶貴，就讓我們放開心胸到處多聽、多看、多走、多問，尤其在假新聞氾濫的資訊時代更

要多思、多察，不僅可以避免錯誤的認知，生活中的困惑通常能從「為什麼」找到問題解答。每個人各有天賦和命運，抵達目的路徑和速度不一，最後完成目標，活得開心就是最大滿足。



編者小語：

秀芬朋友，從您的文章裡面可以看得出來，您生性樂觀。希望癲癇朋友們能從您的這篇文章裡面，獲得啟示與鼓勵。中國有句俗語”家家都有本難念的經”，這是真實存在的。雖然我們不幸罹患有癲癇，但是別人也有其他難言之隱的生活狀況或者疾病，只是我們不知道而已。其實，大家都是一樣在為生活而努力。



癲癇朋友 | 成人組 佳作

轉變

李昭慶

確診為癲癇後，腦袋像是被嚇一跳一樣，強制關閉了思考能力，逃避任何人事物的聲音進入心中，在生活中的反應，像是電影命運好好玩中「自動快轉」的導航模式，一切虛應了事！「隨便阿、沒差、喔」像門鈴一樣問什麼都這樣回，而這身體的主人到底在哪連自己也不知道。就算在玩、看起來很開心，結束之後想聊當時的回憶，卻是冷不防地回說：「什麼啊？是喔？我忘了！」當時快樂的表現，只是符合當下環境的氛圍所形成的反射動作，並不是打從內心享受或努力經營出來的成果，因此有很長的一段時間，是沒有太多深刻記憶的空白斷層。

沒有嘗試與他人建立深刻的關係，好寂寞，沒有思考過未來三年五年後我想要怎麼樣走，好空虛，隨著年齡與日俱增，為了求生活的焦慮有增無減，遑論提高生活的品質了。空白真是一點都不好！

可是阿，當可以且有意識的平靜面對自己時，什麼都沒有的心，像一面倒影清晰的鏡湖，沒有雜石枯木，盡顯得廣闊無邊；少了凡塵喧囂，更能清楚地聽見自己的心竊。走進這片心湖，拿起了石頭投向湖中：是否我也能像其他人一樣，可以主動積極地建設自己想要的生活？一聲撲通後，沒有了聲響，只見鏡子般的湖面，旋起一波波漣漪，由小到大的同心圓，由內向外隨著起伏不斷地探索盡頭，可能因為不安，有的跌宕著消失了；或許是太興奮，有的躍離水面打破了這湖平鏡。

各路探險的英雄，在靄靄白霧中碰撞心岸後，才用不同的波紋與原本的漣漪，形成各式各樣的激情。漸漸地，看清了內心的樣子，原來我的世界，是長這個樣子的。我喜歡的我想要的，明確且清晰，怎麼去追求得到，過程真心思考努力行動，安排各種學習，規劃每天行程，多久

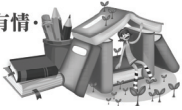
看本不錯的書，紀錄各式各樣的感動與心得，結果好或不好在一陣情緒表達後，學習怎樣平靜看待，如何下次能更好，逐漸地慢慢地，喜歡上了這種「真正在活著」的感覺。



編者小語：

昭慶大朋友，您的自白，也寫出了許多癲癇朋友的心路歷程，許多癲癇朋友都是跟您一樣。其實，大家都可以放下心中的防衛，多參加社會的團體。各式各樣的社團都可以，舉凡音樂社團、繪畫社團、跳舞的社團、運動的社團、登山的社團或烹飪的社團，無一不可。

參加社團，不但可以認識很多新的朋友，建立人際關係，學習新的技能，開拓新的視野，在人生的旅程上也能有伴而不至於孤單。



癲癇朋友 | 成人組 佳作

我戰勝了癲癇

陳家好

我是一位癲癇患者，正當要開始享受著我快樂的童年時，腦膜炎突然找上了我！當我要開始跨出求學的第一步，開開心心的上小學一年級時，癲癇卻悄悄的來找我、陪伴著我！

從小發作到大發作；從抽搐到昏厥！從每年發作一次到每個月發作數次！造成了我的求學之路既坎坷無奈與對人生的絕望！

辛苦的父母，每天得清晨五點起床到鐵工廠工作。只要聽到有任何方法與偏方，甚至問神等可治癒癲癇的，就會立刻帶我去看診及求神拜佛！

從小診所、阮綜合、高醫、長庚、高榮到屏東的癲癇專科門診。陸續的到處就醫，腦波、電腦斷層等各項腦部檢查皆已做過。得到的答案卻都是「報告都正常，只需要持續的按時吃藥控制就好了」！

持續的癲癇發作，造成了我的生活上各方面的不便與困擾！包括工作碰壁、異樣的眼光！直到民國 82 年 12 月，在報紙上看到了一篇台北榮總癲癇門診的文章，心裡突發奇想的打 104 問醫院電話，再詢問醫院的地址後，寫了一封信給文章內提及的醫生——蘇明勳醫師。

這期間，只能抱著期待的心情，盼望著醫生能夠收到我的信！也許我的念力讓老天爺聽到了，當我收到醫生的回信時，那種興奮是無法形容的。信內容寫著要我準備著所有病史資料，還附上一份醫院的門診時刻及診間表格。

看完信後，彷彿灰暗的人生裏出現了一道曙光！83年3月，從高雄坐火車北上到台北榮總癲癇門診。拿出所有的病歷資料給醫生看。回答完醫生的問話後，醫生貼心的考量到我的就診路途遙遠，便馬上安排住院檢查。

之前所有看診的醫生，總是叮嚀著一定要按時吃藥，才能控制得好。但這次住院為了要監控癲癇發作的情形。醫生卻要我想辦法發作！約半個月的時間，癲癇發作腦波查出了病灶的地方。醫生來病房時問了我一句話：「妳想不想開刀？」我沒顧慮到開刀是否有風險而馬上回答醫生說：「要，我要開刀！」因為我等這痊癒的一天已經等17年了！

手術進行得很順利，恢復情況良好。往後約每3—6個月須回診及作腦波檢查。開刀至今已經24年6個月了！這24年期間，身體狀況良好，癲癇不曾再發作。每年的3月31日與11月的感恩節，我都會寫一封感謝信或自己做卡片寄給蘇明勳醫師。感謝他給我一個重生的機會；感謝他將我悲觀的腦袋換成了樂觀的腦袋。讓我的人生由黑白換成充滿色彩、快樂；感謝他讓我工作順利.....等。感謝再感謝，這種感恩是永遠不會間斷的。更重要的是要將這些經驗分享給癲癇朋友，要勇敢面對疾病，積極治療。在有能力時，遇到弱勢的人，要及時的伸出援手，回饋給下一個需要的人！



編者小語：

家好大朋友，恭喜您已經24年不再發作，這是很多癲癇朋友夢寐以求的目標。蘇明勳醫師是台灣癲癇的老前輩，待人親切和氣，也曾獲得亞洲大洋洲傑出成就獎的殊榮，更是桃李滿天下。

您說，所有看診的醫生總是叮嚀著一定要按時吃藥，這一點都沒錯，



這是永遠不變的真理!因為不管檢查是正常或者是不正常,只要有癲癇發作,就有可能會危及安全或健康的,就要持續的按時吃藥控制。每位癲癇朋友均應將此牢記於心,癲癇才会有根治的一天。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

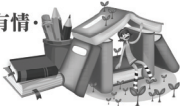
生命的音符

連玉桂

有人常自怨上天愛捉弄人，為何給予我這麼多波瀾，殊不知這是在考驗我們的智慧，如何看待發生在你我周遭的事情，以怎樣的心情接納它，化解它，讓自己能勇於挑戰生命的另一旅程，活化未來的老年生活，讓自己活的更有意義。

癲癇陪伴我四十多年，這中間苦難非一言一語能說盡，只能說用轉化心境善待它，纔能打開心中的結，給自己開一善好窗，結一個好果；近十年我總是與開刀房結過幾次緣，問我心情如何，只能告訴自己勇敢面對它，接受挑戰吧！淚水只能做一時的宣洩，靜下心來仔細思考任何疾病都有因果產生纔會有另一種結果；從小癲癇症讓我內心由疾苦轉為理性看待自己，又看到許多癲癇人因癲癇而憂愁，無法突破自我瓶頸，自願當義工協助他人以平常心接納它，至今可喜是仍有一些老友因病結緣還保持聯絡中，常用手機以 Line 或 facebook 傳達生活訊息，互道平安，解除心中苦悶，至今友誼不變，如今大家已步入中年時代，健康是最重要課題，特別是我們這群早期因癲癇而維持單身的朋友們，更需要互相關懷走入人群中，彼此提攜照顧，使自己能融入大團體生活彼此纔有照應。

早期生病全憑運氣能否找到好醫生，無任何資訊可詢，更沒預先掛號可排，看診是件很費心的事，還受社會排擠及疾病折磨所苦，內心鬱悶無處可言，幸好我愛好郵票，集郵及賞郵是我最大樂趣，讓我有發洩心情的地方，至今這些郵票仍是我的最愛；多年來幫忙大家，不求回報只期待每個人能正面看自己的疾病，鑽研自己病史，能夠掌握自己身體的狀況而不是全仰賴醫生，自己要有努力家人纔能放心。



我們實際上是幸運的一群患者，早期就有醫生在專攻我們這方面醫學領域，有些朋友身體已穩定即回職場上發揮他們所長是件好事，還有的仍需我們持續幫忙，協助他們站起來，未來除了活動外，我們仍需考慮多重因素包含在內，因為家中的長輩會老，凡事都得靠自己處理，如何規劃好自己的事，讓事情都能有圓滿結果，相對也可借助朋友幫忙互相提攜，讓自己有個生活助力，不致於孤單，纔能改變未來生活。



編者小語：

玉桂大朋友，您非常了不起，能夠化自己的辛苦為服務他人，忘卻自己的病痛而擔任義工來協助他人，這是非常正面的心態。我們也經常碰到癲癇朋友們自怨自艾，總是覺得社會和國家都對不起他們。您能夠反過來對社會上需要幫助的人伸出援手，實在是值得所有人效法。

社會朋友 | 國小組 第一名

看守大腦的獸

顏育姍

我們家樓下對面的土魷魚羹是遠近馳名的，三重一帶的饕客都知道道地的台南口味在這裡，那怕遠在台北市的居民，假日搭捷運來這裡嘗一口魚羹，也是值得的。

土托魚羹的老闆是吳伯伯，從小就疼愛我，每次媽媽說是妹妹要吃的，他一定多放一塊魚肉。每周六早上，是吳伯伯的「殺魚秀」，現場一定會圍觀許多民眾。土魷魚是遠洋魚類，除了大隻還冰凍的很堅硬。吳伯伯天生孔武有力，抄起屠刀像「庖丁解牛」一般的，由表皮到骨骼，鉅細靡遺的支解開來，看過這場「殺魚秀」的觀眾，都會大呼過癮的！

在吳伯伯殺魚的時候，吳伯母的餘光一定會盯著他，那怕吳伯母正十分忙碌的撈麵舀羹的，為什麼呢？因為吳伯伯就曾經在眾人面前，全身痙攣倒地抽搐，臉色發白眼珠上吊，甚至口吐白沫…，這是媽媽說的，似乎曾經看過这一幕驚悚的人都會印象深刻。但是，每周的殺魚秀卻從未停止過。

「飯還是要吃，生意還是要做啊！」吳伯伯開朗的說道。

「從那一次以後，就沒再發作了！」這時吳伯母一定會補充道。

媽媽說：以前吳伯伯是個「浪子」，吃喝嫖賭樣樣來，吳伯母曾經很辛苦地撐起這個家。在吳伯伯癲癇發作之前，他壓根底不曉得自己患了這種病症，自認為身體強健得像一頭壯牛。是那一次「豬母癲」的發作，讓全家都震驚了，吳伯伯才有所收斂的克制一下壞習性，但是真正讓吳伯伯悔悟，並回歸家裡做一個好丈夫、好爸爸是：吳哥哥竟然也遺傳「羊癲瘋」！



那是吳哥哥小六畢業旅行時，因為晚上和同學隔夜住宿，由於非常興奮所以聊到半夜一兩點，結果隔天起床集合時，竟然全身痙攣的癱倒在地…，就如同當年吳伯伯的翻版。事發當天，吳伯伯一家人從台北趕到屏東，吳伯伯不斷的自責：認為是自己做太多壞事，才害到自己無辜的兒子…。

當然，那是當時的氣話。現在的吳伯伯菸酒不沾，生活作息非常規律，飲食也十分清淡。除了不讓自己癲癇再發作連累家人，最重要的是：樹立一個好的榜樣，讓自己的兒子能夠遠離癲癇的來襲。吳伯伯很清楚：癲癇是不能根治的，但可以控制，就好似腦袋裡關一隻野獸；如果做主人的好好看管這隻野獸，牠就不會跑出來害人和傷己。吳伯伯比喻得很貼切，因為發現這隻「野獸」，而讓自己生活過得更健康，不也是一種因禍得福嗎？



編者小語：

育珊小朋友，您小小年齡就能夠寫出這麼吸引人的文章，難怪獲得第一名的殊榮。也提到了”豬母癲”和”羊癲瘋”這兩個名詞，你知道這兩個名詞是怎麼來的嗎？其實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。

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。至於為何有那麼多的口水，一來因為癲癇發作時會造成自主神經亢奮而唾液分泌增加，二來則是發作當中無法吞嚥口水所致。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，尤其是來自海馬回者，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，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，全部都是同樣的病，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 第二名

班上來了個轉學生

李宥霖

今年我就讀的國小，班上來了個轉學生小吉，導師介紹他原本住在鄉下，因為爸媽工作的緣故，轉到我們班上就讀。他的位子就在我旁邊，因為我活潑好動喜歡交朋友，導師要我跟他多介紹班上跟學校，讓他能盡快融入我們大家庭。

小吉一開始的時候很害羞，但在我展開歡迎詞後，他的話匣子也打開，會跟我一起談論他家鄉的點點滴滴。上美術課時，因為小吉的家鄉在基隆和平島，那是一個美麗的港灣，他總會畫出那一片藍天，畫出那一朵朵白雲，更畫出那一片汪洋，讓我們大家驚呼不已。

我們國小以美術班跟管弦樂團聞名全市，美術老師常說小吉應該要念美術班，但小吉總是害羞的笑笑。那個很會畫畫的轉學生，成為美術老師跟大家對他的評價。

然而，小吉是美術小天才，卻是體育課的忍者。當我們上體育課時，小吉總是一臉難色，在小吉拿給體育老師一張紙條後，他就靜靜坐在一旁，臉色因為缺乏太陽光照射而顯得蒼白，四肢顯得瘦小。

有一次我們一群人打樂樂棒，正好缺一人，又看到小吉，但在隊長熱情邀約下，一開始小吉勉為其難，整場樂樂棒在大家歡樂中，度過快樂二十分鐘。場中小吉說身體不太舒服，我也要教室喝水，陪他一起回到教室。後來他口吐白沫，身體發抖不止，我趕緊找老師求救。老師在緊急處理後通知小吉爸媽到校。

小吉說著：「對不起，嚇到你了！」

「這不是你的錯，你是生病了嗎？」我說。

小吉爸媽跟我說小吉小時候被醫生診斷患有癲癇，所以平常生活起居須多注意，不能做太激烈的運動。原本小吉在上一個學校透露此事，但接著學校老師、校護的關切詢問，即使他都按時吃藥，這些關心卻讓他跟同學們相處好有壓力，…

於是，這次轉學到新學校，小吉決定絕口不提這件事了，直到這次意外發生。而在老師跟小吉爸媽討論後，整班正式上了一堂認識癲癇跟照護課程，癲癇是一種腦中不正常放電的病，只要不做太激烈的運動，癲癇病患者做適量的運動對於病情的恢復有很大幫助。

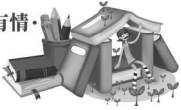
老師問我們全班：「你們會好好對待新同學嗎？」

「會！」我們異口同聲說。我們展開雙臂迎向小吉，而他滿臉笑容開心迎接新學校跟新同學們。



編者小語：

宥霖小朋友，從您的文章裡面可以發現您非常有愛心，非常關心小吉。其實每個人都需要運動，運動身體才會健康，包括癲癇朋友在內。很多的癲癇朋友都是運動的專家，我們所知道的就包括有奧林匹克銀牌自行車選手和鐵人三項的選手等等，非常非常多，舉不完的例子。他們並沒有因為罹患癲癇而放棄運動，反而在運動方面表現得出類拔萃。所以，癲癇和運動，並不是相矛盾的。只要在許可的體力之內，在安全的環境下，癲癇朋友都可以盡情地享受運動的樂趣。



社會朋友 | 國小組 佳作

巧遇癲癇患者有感

林于庭

記得曾有一次在假期的早晨，慵懶的起床後，便啃著美味的餐點，在翻閱幾本漫畫後，剛好爸爸要去買菜，於是我當了「跟屁蟲」。來到傳統市場，帶著劉姥姥逛大觀園般的好奇心，常常有新的發現。就在買完令人嘴饞的糖炒栗子後，人潮的左邊一陣騷動，探頭一望只見有個成年男子身體抖動尤其是手指與嘴巴痙攣的厲害不久後就倒下，在一陣驚慌與七嘴八舌下，有人想叫救護車但不久後他便站起來離開，讓人覺得真不可思議。

回家後，爸爸除了問我的想法外，也分享他當兵時同樣遇到這種事，原來他的同袍在那時被女友「兵變」了，當下又氣又難過就發作了，狀況與那位菜市場見到那位叔叔差不多，聽到這個案例後心中還是許多疑惑，便去上網請教無所不知的 Google 老師，根據醫學網站所言：「大腦皮質受到傷害或功能異常，腦部的電位活動就會發生不正常，就像電線走火起火花，發生不該有的放電現象，發作通常是短暫的，自己會停止，通常不給予任何治療，病人也會自己醒過來，這就是所謂的癲癇。」終於明白原來是這樣，知道以後對他們也比較不會害怕了，這正是所謂：「無知造成恐懼。」

在我們所認識的生物中小至螞蟻大至狼犬都能在同伴受傷時給予關懷，更何況身為萬獸之靈的人類呢？雖然我們是小朋友能力有限，很難做到如史懷哲那樣偉大，但我們至少可以拿掉對弱勢者歧視的眼光，尊重彼此的差異，多一點包容心。社會上有殘疾的人不少，他們要的不是同情而是同理心，當有狀況發生時若能適時伸出一雙溫暖的手，我想這樣的社會一定更充滿祥和的，朋友們所以當下次你有緣遇到他們時，送出一個微笑吧！



編者小語：

于庭小朋友，您在文章裡面描述的沒有錯，許多的癲癇發作時間並不會很長，短至幾秒鐘，長至三五分鐘，之後人就恢復清醒了。因此，不乏很多癲癇朋友在熱心的民眾叫來救護車到來之前，人就已經完全恢復清醒，站起來自行離開了。

壓力，在統計上是造成癲癇發作的最重要的一個誘因。不管來自於工作或者生活的壓力，都非常容易誘發癲癇。所以我們建議癲癇朋友們，一定要想辦法抒發自己的壓力，可以藉著安排適當的娛樂、休閒活動或運動來排解壓力，不要讓它們成為誘發癲癇的原因。



社會朋友 | 國小組 佳作

關懷癲癇-人間有情

魏立庭

什麼是癲癇？癲癇是一種病名。發作時會無意識地昏倒、牙關緊閉、四肢抽搐以及口吐白沫。若不幸患上此疾的癲癇朋友，在生活部分上，面對四面八方襲來的困難，有些人決定勇敢面對，而有些人則選擇逃避，無論世界上無奇不有，發作的地點也可能在世界上的任何一個小角落，哪怕是在充滿危機的廚房裡，或是在比賽時，癲癇隨時都有可能發作，若有憾事發生，再難過也回天乏術，無法挽回了，還不如坦然面對呢！

前陣子，老師在上綜合課時播放癲癇的相關短片，我看完了那些影片，心中感觸極深。有些學生為此而放棄學業，不敢與同學往來；也有些人也有些人為此煩惱，不敢外出，亦不敢工作，縱使有家人的幫助，但心中還是充滿害怕。他們有時得到的不被諒解甚至比得到的愛多更多！一想到這裡，我心裡都快流淚了。想必家屬必定備感挫折。

關懷癲癇，人間有情。我們在路上倘若遇到癲癇朋友們，請你對他們關懷備至，他們這一路走來必是備嘗艱苦，在他們需要幫助時，伸出援手，幫助別人，你會有福報，因為施比受有福！雖然只要萍水相逢，但看到發作時那觸目驚心的模樣，就算是身為路人的我，也還是會盡我最大的力量去協助他。使他感受到社會的大愛，也讓他感受到「四海之內皆兄弟」的感受。



編者小語：

立庭小朋友，您看完老師在上課時候播放的癲癇相關短片之後，感動到流淚，您一定是位非常具有同情心的小朋友。其實，癲癇發作，有輕有重，時間有長有短，有的非常輕微只有幾秒鐘，甚至只有當事人自己才會知道，旁邊的人是看不出來的。有的發作時則會神智迷糊，合併一些走來走去、砸嘴巴、東摸摸西摸摸漫無目的等動作，但是過了三至五分鐘後人就恢復清醒了。您在作文裡面所寫的，發作時會昏倒而且牙關緊閉、四肢抽搐、口吐白沫，這種是俗稱的”大發作”，是較嚴重的一種發作型態。如果你在路上碰到癲癇朋友有這種發作，一定要想辦法伸出援手，給予最正確的協助。台灣癲癇醫學會和台灣兒童伊比力斯協會的網站上面都可以查得到最正確的處理方式。也希望你能夠協助把這些正確的知識散播出去。



社會朋友 | 國小組 佳作

癲癇你、我、他

林欣緹

其實，癲癇患者的人數不多也不少，平均每一千人裡會有 2、3 人得病，不過，癲癇真的發病起來，是無意識的，十分可怕。

我也是透過影片才知道，癲癇的原因、症狀和治療方法。雖然有些人是因為長期熬夜打電動所引起的，可是，有大部分的人是在完全不知道原因的情況下發生，或許有人說他們是自食惡果，但是，是否曾想過，對於那些莫名其妙發病的人，已經深感無奈了，還得接受惡意的嘲笑，不是很不公平嗎？因此，我們不應該再落井下石，所謂「放過別人，就是放過自己」，如果有一天，角色互換，當別人嘲笑你時，你會開心嗎？當然，一定會有唱反調的人，總是會說這樣很開心，那就不是用客觀的角度看待事情，反問自己「我們是否有認真想過他們的感受」嗎？

或許，你的身邊不一定有癲癇的朋友，但如果看到有人發作時，希望你們可以去幫忙他、關懷他，而不是愚昧無知的遠離他、排擠他，因為，癲癇是不會傳染的，也不是天生的。患者發作時，可能會昏倒、無意識地抽搐、口吐白沫和咬緊牙關，在抽搐時，必須將患者附近的危險物品移開，並且在頭下墊較軟的東西，還有幫他拿掉眼鏡、緊身衣物和鬆掉領帶，盡量讓患者側臥，這些都是在避免患者受到二度傷害，此時若患者抽搐超過五分鐘，或是抽搐加昏迷的時間超過十分鐘，一定要立刻送醫，不然有可能會有生命危險。此外，癲癇的患者騎摩托車時還得帶護膝、護腕等，免得騎到一半發作，造成傷害，真的十分危險，所以患者很辛苦，每天都在與自己對抗，像是小勇士每天對抗大 boss，既辛苦又無奈。

雖然每個人都有自己的想法，但是，若能出一己之力，真的要好好

的對待他們，因為他們為了生存而努力奮鬥著，面對人生我們何嘗不也是如此？或許這就是你、我、他之間的互相幫助！



編者小語：

欣緹小朋友，在您的文章裡面，您提到了如何來協助癲癇大發作的患者，大致上都很正確。您另外也提到了癲癇朋友騎摩托車時，要帶護膝護腕等。其實，依照台灣目前的交通法規，癲癇朋友是不能夠開車跟騎車的。但是交通部已經和許多的癲癇專家們開過了幾次會議，正在研討是否有條件地給予控制良好的癲癇朋友們駕駛的機會。因此我們相信，在最近的將來，控制良好的癲癇朋友們一定可以拿到駕照的。這時，騎摩托車帶護膝護腕，也許真的會有所幫助。



社會朋友 | 國小組 佳作

關懷癲癇讓愛加溫

詹琇涵

在這個科技發達的時代，人人幾乎都有手機、平板等 3C 產品，有時候適當的看一下能夠抒發心情，但是長時間看的話，有可能會誘發癲癇。

癲癇是一種影響神經系統的疾病，它會有突然發作的傾向，癲癇發作是因為腦內正常之電性突然被暫時打斷以致抽搐，表徵現象包括失去意識、身體僵硬及一連串的肌肉緊繃又鬆弛。不是所有癲癇發作的人都有癲癇症，也不是所有患有癲癇症的人都會有癲癇發作的現象，唯有因腦部受到干擾而發生反覆性癲癇發作，才會被診斷為癲癇症。

在台灣，每一千人中約有五到十個人是癲癇患者，其中又以十五歲以下兒童與六十五歲以上的長輩較容易發病。

我深信那些癲癇患者一定有一百個不願意得到這種病，因為他們會擔心跟大家一起上學時，自己會突然發病，而顯得焦慮。如果我能交到癲癇患者的朋友，我一定會時常給他鼓勵，並且常常關心他，讓他感受到世界的美好。

其實癲癇患者需要的是愛，並不是異樣的眼光，只要適時的關懷，就能讓他們的心感到溫暖，就能讓愛加溫！



編者小語：

琇涵小朋友，癲癇症確實是因為大腦不正常的放電所導致身體各種

動作、感覺或者自主神經系統上面的異常。所以，罹患有癲癇症的朋友們，都會有癲癇發作，也就是因為有癲癇發作，才會發現罹患了癲癇症。這一點在您的文章裡面可能是需要被更正的地方。



社會朋友 | 國中組 第一名

放電天使教會我們的一門課

葉芊芊

「放電天使，補滿血了嗎？下路需要支援。」一個星期日的午後，我一如往常玩著線上遊戲。只不過螢幕的另外一頭並沒有回應。「怎麼回事啊？為什麼突然掛機啊？」耳機裡傳來其他戰友氣憤的聲音。只有我不發一語盯著螢幕上閃爍的「玩家放電天使確認掛機…」系統訊息。隱隱約約，有個地方傳來椅子倒地的聲音。我吞了一口口水，心裡不斷祈禱她會沒事。

一年前，應公會所有人的要求，身為會長的我舉辦了第一次網聚。為了顧及大家的安全，我們選在人來人往的咖啡店。突然，一個長髮飄逸，外表看起來沒有任何異狀的女生走到我面前，用甜美的聲音說「我就是放電天使，初次見面。」耳邊傳來一陣陣驚呼聲，她不予理會，在我旁邊坐下，用像是在說秘密的音量問我「會長，妳知道我為什麼要叫放電天使嗎？」我搖搖頭。「因為我是癲癇患者，腦內會有一些不正常放電。」癲癇？以前似乎有聽過這個詞卻又不是那麼理解。大概知道處理方式卻沒有實際做過太多次。正當我還在腦中思索有關癲癇的資料時，「唉，長那麼漂亮居然是羊癲瘋。」，躲在後面偷聽的奧爾菲斯用一種輕蔑的語氣說著。「喂，你這是什麼意思啊！」我大力拍桌子，怒吼道。「碰！」椅子倒地的聲音打斷我們的爭執。「放電天使！」意外總來的突然。她倒在地上，雙眼無神、口吐白沫。

該怎麼辦、我可以做什麼？「把尖銳的物品從她身邊移開！」腦中混亂的烏雲像遇到曙光般散開，思緒也逐漸清晰。我快速把外套折起來給她墊高頭部，確認她口中沒有異物。「謝謝你，修凡。」我站起來跟剛剛給我建議的修凡道謝。修凡笑了笑，轉過頭去對著怔怔看著放電天使

的奧爾菲斯。「奧爾菲斯，癲癇在台灣並不少見，他們需要的，是關懷。像羊癲瘋這種稱呼是不正確的，你還是叫她放電天使比較合適。」奧爾菲斯羞愧的低下頭「我很抱歉」，雖然他說的很簡單，但我們都能感受到他的心意。「比起口頭道歉，學習如何處理癲癇患者發病的情況比較重要吧？」我的話才剛結束，放電天使就清醒過來，她似懂非懂的看著我們。「還好嗎？」「嗯！」公會網聚最後變成了癲癇教育。

「會長」奧爾菲斯的聲音把我從回憶裡拉回現實。「我剛剛已經打電話到放電天使家，接電話的是她媽媽，我跟她說放電天使好像癲癇發作請她幫我們注意了。」經過那件事之後奧爾菲斯變了很多，看到癲癇患者發作會主動幫忙。

因為修凡，我知道人世間還存有愛與關懷；因為奧爾菲斯，我知道人們可以改變對癲癇的錯誤看法。期許社會上的大家都可以像奧爾菲斯一樣，雖然對癲癇原先抱有異樣的眼光，但是在接收正確的資訊後，可以去接納、去關懷。癲癇並不可怕而且也不會傳染。他們就跟一般人一樣，只是偶爾會「放電」罷了！



編者小語：

芊芊小朋友，原本是一場打電動的玩家網聚，最後竟然變成了癲癇的機會教育聚會，非常有意義。這也驗證了我們常說的，人生無時無刻都在學習，隨時隨地都有可以學習的地方。



社會朋友 | 國中組 第一名

活在當下贏回自信

李宜儒

「人生在世，不過幾十年歲月」我媽媽是老師，常聽到這句座右銘。我還是小孩子，根本不會去體悟它的意思。直到我小學畢業的那一刻，我問了媽媽，她們那年代的小學生活，媽媽說：「令她最難忘的是她班上的同學，一個叫李錫興的大孩子，因為他是失去自由的人，才會做出『非自願的舉動』：其實我還是不明白其中的道理，媽媽說是癲癇。不知道何時會發病？不知道何時會做出身不由己的舉動？這是同時傷害肉體與心靈的疾病。媽媽說他們那年代都不會歧視同學有怪毛病，反而在同學突然發作時，臨危不亂的協助處理和照顧，每次都拿著東西給他咬著。我很好奇的又問了，沒有去問醫生怎麼治療嗎？然後現在那個大孩子呢？媽媽說：「他同學生病很久了，最後就去世了。」我聽了這段話後，想到「人生無常」這四個字，也讓我明瞭珍惜自己的大道理。

我的小學生活多采多姿，我是個與眾不同的陽光女孩，我小學六年拿了一百張以上的校外比賽獎狀，我琴棋詩畫樣樣精通，我純真可愛，整天過著陽光般的生活。我的隔壁班同學也有癲癇問題，走到我們這個年代沒有媽媽那時候的保守，我隔壁班同學是個很悶騷型的人，他曾經在小三時突然發作，嚇壞鄰近班級同學，最後救護車來了，把他轉診彰化基督教醫院，同學後來吃藥治療，穩定了病情。他是個熱愛畫畫的小孩，他沒有因癲癇產生自卑，反而活出自我。他被老師鼓勵發揮所長，在他準備考美術班的同時，我使出渾身解數教他美術，他是個寫實派寫生好手，看著他煥然一新的踏進自己的夢想圈，成為優秀的美術班選手，我終於體悟；什麼叫做冥冥之中的定數，我人生中第一個重要的轉折點，意外的就是我放棄了美術班。我總算徹底領悟，小學的日子，至今我流連忘返，記憶猶新。因為它記錄了我人生當中最陽光的時刻，最難遺忘

的歷史。

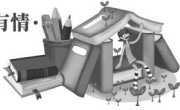
在現代的社會裡，生病的人很多，甚至有慢性病的人越來越多。以中學生的我，我認為關心他人、被人關心，這是最關鍵。「人生不如意、十之八九」，生病的人找不到出口，總是沒有勇氣去嘗試，活不出自我，把自己封鎖了，在我的內心深處，沒有衝不破的難關，失敗為成功之母，不管是生理心理的變化，一時的失敗，不代表永遠都站不起來。老師常說的座右銘：「成功是屬於堅持到底的人，成功是留給有在準備的人」，今天，我要以鼓舞的思緒面對人性挑戰，生病不表示已經世界末日了！古人云：「不經一番寒徹骨，焉得梅花撲鼻香呢？」不經歷風雨，又怎能見到彩虹，這個世界有許許多多的例子的人活出了自我，唯有堅強地去克服難關，才能看到更茁壯的自己。我長大了，我已步入中學，不同的學習方式，不同的教學風格，讓我多了一份穩重、執着及自信。我相信我總有一天會完成我的宏偉藍圖！

總而言之，人生的旅程即使有了殘缺有了疾病，也不應該對生命戴上了投降的符號，自卑、無力、悲觀、等死…，那都是消極的做法，態度決定你的高度，我深信只要能勇敢兩字，一定可以讓自己贏回自信，見到燦爛的明天。



編者小語：

宜儒小朋友，您文章的結論非常好，您說人生的旅程即使有了殘缺或疾病，也不應該對生命戴上了投降的符號。更何況，癲癇並不是什麼大病，75~80%的癲癇朋友們，只要耐心服用藥物，都可以獲得根治或者非常良好的控制。人生中還有許多的傷病都遠比癲癇嚴重得多，所以我們癲癇朋友根本無需有任何自卑、無力、悲觀的負面消極想法。



社會朋友 | 國中組 第二名

我們都一樣-癲癇的真實面

黃怡綸

「雇主寧聘身障者，癲癇患者求職處處碰壁」、「癲癇患者求學求職歧嶇不順」、「癲癇男找工作不易，車站前乞討」，相信大家在網路上、電視上都曾看過類似的新聞，沒錯，全台大約有二十萬的癲癇患友因為這個疾病，在求學上受到極大的阻礙，出社會後，也在求職的過程不斷受挫……。

在臺灣的傳統社會，我們常常會對「癲癇」缺乏認識，而產生偏見、誤解，日積月累下來，這些病友的生活也飽受困擾，所以最重要的是我們要對「癲癇」有正確的認知，並在他們需要幫助時給予協助。在「THE NEWS LENS 關鍵評論」的網站上寫道：癲癇其實就像過敏一樣，但他們卻被迫活在「隨時會掛掉」的刻板印象裡。當癲癇患友並未發作時，他們其實就像正常人一樣，但只要一發作，就會被外人視為「發瘋」而產生避而遠之的狀況。

「記得我還跟你們差不多年紀的時候，有一次上課上到一半，身旁的同學突然癲癇發作，倒地抽搐，頓時失去意識，那時的我嚇得趕緊衝到保健室拿擔架，那飛奔的速度應該是我人生中跑最快的一次吧！幸好後來護士阿姨打電話通報119，把他送到醫院，才結束這場驚魂記……」，學校的老師和我們分享他在國中時遇過的切身經驗。除了這個案例之外，我也聽說過幾個類似的故事，由此可見癲癇並不是一種稀有的病症，雖然有些人目前的生活圈和我一樣沒有癲癇的患者，但說不定我們哪天會在上學的路上突然遇到癲癇發作的陌生人，所以該如何關懷、協助癲癇的患友，才是我們應該要去學習的！

每個人並不能決定他先天會得到什麼病症，有時甚至連後天的疾病

也很難捉摸，所以大家應該將心比心，設身處地的思考看看如果今天是有這樣的病症，體會他們病友的實際狀況，並在他們有需要幫忙的地方關懷他們，當我們遇到癲癇發作的患友時，最重要的是保持冷靜，並在緊急時刻用正確的方法協助他們，不要讓「援手」變成「多手」。例如：將患者周圍不需要的物品移開。因為當癲癇發作時，可能會產生抽搐的狀況，所以要先把危險物品移開以免患友受傷。另外還有一個大家都容易產生的迷思，那就是在他們發作時把物品或手指放入他們的口中，但其實有些患友反而會因此牙齒斷裂或把異物吞下去。最後不需強行壓制病友的抽搐。癲癇發作時就會有抽搐的現象，等發作完後，即會停止，不需刻意控制抽搐的症狀。

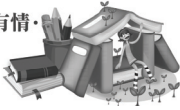
在人生這條路上，我們會認識各式各樣的人，我們也應該用平等的目光去善待每一個人，不能因為他先天的疾病、學歷高低等因素去評斷一個人的價值。就像知名盲人鋼琴家黃裕翔一樣，我們不能因為他先天的失明，就去歧視他的能力。包括揚名世界的麵包師傅吳寶春也是一樣，外人也不能因為他的學歷不高而去否認他的技術。當我們用心去觀察每一個人，就能發現他特別的地方，說不定還會有意想不到的收穫喔！



編者小語：

怡綸小朋友，這個社會上確實對癲癇朋友具有很多不正確的看法及偏見，但是在最近的二、三十年經由大家的努力，已經逐漸扭轉了這些偏頗的觀念。但是癲癇朋友們在求職方面，依然經常碰到挫折，其中也有部分是因為老闆害怕糾紛，深恐癲癇朋友在公司發作受傷而須負擔責任。

又，您知道為什麼癲癇在過去被稱為羊癲瘋嗎？其實，應該是“風”，而不是“瘋”！這是因為中國人自古以來即認為各種疾病都是因為受了風寒而來，所以直至今日，中文病名中仍然有許多含有個「風」字。



除了「羊癲風」外，還有「中風」、「風疹」、「風溼」、「痛風」、「傷風」、「破傷風」、「風溼性關節炎」、「類風溼性關節炎」、「風溼性心臟病」和「風溼熱」。頭痛稱為「頭風」，偏頭痛稱為「偏頭風」，肚子痛則稱為「腸風」。學生喜歡將放屁稱為「撒風」。當發生周邊型顏面神經麻痺時會口歪眼斜，老一輩的人認為是被鬼迎面吹了一口氣所致，因此稱為「鬼驚風」或「鬼吹風」。又，老年人常因為缺鈣而易致手腳抽筋，且老人多半瘦骨嶙峋，抽起筋來手腳外觀似極了雞爪，故名之「雞爪風」。也有許多藥物名字中有個「風」字。例如：「傷風克」、「傷風友」、「傷風膏」、「風熱友」、「克風邪」、「風邪斯巴」及「王將一陣風」。

知道了這些疾病名稱的典故，很有趣，不是嗎？。

社會朋友 | 國中組 第二名

食不我與，有愛同行！

王芃雯

平常，你最喜歡吃什麼呢？是甜得讓人心湖泛起圈圈漣漪的糖果？還是光看就足以讓人垂涎三尺的鹹酥雞？抑或是既麻唇齒又吊胃口的麻辣鍋？當我們的味蕾陶醉在這些美食的舞姿，卻有那麼一群人，默默地遵守著無可迴避的飲食禁忌，悄悄地遠離它們的身影。

媽媽的朋友不幸在一場車禍中被診斷出患有癲癇，突如其來的打擊，對於平時對辛辣食物情有獨鍾、喜食炸物的阿姨來說，簡直堪比五雷轟頂。雖然這些食品對一般人而言仍是少吃為妙，但癲癇患者卻是須要更加嚴格控管，甚至禁止食用的。從那次之後，阿姨便每天鬱鬱寡歡。她的人生宛如經歷一場風災，留下了永遠無法磨滅的印記。

癲癇並不會傳染，也不是「瘋」，而是一種因腦神經細胞的不正常放電而引起的疾病。患者一旦發作，往往會全身性抽搐、口吐白沫，身體宛如發狂般失去控制。每一次發作，不正常放電的範圍便有機會擴展「領土」，掠奪更多地盤佔為己有。下次發作時，隨著區域擴展，電流便會變本加厲地影響腦部更多區塊，使患者發作的情形更加嚴重。如果發作，必須取類似枕頭的軟物墊於患者頭部下讓患者側躺，以免咽喉被嘔吐物噎住。千萬不要嘗試硬扳開患者緊閉的唇齒塞入任何物品，因為容易造成患者的口腔受傷或窒息。如果患者臉色蒼白、嘴唇發紫、呼吸不順，一定要儘速就醫，以避免腦神經嚴重受損，甚至引發不可挽回的悲劇。

癲癇患者有許多繁複的飲食禁忌，須少鹽多醋，忌飲酒，限制鹽分、咖啡、菸、茶、水分的攝取。而具刺激性的食物，如辣椒、蔥等也應避免食用。此外，肉類、油脂類、煎炸食品類，以及鹼性食物，如檸檬、



橘子等，全都是禁忌中的一部分。綜合上述的食物並剔除後，剩下的安全食物幾乎寥寥可數，而且還多以清淡為主。也難怪阿姨會因而鬱鬱寡歡了。

幸好，她在幾年後仍重新拾回信心，開始尋找人生的新氣象。促成其中的轉變，無非是因為身邊總有許多家人與朋友給予安慰、有許多教友為她加油打氣。總會有那麼一群人，陪伴她、支持她、諒解她，使她相信，她並不孤獨，更不是異類。

癲癇常因我們的知識不足而被誤當成一種不祥的可怕狂疾，患者諸多不敢坦誠自己的病症。癲癇患者常在幼時便遭到同儕排擠，在求職上則常處處碰壁。在聽到別人評論有關癲癇迷思的當下，我們應當實事求是，瞭解癲癇是否真的如傳聞所言那樣駭人，而不是在道聽途說後盲目地跟從別人一起疏遠、畏懼癲癇患者。如果人人都有求證的精神，相信我們得到的，將是個更加包容的社會。

人人都需要受到尊重與諒解，對於癲癇患者，我們應設身處地為他們著想。沒有人願意被定下嚴格的飲食禁忌，也沒有人希望自己因不得已的病症被排擠。一個關懷、一個諒解、一句鼓勵，都可能讓折翼墜谷的天使得到重生與翱翔的力量。阿姨現在是電腦工程師，同時也在教會裡擔任輔導員與程式設計老師。撥雲見日，飛進屬於自己的新生。不但如此，他還找到了許多清淡爽口的佳肴。因為有親友的陪伴，她成功重返了屬於自己的暖春。

食不我與，幸而社會處處有愛與我同行！



編者小語：

芄雯小朋友，您說媽媽的朋友自從得了癲癇之後，許多平常喜歡的飲食都要禁止，部分確實是真的。

大部分的飲食，在癲癇朋友和一般人是完全一樣的。一般來說，並沒有什麼禁忌，既沒有說要少鹽多醋，也沒有說要限制水分的攝取。但偶爾會有例外，視個別的體質而定。但是刺激性的食物則建議要避免，包括咖啡、煙、酒、茶、檳榔等。原因並不是因為這些食物會直接的造成癲癇發作，而是吃了這些刺激性的食物之後，有時會導致興奮、睡不著，或者因為胃腸刺激不舒服而導致晚上無法好好的睡覺，造成了睡眠的剝奪，而誘發了癲癇的發作。



社會朋友 | 國中組 第三名

友善關懷

顏卉瑤

一開始「癲癇」這個名詞跟我並不是很熟，只是聽過它又俗稱羊癲瘋、羊暈或豬母癲，在那之後它又像飛鳥一樣，輕輕的掠過腦海，直到某次媽媽告訴我一件十分驚險的事。

媽媽有一位同事有癲癇的症狀，但平時在生活上並無太大的問題，就和一般人一樣。有日同事和媽媽訴說她昨晚發病的情形，那時已是三更，大家酣夢正甜，就在這時同事突然發病，雙眼上吊、牙齒緊緊的咬著、全身僵直發抖，睡在同事旁的小女兒看見這個情形，一點兒也不慌亂。首先確保環境是否安全，以免抽搐碰撞堅硬物品受傷，並叫醒爸爸，在等待了五分鐘後，同事依舊在抽搐，小女兒果斷的叫了救護車送同事至醫院，因此平安無事。

同事對小女兒的行為感到驕傲，我也佩服她小小年紀卻能臨危不亂處理事情的態度，除此之外也讓我進一步了解「癲癇」到底是什麼？上網蒐集資料才知道，癲癇是因腦細胞過度放電所引起的。一般來說發生的時間突然又短暫，只有兩種情況需要送醫：發作超過五分鐘，或是發作完人還沒清醒，又跟著短暫的發作。這兩種需要緊急治療的癲癇，在醫學上稱癲癇重積狀態，是比心肌梗塞或是急性腦中風更凶險的急症，發現後一定要立即送醫。

但其實癲癇症是相當普遍的疾病，全臺大約有十～二十萬人患有癲癇症，只要定時吃藥控制，他們都和一般人一樣，能正常生活也能發揮其所長，像是拿破崙、牛頓，他們都患有癲癇，但那並不影響他們為後世帶來的成就，因此我們不應用異樣眼光來看待他們，應接納他們，並

了解該如何幫助癲癇發作的人們，這才是真正的關懷。



編者小語：

卉瑀小朋友，您的文章寫得很好，特別是描述到您母親同事發作的時候，睡在旁邊的小女兒看到了，卻一點兒也不慌亂，她首先確保環境是不是安全，先避免了因為病人(媽媽)抽搐而碰撞到堅硬的物品導致受傷，接下來就叫醒了爸爸，觀察了 5 分鐘，發現病人仍然在抽搐，因此果決地叫了救護車送媽媽到醫院，結局是平安無事。這種鎮定、有條不紊、正確的處置方式，值得所有的癲癇朋友家屬們學習。



社會朋友 | 國中組 佳作

我們都一樣

莊佳媛

在升上國中以前，就聽說過癲癇這個專有名詞，但是我從沒有想過有那麼一天，就直接這麼突然的發生在我的眼前……。

那一天，老師正在分組要讓我們玩遊戲，就在此時，「碰！」的一聲，原本吵吵鬧鬧的同學們，全部都嚇到了，頓時，鴉雀無聲，呆若木雞，只有老師反應最快，一個箭步，就衝到班長面前，這才將大家的思緒拉回來現實，大家都轉頭看著班長，表情有害怕、驚訝，我也迷糊的不知道發生了甚麼事，老師大聲叫著班長，但是她卻好像聽不到，只是渾身僵硬不停地抽搐著，老師又大聲喊副班長去請護士阿姨過來，護士阿姨抬著擔架衝了過來，旋即確認情況，後來慢慢的，她不再抽搐，而是慢慢冷靜下來，護士阿姨和老師一起把她帶去保健室。

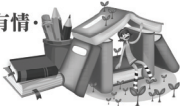
後來，老師向我們說明，我們才知道班長的遺傳性癲癇發作了，老師緩緩地講述著，我才了解遺傳性癲癇，在這個年紀又是最容易發作的時候，癲癇是因為大腦皮層的不正常放電所造成的，並不是能自主控制的，大家聽了後，流露出有些驚訝有不捨的表情，最後，老師還特別語重心長地希望我們，不要以異樣的眼光看待，她與我們並沒有任何的不同的，大家聽完後，紛紛重重地點頭。

老師最後的幾句話，就好像回音一樣，反覆的在我腦海裡迴繞著也深深烙印，其實我們都一樣，只是癲癇患者需要更大的勇氣去面對自己，所以我們要多給予他們關愛，讓他們覺得沒有甚麼不一樣，能勇敢面對每一天的生活！



編者小語：

佳誼小朋友，在您的文章裡面提到了遺傳性癲癇這幾個字，確實，有部分的癲癇跟基因，也就是我們說的遺傳有關聯。在這些遺傳性的癲癇裡面，有許多是屬於良性的，包括良性兒童癲癇、失神性發作、青少年肌抽躍發作等等。它們的特徵是患者的智力正常，神經學檢查上面也都一切正常，並且可以是非常的聰明伶俐乖巧，癲癇也非常容易地就獲得控制。長大之後，癲癇會逐漸地自然痊癒。現在回想您那位班長，是不是跟我們描述的一模一樣呢？



社會朋友 | 國中組 佳作

關愛癲癇

江丞祐

在台灣人口二千三百萬人中，約有五十萬人患有癲癇，其中一千個兒童裡會有七個患者，在四十歲以上，一千個人中會有三個病患，發生的原因可能是頭部受傷而影響到腦部不正常放電，或是有些疾病，像中風、腫瘤導致腦部的血流受阻，因此任何人都不應該忽視癲癇症。

當癲癇症發作時，必須將患者側躺，移開四周物體，以免受到更大的傷害，不得強塞物品至患者口中，並且將較軟的物品放在頭的下方，如果患者維持抽搐十分鐘以上，須撥打一一九，但是有些時候只是兩、三分鐘，這時就不用做太多的動作，慢慢讓患者喘息，最重要的就是身旁的人須隨時隨地地注意患者的安全。

除了癲癇症，還有一些較罕見的疾病，像漸凍人，這種病會使人身體的各部位無法動彈，有些患者會因此一蹶不振，覺得活在世界上沒有意義，旁人就要給患者們協助，開導他們，讓他們知道生命是無價的，可以轉移患者的注意力，讓他們做些休閒活動，像是畫畫、拼圖或是散步，並且無時無刻都向他們伸出援手。

亞歷山大大帝橫跨歐、亞、非三洲，攻打各地成就希臘文化，而音樂神童莫札特創作了許多歌劇、鋼琴曲和一些管弦樂作品，雖然英年早逝，但是他們倆人的豐功偉業流傳至今，這說明了人不能決定人生的長度，但是可以改變他的寬度。



編者小語：

丞祐小朋友，癲癇是一個很常見的病症，一百個人裡面就可以有一位，這是因為我們的腦子非常脆弱，很容易受傷，受了傷害之後就常常留下了癲癇的後遺症（當然也有一部分的癲癇是來自於遺傳）。癲癇的症狀有輕有重，發作的時間有長有短，但是不管輕重或者時間的長短，都可能會導致癲癇朋友的受傷，例如摔倒撞傷或燙傷等。所以我們一定要重視患者的安全，要確保這些安全最重要的一件事情，就是要準時的服用抗癲癇藥物。



社會朋友 | 國中組 佳作

正確的態度

陳禹潼

面對疾病，應該保持什麼心態呢？不可取笑他人、要勇於幫助他、對患者保有關愛的心，將心比心，換位思考如果我是病患，我應該會很傷心無助，只要病一發作就會被譏笑，許多原本跟我形影不離的朋友，會慢慢的遠離你，跟我相處也有可能會一起被笑，除了病痛的折磨外，還要顧及朋友的感受，心裡壓力真不小。

遇到癲癇患者時，可能會全身抽搐、口吐白沫、翻白眼，要先把會妨礙他們的物品移開，不要把硬物放進他們的嘴巴裡，以免病患的牙齒斷裂，也不要放軟的物體，免得讓他們把東西吃進去，不能呼吸。

癲癇症並不可怕，依然能與他們一起生活，雖然我還沒遇過，但是以後遇到了，我會很親切的照顧他，因為他可能是班上的一份子、公司的同事，得到這種病的人，一定很不希望別人刻意的排擠他，這樣會使得他們心靈受創更不敢踏出去交朋友，伸出一雙溫暖的手來歡迎他。

幸運的人，不應該忘記不幸的人，除了癲癇之外，小胖威利症也不容忽視，這個病會使病患一直不斷的大吃大喝，主要是第十五對染色體異常，肚子有如裝了一個大冰箱，我們健健康康的人，要好好的珍惜現在還正常的時候，等到未來的某一天，被怪病纏身，就會羨慕以前的點點滴滴。



編者小語：

禹潼小朋友，您講的是對的，只有當一個人生病的時候，才會懷念起身體健康的時候。所以我們真的必須要有同理心，將心比心，來協助所有不幸罹病的朋友們，不僅僅是癲癇而已。



社會朋友 | 高中組 第一名

待雪草綻放那刻

蕭卉心

待雪草是一年當中，最早綻放的那朵花，當他盛開時，春天的腳步就悄悄地接近了。

在我年幼時，慈祥和善的奶奶，時常牽著我小小的手，用她溫暖的手掌，融化我寂靜無聲的心窩。那時，是個潮濕的季節，奶奶常帶我去買可口的雞蛋糕。店家為了讓雞蛋糕的甜味更加順口，就會在雞蛋糕裡添加鹽巴。若是店家在料理雞蛋糕時，沒有仔細的拌勻，顧客在品嚐時，就會吃到某個小角落特別的鹹。

四季變化無常，花開花落，掌握不住綻放與凋零的瞬間。隨著年紀的增長，我逐漸了解，原來人的身體因著各種命運的捉弄，也會像未拌勻的鹽巴，在甜美滋味尚未嚐盡時，突出的苦澀就從嘴角漫入人生。

在我國中時，曾驚見同學倒午餐的廚餘時，橫著往講台下跌倒，嘴巴吐了些許的液體，大概是剛喝完的玉米濃湯，她的雙手與身體不斷抽搐，雙眼渙散無神。必須承認，那樣的場景令人恐懼，這是我第一次認識到「癲癇」，震驚於青春竟也有這般無告的時刻，原來身體每一天的平安順遂，真是奶奶口中常說修來的福份。這是「癲癇」為我上的首次震撼課程，我慢慢的了解「癲癇」是什麼。

在我的就學過程中，有位和善，隨時面帶微笑的老師，她時常帶著天真的眼神看我，剛開始我覺得很奇怪，後來也就習以為常了，直到有次拿作品給老師打成績的時候，她突然暴怒，我才發覺到有些不對勁。

季節再次變化，在這陰晴不定的時節，人體的免疫系統變得很虛弱，我本身有過敏、濕疹與氣喘，在季節轉換時，這些症狀好似都擴大了無

數倍。些微的塵蟎都會讓我開始不舒服，從皮膚到血管，從鼻子到氣管，分分秒秒都感受到病菌的搔癢侵襲。病菌像調皮的孩子，越叫他不要欺負免疫系統，他越故意，過分的挑戰大人的脾氣。病菌擴散中，他們正偷偷的討論，要怎麼侵入人體，準備霸佔這個巨大的身體。

老師有時在上課時，眼神會飄移，心理學有解釋，這樣的舉動是在回顧或是創造新的記憶。但在老師眼神飄移時，她的瞳孔裡，參雜著一絲的恐懼與焦慮，搭配上抿嘴的動作，不發一語。這樣的行為令人匪夷所思，終於在某次陪老師去辦公室時，聽見她的壓力來源-癲癇。

癲癇是什麼？很多人都有親眼見過，或是在電視上看過，但有誰能清楚的說出癲癇到底是什麼呢？我的老師，像是新郎般，向我掀開癲癇神祕的面紗。她在二十八歲，因拔牙時，牙醫未告知發高燒時不能拔牙，而引發疱疹性腦炎。疱疹性腦炎的病毒會感染中樞神經，且好發於顳葉，也就是掌管記憶及語言文字的中樞，包含情緒與人格。醫學研究，顳葉受傷容易產生癲癇，而老師就是如此。二十八歲，是女人享受工作與愛情的時刻，穿著高跟鞋與短裙，品嚐著人生的樂趣，癲癇卻無聲無息的找上門，任誰都無法接受吧！

老師說，她拔完智齒後，覺得極度的不適，隔天在工作時，不舒服的趴在辦公桌上，幸好有細心的同事幫忙，請師丈將老師送醫，即刻的得到診治。出院後，老師時常覺得，頭有些暈眩，有時，眼前會無意識的浮現熟悉的場景，但那個場景裡，卻只有她自己一個人。這個症狀產生了非常多次，老師也漸漸開始忘東忘西，再次去求診，才發現，原來老師患上了兩種癲癇。其一是複雜型部份性癲癇，發作時，會產生意識混亂與對周遭的知覺遲緩，開始做一些無意識的動作，像是前面提到的，不斷抿嘴、踱步、搓手與拉衣服都是有可能的。其二為失神性發作，發作時的表現非常短暫，呆呆的看著正前方，轉瞬即逝，是會喪失意識的。老師說她發作後，一定要先想想自己身在何處、今天是星期幾與目前的時間，否則完全無法回憶自己前幾秒在做什麼事。小發作對腦部的傷害很大，所以必須定期的回醫院做腦波檢查。由於腦波檢查的儀器，需要



非常靠近頭皮，才能偵測到腦波，所以會把儀器緊緊的黏在頭皮上，想必殘膠會有許多。老師是女生，留著一頭長髮，所以頭髮上的殘膠就更難清理，每次檢查後都必須到美容院洗頭，真是辛苦老師了。

老師她非常的喜歡孩子，所以在面臨高齡產婦的年紀時，停止服用癲癇藥物長達兩年，這真的是非常偉大，需要有多大的意志力才能戰勝發作時的恐懼呢？也許就像待雪草被寒風吹襲時，努力堅忍著，用盡全力扎根的心情吧！很感謝老師的孩子，讓老師有勇氣面對癲癇，為了孩子，勇敢的用意志力，陪孩子走人生的幸福路途。

世上的力量有非常多，透過詳細的認識與理解，我們可以幫助任何有困難的朋友。在路上遇到癲癇朋友發作時，我們只要注意他的安全，不要阻止他發作，並一直陪伴他，讓他休息與睡眠，直到他恢復意識，以及讓他的醫師知道目前的情形。不論你與他是否認識，感情是否親近，我們都可以用自己的一份心力關懷與幫助這些匿名的好友。時光悄悄的溜走，我們每天都要生活，相信自己，相信別人，只要大家互相幫助，社會一定會更加美好。

待雪草完美無瑕，不願妥協，容易被人曲解為倔強與固執，但事實上，他是個吃苦耐勞的孩子，因為他堅忍寒冬，等待著春天盛開。所以待雪草就有「希望」這個花語。人生充滿著希望，但也有著難題與挑戰，需要我們勇敢的面對，這也算是人生的一種樂趣吧！只要找到自己的信念，堅持下去，像待雪草一樣堅韌，永不妥協，希望就在不遠之處了！

「因為心有所愛，所以不忍頹廢」每一位癲癇病友正因在愛裡奮鬥，生命才會充滿芬芳，我祈願在陣陣芬芳中，獻上真摯的祈禱與祝福。



編者小語：

卉心小朋友，在您的文章裡面寫到，您的老師在 28 歲的時候，因為

皰疹性腦炎而留下了癲癇的後遺症。這個故事應該是非常的真實，但是發燒可能是因為皰疹性腦炎所引起，並不是和拔牙有關，皰疹性腦炎也不是拔牙所造成的，可錯怪那位牙科醫師了。



社會朋友 | 高中組 第二名

來自天堂的密碼

蔡昀姍

站在加護病房外，略帶蒼白的拱形走道如醫師手中被抽空的針管，充斥著一股壓抑、掙扎之感。然而走廊上並沒有刺鼻的藥水味，反倒是一陣淡淡的清香，流竄過家屬慘澹的鼻翼間，陽光自窗外篩落點點金黃，微光中的柔和摻雜著淚水朦朧，病房中的她，正掙扎著？又或是向命運低頭？我不忍直視眼前的手術燈，怕一轉身，就追不上她的影子。

她，是來自天堂的孩子，一位患有癲癇的孩子。

她從不向任何人提起她的病情，直到某次放學我陪她回家時，她突然發作，如午後的西北雨，來得措手不及，她突然放聲尖叫，抽搐、雙眼翻白，慘白的雙唇是她堅持的抗衡，抽搐的頻率倒數著時間，混亂使我不知道自己能夠為她做些什麼，只能跑到馬路邊求救，逡巡過一雙雙冷漠的雙眼，陌生的眸裡透著惶恐、同情，卻將她視為異類而不敢碰觸，於是我放棄求救，在手機輸入她的症狀，並搜尋應變方式，靠著自己的力量，抱起她並維持側躺，在嘴中塞了條白布，直到情緒漸漸穩定。這短短的幾分鐘，是不是她人生的縮影？因抽搐而弓起背脊，因疼痛而面目扭曲，而我，卻只能懾服於命運的無理，無法感同身受。

手機螢幕顯示的病因，名作癲癇。

經過上次的意外，無形中卻也拉近彼此的距離，她對我卸下武裝，我也傾心以待。「媽媽說，我是來自天堂的孩子，腦波閃爍著來自天堂的密碼，因此，我的頭腦會放電喔！」她曾因病情而失去愛，父親為她的病情而承受不少輿論的壓力，最後憤而離家出走。成長的旅程一路坎坷，自我武裝終將成為青春的坑坑疤疤，化為同學口中若有似無的歧視。

她開始放逐自己，否定自己存在的價值，並透過社群媒體擴大自己的交友範圍，從朋友的聚會與網友的讚美中獲得肯定，只是那時的她並不是我所認識的那個她，像是攤在艷陽下的漂流瓶，浮在汪洋中曬著光，傷口卻漬在疼痛中以發酵取代呼吸。其實，她是在等待著，等待著深海處漂來一塊浮木，讓她靜靜地靠著，期待這社會不再投以異樣的眼光，即使命運與常人不同，也該被賦予的，被愛的權利。

「妳要愛自己，朝著好的方向前進，妳就會看見自己曾經的朦朧都只是因脆弱而模糊了妳的眼睛，妳要喜歡妳自己，妳要永遠好著，我才有辦法在下次握緊妳的時候，告訴妳低溫中的溫熱。」我靜抑著淚水對她說，而她的笑容，比那天漫漶的夕陽更蒼涼，比時光的皺褶更恆長，微眯的眼角裡，藏著超齡的疲憊與成熟，對於如何面對生活，她似乎迷茫了很久很久，在偌大的城市裡，依舊尋覓著一處，有愛的地方。

我決定帶著她出走，逃離地獄的開端，在轉瞬之間，尋回自己的價值。

那是一間隱匿於市場的廟宇，如此親密地與市井小民接觸，處在交通漩渦的中心，卻意外在晦暗中閃爍著溫厚的光澤，這好比是眼前的她，身在人群雜沓的紛擾中，依舊不改其尊嚴。牽著她跨過門檻，一片氤氳繚繞著時光的長河，祂被時光染得有些黃了，斑斕彩繪欲卸，卻成了溫暖的美，像是港灣，容著脆弱女孩的眼淚，在祂面前極盡解放她生命的純粹。雙腳跪在被煙灰灼蝕的軟墊上，她緩緩說出自己的心願。「希望有一天，大家能接受與眾不同的那個我。」僅此一刻，卻看得我出神，那平凡的語句，是她內心與精神的解放，把悲傷和淚水毫不保留地交出，釋放在供桌下的橘色磚板，漾成一朵鹹鹹的花，在鹽味和香灰中，自花間重生。

我從她身上看到許多我不曾觸碰的影子，不太會表達自己的情緒，於是頂著形式上的笑容，讓自己看上去體面，只是終究被真誠的擊潰，從嗚嗚咽咽到撕心裂肺，那是第一次，她擁有了情感上的真實，此刻的她比任何人都耀眼，至少她明白生命的意義，為生活重新灌注滂沛的熱



情。碎裂的翅膀可以彌補成絢爛的霓裳，依舊能在逆風中禦風而上，而人生的真諦，便是在命運的顛簸中活得漂亮澄澈，那是生命中無與倫比的，生命的溫度。

她曾說長大之後。要成為一名社工，用愛改變社會的眼光。當一個人無法肯定自我時，並不全然是自己不夠努力，而是社會與生俱來的偏見。許多患有癲癇的孩子，都也曾憧憬著未來，相信人性本善，他們所追求的愛，卻也是這社會所匱乏的。其實每個生命的本質都是一樣的，需要以愛作為灌注一生的養料，激發人去反省、省思，克服眼前的挑戰。他們都很勇敢，當我們願意透過關心、傾聽，去了解我們無法感同身受的境界，便會發現他們的生命很純淨，用純粹的熱血燃燒著澄澈的靈魂，以真正的勇氣與成熟冰釋生活的歷鍊，宛若一位位生命鬥士，在芸芸眾生之中，傳唱著愛之頌歌。

人生不是定義於攢取了多少、摟懷得多好，而在於你經歷了什麼卻未被擊倒。手術燈打亮了沉默的黑，恍惚之中突然晃過她燦爛的笑靨，和那一串天堂密碼，然而不再閃爍著蜘蛛絲般的雜訊，而是一片初春，她值得擁有的燦盛。

病房的門微掩，相交的雙眸難掩重生的感動，我願作跨越隘口的橋樑，牽起她的手，為她遮雨擋風。

以一種愛的方式。



編者小語：

昀姍小朋友，在您的文章裡面，癲癇這兩個字變得完全不再那麼可怕，反而相當的可愛，原來那是來自天堂的密碼！也有人稱癲癇的患者是放電俠或閃電俠，把癲癇小朋友叫做閃電小子，這些可愛的稱呼都緩解了大家對癲癇的負面印象。

正因為罹患癲癇的，許多是小朋友或年輕人，他們的人生正要展開，也正在學習人際關係。正因為年幼，對於癲癇的接受度較已經在紅塵中打滾多年的成年人來得脆弱，較無法承受癲癇這兩個字。因此，更需要我們伸出友誼的雙手，來協助他們度過這些難關。



社會朋友 | 高中組 第三名

勇敢飛吧！我的哥哥

陳安琦

我的哥哥，從小就被診斷出有癲癇的疾病，並且也有自閉症，爸媽對此也付出很多的心力。所以我從小就努力試著去了解哥哥的每一部份，了解他在想些什麼，了解他癲癇發作前後的症狀，也了解如何照顧他、啟發他的天分。雖然癲癇不會遺傳，只要我們注意他的表情和行為，就可以預防他在發作時，受到第二次的傷害，只要讓他躺下來休息，觀察發作時間勿太久，大致上都跟正常人的生活都一樣的。

媽媽上班的地方是在國小的教師研習中心管理場地和音控操作，有時候會帶著哥哥一起去上班，然而有一次哥哥在外面的廣場走來走去且一直碎碎念，有一位承辦人員就過來小辦公室問媽媽說學校有沒有保全，媽媽說沒有呀！學校只有替代役，怎麼了？那位承辦人員就說外面好像有一個怪怪的人。媽媽就說那是我的兒子啦！雖然在外人不懂的情況下，常有這種情況發生，但只要說明清楚後，他們會更加了解不一樣的星星兒。哥哥也是一個小幫手，會幫忙拖地、擦桌子，做的很徹底！也是我應該跟他學習的好榜樣，他是不會做出傷害人的行為，他就只是在他獨有的世界裡翱翔著，即使我們摸不著他的思想，但他快樂便足矣。

因緣際會下，媽媽接觸到了木箱鼓的教學課程，毫不猶豫地帶著哥哥去上課，由於是接觸到音樂，無論是樂音的高低、節奏的起伏，只要有聲音，他都非常的著迷，就這樣上了好幾個月，甚至堅持到一、兩年多，這中間因為有了豐富的基礎，老師就帶著幾位特殊的孩子們去考屏東縣街頭藝人的認證，皇天不負苦心人，第一次就考過”屏東縣身心障礙團體的街頭藝人證照”，從此踏上街頭藝人的旅程。在這過程，他除了能得到一些微薄的收入以外，也非常樂在其中，假日常常都有邀約，

讓哥哥和其他孩子需要被鼓勵與勇於和人群的互動中，得到自信，也讓他們感受到別人對他們另眼相看的特殊才藝。哥哥就像是在音樂音符上跳動的精靈一樣，那個就是他的世界。

癲癇，並不會阻礙他，也不會是他的絆腳石，他反而在他樂愛的世界裡精彩地生活著。因為他很快樂、無憂無慮，癲癇發作的情形也因而下降，只在有時候太興奮、太累的時候才会有小放電小發作，現在這些小發作不足讓我們太過緊張，或許他是想換個方式跟我們說聲他累了，想休息一下；只要有按時吃藥，規律的作息，正常快樂的心靈，還有家人給予陪伴的愛，都會讓他情緒上、身心上有莫大的正面影響，這才是最重要的。



編者小語：

安琦小朋友，您知道嗎，音樂也可以治療癲癇的！音樂可以治療癲癇，是早已經過證實的，雖然並不是對於每一位癲癇朋友都有效，但是確實對於部分的癲癇可以有效降低發作的程度及頻率。根據研究顯示，莫札特的音樂比較具有這種效果，可能和莫札特音樂裡面特徵性的愉快活潑的節拍有關係。加上音樂本身就帶給人快樂的感覺，減輕了人們的各種壓力，當然癲癇也就會跟著減輕了。



社會朋友 | 高中組 第三名

搖動的愛

吳采霓

在他的身上，我看到的是一位父親對家的負責，以及對親人最真誠的愛，伴隨著突如其來的病症，他顫抖著身軀，雙目無神，口吐白沫，腦中想的會是什麼？儘管那段時間內可能看不到外界發生的事，也聽不到身邊人的呼喚，但他內心深處，依舊會想著家人，腦子片刻的斷線，也斷不了他對家人的牽掛及愛意。

他是我同學的父親，第一次見他只是覺得他跟一般人一樣，身形高大，就是個標準的男子漢長相，我向他問好，他總會微笑著回應我，那種慈父的笑容我還是除了爸爸外第一次從陌生人那裡看到，在那之後好幾次見到他，都是差不多的場景。但是有一段時間，都沒有再見到他的爸爸，那段時間也感受到那位同學的情緒異常，基於朋友的立場，我大膽的向他詢問家裡的狀況，沉默片刻，他口中微弱的吐出一段話：「我爸爸的癲癇發作了，」頃刻間，他的淚水如斷線的珍珠般滾落，我嘗試著安慰他，淚水不停的流著，我的腦子裡卻在此時冒出了一個問題「什麼是癲癇？」，但又問不出口，我只能不斷的拍拍他，一邊告訴他，會沒事的。

在那之後，我找了關於癲癇的資料，癲癇的病症是長期反覆發作抽搐，而這些發作可能因腦部區域和發病年齡有不同的症狀，而癲癇又分為「痙攣性類型」及「非痙攣性類型」，前者大概佔患者人數的百分之六十。當癲癇發作時，就像腦子裡的電箱突然大量發電而導致身體無法負荷的造成抽搐及失去意識，在發作後，患者會因為一次用掉太多精力而全身癱軟，在發作時，也可能因不自覺的抽動而使患者弄傷自己，因此需要旁人給予協助，並且在一旁安撫他。雖然那段時間患者可能是沒有

意識，也聽不到、看不到附近的人事物，但我想，心裡一定會有很大的壓力，畢竟發作是說來就來，在哪裡倒下，在誰的面前，會變成什麼樣子，都是無法預料的，他一定會遭到旁人異樣的眼光，雖然看不到，但卻都能感受到。

在事情發生後一段時間，我再次見到那位父親，他已經是坐在輪椅上了，雖然慈祥的笑容依舊那麼溫暖，但可以看出受到病魔纏身的身軀消瘦了不少，我就這樣靜靜的看著他的側臉，這是一位父親，一位曾經那麼意氣風發的男人，現在卻是癱坐在輪椅上，一面接受著不知道什麼時候會到來的症狀發作；但他依然是那麼堅強，為了家人，他撐著，同學告訴我，他的爸爸還是跟以前一樣認真工作，擔起一家之主的責任，因為家境清寒，一家人的日子不怎麼好過，爸爸總是為了家庭不斷的打拼，就算現在變成了這樣，生病及輪椅也困不住他，那份父愛，遠遠超過癲癇帶來的痛苦，帶給自己，也帶給家人大大的希望。



編者小語：

采霓小朋友，您一定可以感同身受癲癇朋友的心理壓力，因為您寫的非常正確，癲癇發作常常就是說來就來，在哪裡倒下，在誰的面前，會變成什麼樣子，都是無法預料的。有的人因此而跌傷、撞傷、骨折或者燒燙傷，更不要講遭到旁人異樣的眼光看待，這些都在增加了癲癇朋友的壓力。增加壓力的結果，又更加重了癲癇發作的嚴重度和頻率。您說，我們怎麼能不盡我們的力量來協助癲癇朋友呢？



社會朋友 | 高中組 第三名

迷失的方向

呂家綺

時間靜靜地向前走，光陰悄悄的流逝，不曾離去過，如同我們的故事，翻到下一篇文章，接續下一個里程碑。

多想人與人之間的距離——再靠近一點點，多想人與人之間的心靈——能夠貼近，那怕只有一點點...或許人們就不會那麼絕望吧！

時常在追尋，時常在等待，追隨一個人的影子好累，「她」看不到我，而我也漸漸的沉默。

「噹!噹!噹!」上課的鐘聲響起，同學們早已坐定位，等待著老師步入教室授課。這天，會考剩下98天，即便過了2年，那天的情景，依稀在我腦海裡無法抹去。沒有人知道事情是如何發生的，但我記得，在下課倒數10分鐘時，「她」倒下了，就在我面前這是我初次看到癲癇發作，即便同班了9年，我想我還是不夠了解她，連她有癲癇我都不知道。在她倒下過後沒多久，一群老師匆忙的趕來教室，替她做生命徵象，為她的姿勢擺位，後來，有位老師替她打了119。「喔咿~喔咿~喔咿~」第一次救護車的聲音，距離我是如此的靠近。

心中的不安，不斷地蔓延。放學了，可我的心，卻提著，沒有放下。因為擔心，因為害怕，即使回到了家，我還是記得，救護車在我身旁的情景。

隔天，她告訴我們：「沒事，我很好，不用擔心我。」可是，我好想告訴她，你的情緒透露出「防備」。後來，她去了保健室，就在此時，我知道了，原來，她患有癲癇。她覺得自己跟別人不一樣，她怕大家用異樣的眼光看待她。她不要成為「特殊」的人，她想要成為「一般人」。

時光流逝，當我在會考後問她：「你現在如何？」她說：「我過得很好，別擔心。班上的同學依然是朋友，沒有異樣的眼光，我很快樂。」我知道，她看開了，她不再糾結，自己因為有癲癇，而覺得跟他人不同。畢業那一天，她告訴我，「我跟大家一樣，沒有什麼特別的，別人能走的路，我也能走，將來的我，會在其他地方大放異彩，展現出我的光芒。我要去修日文，未來說不定可以當你的翻譯官喔!!!」。

人生很奇妙，故事停留在兩年前，兩年前的我，下定決心，報考護專。從那一刻開始，我知道，我要比別人來的堅強，因為我想要守護我的朋友們，我想要讓他們知道，我所說的，絕不是癡心妄想，夢想隨時可以開始執行，只要有夢，就去追尋。

關懷癲癇，或許一個課題，會是前進的動力，從不了解到知道成因，每一次都在成長，更靠近、更接近癲癇，關懷——行動做起。一步步地向前，知道該怎麼幫助，那些在深處黑暗的人；知道如何敞開心胸，接觸不是那麼的簡單。困境，讓我們知道面對，不能逃避。

故事的完結，也是我們走向另一條康莊大道的證明，一篇故事的完結，帶來了新的篇章，我們的故事不會停止，因為每一本都是奇幻大冒險，訴說著未來，我們尋到有光的地方。

迷失的方向

曾經迷失的方向

找不到存在的地方

想要追尋 卻跌跌撞撞

一路上 找不到 屬於自己的地方

身在黑暗 看不見光

只知道 我是一個人 好想 好想

每一次 每一次 都需要有人 照亮

迷茫 迷失了方向

害怕 異樣的眼光



我跟別人不一樣
迷失的方向
誰帶領我前往 有光的地方

許久 找到了太陽
絲絲的溫暖 指引我 走到正確的地方
唯有堅強
才能面對屬於自己的茫
乘風破浪
沒有異樣的眼光

好像 站在舞台上
光芒 是自信的力量
也許過往 曾有迷惘
如今 已找到方向
夢想 不會是妄想
而是向前 擁有的力量

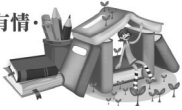
最後的篇章
不會停滯 會前往 正確的康莊
也許夢想
會因前行 而有所不同
不管怎麼樣
有光的地方
就有我的芒



編者小語：

家琦小朋友，您寫的詩，非常的美，相信可以帶給癲癇朋友們正面

的看法及鼓勵。我們更期待，您從護專畢業成為了護理專業人員之後，
能夠投入協助癲癇朋友的行列。



社會朋友 | 高中組 佳作

癲妹癲弟

李旻翰

我們家一共有五個人，一直以來都是相互扶持，至今依然如此，我相信只要我們家人不放棄，任何的難關我們都將一一克服，加油！

在妹妹小二放完春假回到學校上課時，遭遇到她永難忘懷的傷痛，就是校園意外，這個傷痛造成了現在的創傷後的癲癇，目前持續用藥中，在這幾年中我常常目擊到妹妹是如何的發病，有時因旁人的誤解病況而產生壓力，進而造成發病，有時又因天氣或感冒產生而發病，妹妹的發病並不像天生的癲癇患者，所以有老師及同學會誤解，造成她被排擠及言語的霸凌，她卻不因此而放棄，儘管她發病後會有些許失憶，她仍加強學習，所以她獲獎無數，她說過「沒有不可能，只要我願意。」今年妹妹也如願考上她理想中的學校，加油！

提到我的弟弟，他從小就是一個自閉兒，他原本的智商非常高，早療治療師曾對父母說過：弟弟有過目不忘的記憶，要好好的栽培他的才能。但就在一場車禍中，弟弟被迎面而來的機車從頭迎面撞擊，當場昏迷倒地，因這場車禍所造成的後遺症，導致現在的創傷後癲癇，但是他的癲癇又與妹妹不同，弟弟會流鼻血、頭痛、短暫的失明及失聰，到最後是無力倒地，他從小對痛覺就比人遲緩，所以等到他知道痛時，往往都是需要到院治療，雖然他的智商有些退步，但是成績卻是我們家小孩最好的，他說他不想被癲癇給打倒，因為如此，他們班導常以弟弟為榜樣，要班上同學學弟弟的求學精神，我也以弟弟為榮。

雖然我們家有兩個癲癇患者，但是我們也是從無所知進而到現在的接受，我希望大家不要一聽到癲癇，就露出鄙夷的眼神，癲癇真的不可怕，相反的我們要學學他們的學習精神，以及用心的對待及陪伴。



編者小語：

旻翰小朋友，講起來真的是有那麼一點不幸運，您家裡面竟然弟弟和妹妹兩位都罹患癲癇。但是，這讓我們想起一句話，”天將降大任於斯人也，必將苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚……”。也許，您會覺得這是陳腔濫調，但是在人生的路途上，這個卻是永遠不變的真理。您正因為有了這些考驗，在成長的過程中一定比其他同年齡的同學們來的成熟，也更有同理心，長大之後一定更能提供協助給社會上有需要的朋友們。有失就有得，不是嗎？



社會朋友 | 高中組 佳作

“癲”覆想像

黃小菱

「砰！」安靜的教室裡，傳來一聲悶響，大家不約而同轉身查看，「啊！有人昏倒了！」只見那位同學筆直地躺著，好像時間暫停一般，擺著同個動作，突然間，他開始大幅度地擺動手腳，翻著白眼，發出斷斷續續的呻吟，讓大家更驚慌了！「同學們不要緊張！快把桌子移開！」老師見狀，趕緊安撫大家幫忙。他脫下外套墊在那同學的頭底下，並鬆掉他制服的釦子和皮帶，「老師...不是要塞東西到他嘴裡嗎？」「不不不，千萬不行。那是錯的！其實他們並不會咬斷舌頭。硬塞進去，反而可能弄斷他們的牙齒。」這時我也驚覺，自己對「癲癇」有多大的錯誤認知，以為在救他，其實是在害他！

過了一會兒，他的動作漸漸地緩下來，似乎是睡著了，老師去通知了家長和救護車，保健室的人也到了，他們小心地讓他擺好「復甦姿勢」，那是避免昏迷的人被自己的分泌物嗆到，甚至是窒息。事後知道，那是他是第一次發作，原因是考試壓力大，缺乏睡眠，又沒吃早餐，種種因素下，觸發了癲癇，所以不注重健康，是誰都有可能發作的。最神奇的是，他竟然完全不記得事發經過，只知道醒來時很累很累，現在有在吃藥控制，定期追蹤，也學著調適自己、釋放壓力，降低癲癇發生的機率。

不管在任何場合，看到有個人突然倒下，還擺出不自然的動作，像是電影裡可怕的喪屍，通常會避而遠之，事實上，那是因為大腦不正常放電造成，個人無法控制，過程中如果沒有人幫忙，也許會弄傷自己，協助方法很簡單：移開附近的物品、幫病患的頭墊東西保護、解開身上束縛，在旁等待放電結束。最重要的是計算發作時間，超過5分鐘，或短時間反覆發作，就要馬上送醫，那可能會造成缺氧及不可逆的腦神經

受損。全世界約有 5000 萬癲癇患者，台灣約有 10 到 20 萬左右，每 115 人就有 1 人，不算少見。然而，多數人對癲癇仍缺乏正確觀念，往往患者受到羞辱和歧視，比癲癇本身更加難以治癒，有些人甚至不敢尋醫治病，只因為不想讓人知道自己有這種病，成為偏見的受害者。扭轉世界，從自己開始，當有人癲癇發作時，請用冷靜取代恐慌，關懷取代排斥，幫助癲癇朋友們，平安度過難關。



編者小語：

小菱小朋友，您在文章裡面所寫到的處置都很正確，特別是提到計算發作的時間，如果發作超過了 5 分鐘，或者短時間之內反覆發作，就要馬上送醫。需要緊急送醫最主要的原因，就是怕反覆的全身抽搐導致了腦部的缺氧，而留下永久的傷害。其他必須馬上送醫的情況還包括受傷，例如懷疑有因為發作而跌傷骨折、顱內出血、或者有撕裂傷而必須送醫縫合。



社會朋友 | 高中組 佳作

癲癇

賀立綺

別稱腦癇、羊癇、羊癲瘋、羊角風、豬腳瘋、發羊吊，是長期性神經系統疾病，以抽搐為特徵，可由腦電圖確診大腦皮質神經細胞異常。癲癇大多數的病因是遺傳性、器質性精神病，或代謝異常。少數病例由腦部外傷導致，如：中風、腦腫瘤、服毒或酗酒，但不會因為感染而引發。癲癇是無法由根部治療的，但 70%抽搐發作可由藥物控制，若藥物無法控制，可由外科手術、神經刺激療法或改變飲食，達到無需服藥的水平。

癲癇的發病率會隨年齡增長而增高，癲癇的主要特徵是長期反覆發作抽搐，發作後，正常意識水平恢復正常前，通常會有一段意識混亂的時期，此階段通常長 3 到 15 分鐘

在心理社會面癲癇可能會在社會支持和心理福祉上造成負面影響，包括被他人孤立、羞辱，或肢體殘障。也可能導致較低的教育水平和就業不易。患者常有學習困難的問題，尤其在患有癲癇的兒童身上。在公開場合發作，可能對患者與家庭帶來異樣眼光。

面對癲癇的突發性的發作，以及其常見的一些症狀導致很多人存在對病人的偏見與歧視，或遇到突發病人後陷入驚慌狀態不能及時給與援護。旁人（包括醫務人員在內）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。發作時為避免病人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。癲癇發作的導因有：

1. 酒精：因此包括任何含有酒精的飲料都要禁止。

2. 情緒激動：過於興奮、緊張都易引起癲癇發作。

3. 頭部創傷

4. 拍打孩子頭部：經常拍打孩子的頭部會導致孩子顱內出現出血，久而久之就會形成疤痕組織，這些疤痕組織一旦遇到誘發條件就很可能會出現癲癇發作。

5. 光刺激：1946年W. Grey Walter在科學雜誌《自然》(Nature)上發表的文章中指出，每秒鐘20-50次左右的光線的明滅會引發病症。1997年日本動畫片《神奇寶貝》(ポケットモンスター)由於放映中出現的強烈光線明滅效果曾導致眾多兒童發作癲癇，引發了社會問題。

6. 過度呼吸、睡眠不足

7. 腦中風與癲癇：中大腦動脈栓塞的病人在腦中風後的恢復期間易發生癲癇，通常由癱瘓的肢體開始抽搐。

8. 腫瘤、感染、熱性痙攣

9. 退化性疾病：阿茲海默症、多發性硬化症、畢克氏疾病(Pick's Disease)

請大家多多關懷，用同理心去面對，人間有情，不應用異樣的眼光去看待，了解癲癇、認識癲癇，也請尊重他人，讓人世間處處都有溫暖。



編者小語：

立綺小朋友，從您的文章裡面可以發現，您花了蠻多的功夫去尋找關於癲癇的資料，特別是癲癇的原因和誘因。這就是我們每一年都舉辦徵文比賽的目的之一，就是為了讓同學們或者社會人士們能夠藉由參加



徵文比賽，查閱癲癇的相關知識，獲得正確的資訊，更正過去錯誤的印象，進而影響其他的社會大眾。

社會朋友 | 成人組 第一名

繭之生

陳宥臻

大學那年的暑假後期，和以往沒什麼兩樣，我依舊是在傍晚泛股涼意的黃昏時刻，準時至光影交錯，映著青春就是敢滿溢熱血的大學操場報到，大部分是不認識的熟面孔跑友，活像太陽家族裡的星體們，我們全以中央草皮為基準的逆時針轉著圈圈，賣力堅持強健腿力與增大肺活量的長跑運動。高聳頂天的大王椰子樹群是個里程碑，記錄下所有我跑過的足跡，同時鼓勵我再多看看幾眼大王椰子樹，繼續多跑幾圈下去的動力。

不過，自那天過後，吸引我的大王椰子樹群，替換為藏匿樹蔭中，一個蜷背的黑色人影，跑過激勵的一圈圈，逐漸昇華為好奇的一圈圈，看起來是大學生，但他單單只是坐在那裡，沒穿運動衣，甚至穿得對運動場來說過於拘謹的存在，頸上無汗，雙頰無紅通過的模樣，兩眼眸子雖是隨來去的人群飄左晃右，卻會在某些不經意的瞬間，瞄見他滿臉哀戚的好似自己是被巫婆施上永生不得有快樂摻入的神情。暑假後半段的每一天，他都會獨坐那兒很久，久到我總會跑超過先前的極限。

好一個神秘男子。

就在開學日當天，我匆忙踩下最後一聲鐘聲，臨門一腳地趕上班會課點名之際，一個不曾聽過的名傳入耳中，大嗓門很快發出「誰啊？班上沒有這個人啊！」的抗議聲，班導師順勢站起身來，請新來的轉學生上台進行自我介紹。

他的手腳抖得很是厲害，聲韻組成好聽的名，彷彿一眨眼間的曇花，隨他繃緊的囁嚅聲中，幻化為底下一片的窸窣，仁慈班導好心幫忙做結



尾，處在困惑中的全班，依舊給轉學生一個歡迎加入大家庭的熱烈掌聲。

好一個神秘男子。

剛開始，大家還是有人情味的，會和轉學生說早安、道再見，分組時候轉學生總是熱門人選的冠軍，但隨新鮮感逐漸消逝，新玩具慢慢玩膩，幾個星期過去以後，一直有人坐著的轉學生隔壁，突然間空出位子來，話說這也不能怪同學，我經常瞥見熱情搭話的同學，對著轉學生如電流竄過般的顫巍巍深感到疑惑，在安全領域下的回答等於沒有回答，自然沒能滿足人們天生內心的渴望，尤其是那張瓜子臉上，緊張兮兮的紅暈老是一路起漣漪的從雙頰泛到耳根子去。不過之後的每節同堂課，我總會太過刻意的坐上轉學生隔壁的位子。

在我心中，轉學生是個活生生的活寶藏，一層層的鎖鏈將秘密寶藏隱密的埋，極周到的在外頭又多加了好幾百道的密碼鎖，秘密愈多，我愈想慢慢的挖，恰似名耐心過頭的偵探，卻在連個秘密瞧也沒瞧我一眼間，我在其他同學很一致的不打擾我和轉學生的分組，不插入我不斷和轉學生的嘖嘖喳喳，還有許多吃飯、一起走向同堂課的累積時間中，從僅是為挖寶而大喊聲芝麻開門，逐漸演變為對轉學生產生莫名的好感，蝴蝶效應擴散的疾速，自然間，我們同時牽起彼此的手，成為明顯過度壓抑的班級中，唯一被公認的班對。

好知心總笑我們是老夫老妻，她的男友是熱音社社長，成天貝斯不離手，rock 的很，原本我也是會和朋友一路上扯東扯西，最愛講的那隻小麻雀，現在和男友走到哪，就只是相牽互感受彼此溫度的手，一路上只是靜靜，和男友走在一塊，莫名的安心像是在富滿書香味的房裡，享受書裡世界與咖啡雙重伴奏的暖呼呼。

唯獨每晚固定時間慢跑這事，我百思不得其解。風拂著愜意，順著我身體兩旁掠過，男友依舊坐那排椰子樹的陰影下，又是一次次那個悲傷異常，被施巫術般的哀戚神情，總會瞬間重啟我久沒撥弄的偵探之弦，像當初一樣，我會多跑個幾圈，跑過超越極限中的極限，跑到早預期明

天肯定是鐵腿狀態，跑到滿臉暈著紅暈，好似灌了瓶威士忌的酡紅，依然不解。

我也曾邀男友和我一塊跑，撒嬌、慫恿甚至連哭戲都搬上了，男友臉上仍是掛起又是這個時代下常有的秘密很多，又秘密全不能說出的淡淡一笑。「我坐這看妳就好。」即便我倆是根成天膩一塊的麥芽糖，即使是在小小的牙縫中也要緊緊的黏，但我們之間終究還是存在著，在微觀世界中看來是巨人族的分子、原子的距離，存在不怎麼積極辦案，又不怎麼厲害的肉腳偵探，和一樁難度是千萬年才出一次的難解密室之謎的這種關係。

某些辦案人員身上會有股易吸引亡魂接近，進而得到破案關鍵的神奇體質。那晚跑步過後，和男友在一同走回租屋處的路上，會經過條右旁是高聳的樹，左旁是老舊建築的小徑，是條必經之路，難以繞道而行，每行過此幽暗的彷彿地下人會突然甦醒復活的來路上晃晃，男友會像名母親一樣的更加緊握我手，猝然，男友的手放鬆開來，整個人往地上倒去，雙手雙腳不自然的痙攣僵硬，雙眼眼白佔去靈魂之窗的大半空間，嘴巴吐著白沫，層層開鎖的鑰匙一瞬間橫擺我眼前，一道道本堅固鎖著的牆門，瞬間同俄羅斯娃娃般，一門接一門的揭開。我意識到，這和國小小時的那位癲癇同學一樣，比照當年班導師所教，先鎮定己心後，將掛頸上的柔軟毛巾墊於男友頭後，免得讓地上石子、樹枝等尖銳物品傷害頭部，不強壓男友抽搐的四肢，而是鎮靜守在一旁，雙眼來回留意男友狀況與滴答的時間，專注看發作是否超過五分鐘的送醫底線。小學那位同學第一次發作時，原本我好心照母親叮嚀的要塞條手帕至同學嘴中，竟被老師阻止，事後我才在老師的教導下，得知母親說得往嘴裡塞東西的作法，是極為有可能造成發作者窒息或牙齒斷裂的危險舉動。

待男友身體不再抽搐後，我讓男友轉為側躺，抬高男友的下巴，好暢通呼吸道。一會兒的時間後，男友迷糊的睜開雙眼，我話還沒說出口，男友便從地上猛然爬起，怎麼也不理會我的呼喚聲，敲響在灰姑娘心頭的凌晨零點似的，頭也不回的將我遠拋在闕寂的巷子裡。



之後的一連好幾天，我在毫不知情的情況下，被男友迴避的厲害，不只是問號句的已讀不回，坐他一旁的座位他便離開，朋友都認為我們分了，且分得不乾不淨，在朋友眼中我是被拋棄的可憐鬼，是在分手後還不斷往男友身上黏的恐怖情人，但我什麼也不知，沒收到分手文，沒聽到分手話，兩人突然之間的風雲變色，我變成個好荒涼的存在。

搞得步也跑不下去，卻是經常坐大王椰子樹下的陰影沉思，期待突然回過頭去，看到他對我淡笑的臉，失望落空早成為常態，腦袋瓜中的死結愈想愈是纏得死死，這疙瘩是從那晚他癲癇發作，才開始重壓上心頭，肯定是癲癇這個他不願告訴我的秘密在暗中搞怪，我失眠躺床的怎想就是想不通，最後索性不想了，在天尚未泛白光的凌晨時間，逕自騎車奔向他的租屋處。

眼前的他依舊沉默，直到癲癇這兩個輕到不能再輕的二字，如開啟的水閘，他的眼淚這才頓時洩洪，開始慢慢自繭中爬出，卸下心防的一字一句吐露我不曾想過的事。

小時候，自從男友的父母意識到自己兒子患了癲癇這病，成天將病的起因攬在他們自己身上，尤其是在男友發作過後，父母親更是邊驚嚇拍胸，邊滿臉淚流的抱著男友痛哭。深怕癲癇會奪去男友性命的母親，自男友上小學開始，即便有富專業知識的老師、醫生的勸導，但男友母親依舊堅持己見，拿出許多過去因運動中癲癇發作，而不幸離世的例子，過度保護的不讓男友參與班上任何體育活動，老師也是會怕的，因此，體育課時的男友常是坐角落，看球來來去去，看人跑過一圈又一圈的孤單存在。「因為癲癇，一直以來不斷帶給周遭人困擾，我不想要再將困擾帶給妳了，不想要再帶給妳麻煩了……。」

內心愧疚油然而生，和男友相處這麼多時間以來，卻壓根兒沒意識到在男友心中存在著這麼一個，厚實難破的繭，男友將自己縮在繭中，暗自承受癲癇這伴隨一生的病，害怕揭開秘密後的內疚，變得不與他人交往，將心房用巨人級的高牆給層層環住。

但是，癲癇不會是一輩子的惡魔，我和男友說，藉由定期回診和醫生進行積極的商量，並按時服藥，癲癇會變成一位心中的良友，甚至有癲癇痊癒的可能性，不是和癲癇惡性抗爭，而是視癲癇為生命中的難得巧遇，尤其有些藉由調整自我飲食習慣，以及運動的方式都是能夠幫助癲癇患者穩定病情，進而逐漸痊癒的方式，但在做任何改變前，一定要和醫師事先做討論，像是在運動這塊上，規律的運動可預防發作，不頻繁發作的癲癇患者，與較為經常發作的癲癇患者所能接觸的運動便不同，我向男友解釋：「像你久久才發病一次，屬於較不頻繁發作的癲癇患者，因此跑步、籃球、排球、乒乓球這些運動，是可以參與的，不過像是潛水、攀岩、拳擊、柔道等較激烈，具危險性的活動則不適合參加。」

男友開始逐漸停止啜泣，兩眼專注，聽得頗為入迷，「游泳呢？從小游泳課我都是沒下水的那個。」我娓娓道出國小課堂上老師為全班進行的癲癇介紹，事實上癲癇患者是可以下水游泳，只要戴上易於救生員辨認的紫色泳帽，並事前告知救生員，且一定要有親友陪伴，有意外發生時候便能即時救援，如此便能在水裡自在的燃燒熱量，不過，我也提醒男友，凡事得先和了解病情的醫生討論過後，如此會更有保障。

「改天我們一塊兒去游泳，可別小看我，我可是海豚級的游泳高手，不過現在，能夠陪陪我，去晨跑嗎？」

這回男友不再露出那抹承擔的淡笑，點了點頭。

我牽著男友的手，從慢走開始，逐漸加快步伐，最後成為定速度的慢跑，我聽見一旁男友呼吸穩定的頻率，頓時感到幸好這晚想著這事，想到難以入眠；幸好這晚我不給自己找任何藉口，厚著臉皮的向男友租屋處狂奔；幸好這天有美好初曦陪伴的早晨，我能夠不再是自己一個人，而是有男友相偕的晨跑。這彷彿是個莊重無比的和解儀式，一切就像是一連串的奇蹟，使我在男友開朗說出，「沒想到跑步這麼舒服。」後，忍不住眼淚啪嗒啪嗒散落一地

男友給了我一個大擁抱，「以前我的同學可常常因癲癇捉弄我，使



我常想啊，是不是一覺醒來，我就會和誰交換身分，這病就會消失不見，但這幻想哪比得上妳的一席話，別哭了啦！」我邊哭邊拍男友的背，「我當老師以後，絕對不會讓這種事情發生，學校是來打破無知的，而不是樹立無知的。」

抬起下頰，我望向男友的眼，伸出手，鄭重的問：「可以和我一起跑到永遠嗎？」男友回了我淡淡的一笑，「如果妳不嫌棄我的話。」

「你放心，」我十指緊扣著男友，「我愛你都來不及了。」

自這次的晨跑事件後，我和男友直至畢業，一直保有老夫老妻的稱號。但我絲毫沒料到在畢業以後，我卻被高濃度的死亡氣息團團圍住，身旁的親友一位接一位的病死、意外死，這團灰色死亡纏得我將近窒息，除了憂鬱外，還伴隨著頹廢。這段時間，男友依舊默默守在身旁，無微不至的安慰，默默忍受我又踢又踹中，或揸或拉著我到操場上跑步散心，說服倔強的我搭長途公車，去欣賞一直沒能看到的黑面琵鷺，陪伴我的體溫和暖呼呼的手掌心，讓我本是無奈被現實擊垮，滿身瑟縮地躲在角落，不想面對那座看起來高大不碎的牆，因男友的牽引，男友的陪伴，而開始一磚一瓦地敲，整片牆逐漸粉碎地散落一地，回過頭，男友總會給我那抹安心的微笑。

如今，我們長跑的愛情終於在牧師見證下，修成正果，結婚後，我們依然是同事們眼中的運動夫妻代表，依舊在每天的固定時刻，報到於永遠青春熱血的大學操場上，人影相伴的慢跑，直至我們成為一抔黃土前，我們會一直的跑到永永遠遠。



編者小語：

宥臻大朋友，這是一篇很感人的愛情故事。讀完後印象特別深刻的是，您文中寫到男友母親總是過度保護不讓他參加班上的任何體育活

動，因為她認為在過去曾經發生過許多因為運動中癲癇發作而不幸離世的案例。您知道這是很不正確的，因此您鼓勵男朋友多運動。

誠如您所言，跑步、籃球、排球、乒乓球這些運動都是可以參加的，而且也可以下水游泳，只要有親友陪伴並且注意游泳的環境安全，不過像是潛水、攀岩、拳擊等較激烈具有危險性的活動就不適合了。希望您能夠繼續把這些正確的觀念散播到社會的每一個角落。

也要祝福您們兩位白頭偕老，永浴愛河。



社會朋友 | 成人組 第二名

梅子黃時雨

李俊保

每當梅雨季節，梅米糕的香氣便會四處飄逸，這家家戶戶中，數小燈家做的最好。

小燈和我不是一個村的，她在張橋村，我從沒見過她，但我始終想叫她姐姐。她永遠是十里八村第一個做梅米糕的人，香氣傳來，村裏的婦女知道該做梅米糕了，也會陸陸續續地蒸糕，阿娘的梅米糕總是有股梅酸味，小時不喜酸，便總是哭著鬧著要吃小燈家的梅米糕。

每逢這時，爹娘便會說：“小奴子莫要出門，吃人鬼（大陸人對癲癇患者的稱謂）逮住妳孀！”

聽村裏阿嬤說，小燈姐姐原先有個女娃娃，但是因為她生產後的第二日沒有去侍奉公婆，菩薩以她不孝之名大發雷霆，在一個深夜帶走了她的女娃娃。小燈姐姐因受到刺激，大病昏迷了三日，昏醒後便成了“吃人鬼”。

不會的，她能做出那甜甜的梅米糕，菩薩怎麼能讓她傷心？此後，我便對菩薩隱隱地恨起來，每月初的供奉我都不隨父母同去，這種不分是非菩薩，要她有什麼用？

那年梅雨來的晚，七月方到，田地裏無端生出許多雜草，爹娘去地裏拔秧，留我一人在家。絲雨綿綿，霧靄重重，梅米糕的香氣從窗外傳來，似是無形中的指引，指引我去見小燈姐姐，我這裏有育兒堂的小人書，要一起帶著，讀給她聽。披上蓑衣，沖出滋生隱晦之氣的木門，我就像初生的雛兒第一次逃出牢籠般激動，逃離帶來的快感像是要溢出，腳底泥濘飛旋，心跳撲通、撲通，跑過水澗，越過土堆，於混沌中飛速

前進。

我，終於可以見到小燈了。

有個半時辰，原本崎嶇的江南小道趨緩了不少，踏步於小徑，我開始幻想小燈姐姐的模樣：約麼是彎彎的月牙眼，一口潔白的牙齒，她還會穿著淡紫的碎花布衫，一襲燈芯絨的黑色長褲，最好是再穿上翠綠的小布鞋，就像是承熙竈王娘娘的尊石小像。

我極速奔跑著，直到嗅到壹絲梅米香才停下來——這裏已經不是我們村了。我面前有一棵皂角樹，皂角樹底支著一個小棚子，底下坐有很多老頭兒和老姆，他們打著蒲扇，眯著眼睛，似乎連皺紋都被濕潤的雨氣撫平。

我才不會停下來玩，我是來找小燈姐姐的。我離開皂角樹，跟隨著那糯米的香氣，開始往前走。實在是太遠了！我得走了七八個巷口，連人影都找不見了，才撞見那扇門：有糯米的香氣從門內飄蕩出來。

我在門前佇立。

小燈家的門似乎是經歷了太多的風吹雨打，陳舊的木門散發著潮濕的氣息，陰暗中腐化滋生出片片蛛網，木門外漆駭人：明明是辟邪的紅酒木，卻活生生地被洗禮成紫眼的黑紫，氤氳中赫然佇立。

我走進去，有糯米香。

屋檐下，只能看見她的背影，灰麻的粗布衣裳，像是腐爛的秋葉般裹在身上，單薄的雙肩在其中上下擺動：小燈在砸糯米。石溝碗裏糯米微透，白白的，軟軟的。似乎是聽見響聲，她回頭，停下手上的活，細細看著我，繼而癡癡地笑起來，她問我：“小奴子約麼多大？”

我心裏是高興的，但還是有些緊張，所以並不敢直視她，只是輕微挪動了一下身子，看向碗裏的糯米：黏黏的，透。

她從碗中摳出一塊兒糯米放到我手中，繼續看著我。在她的注視下，



我將糯米放入口中：粘牙，似乎並沒有什麼特別的。

她還在笑，露出兩顆小虎牙。真好看，我以前喜歡過同桌小蘭，她也有一對小虎牙，我覺得，有小虎牙的女生都很和善，像糯米黏糕一樣有魔力，讓人覺得親近踏實。

我咽下糯米糕，也沖著她笑，看著她的小虎牙，雖然心跳還沒有平緩，但還是輕輕地叫了她一聲：“燈姐姐~”

不料她卻突然暴怒起來，歇斯底裏地大叫，她用雙手緊緊地扣住我的肩膀，來回搖晃，在我耳邊喊著：“叫阿娘！叫阿娘！”我被嚇住了，連哭都忘了，口中的甜味還沒淡去，我害怕了，小燈姐姐不應該是這樣的，我想起娘說的吃人怪，想起去年秋天走失的二狗，太嚇人了。

我還想起育堂老師教的拳法，於是狠狠地朝她捶打。她怔了一下，隨即鬆開我，蹲坐在地上看著我，眼中滿是落寞，她喃喃：“妳怎麼可以打阿娘。”

是啊，我怎麼可以打燈姐姐，我覺得自己不應該打她，我實在是太壞了，今年肯定評不上三好學生了。

不過，雖然我很自責，但是我還是跑了出去。

我覺得小燈姐姐沒有我想的那麼好，起碼和承熙竈王娘娘差很多，她怎麼能教我叫她阿娘呢？真是個嚇人鬼！

跑出來後我又遇見那棵皂角樹，底下的老頭和阿嬤開始對我指指點點，隱隱能聽見他們說我是瘋子。雨越來越大了，我把手伸進衣兜裏，小人書已經濕透了，有水珠從臉上滾落，我覺得自己哭了。就在這時，雨突然停了，我擡頭，看見小燈拿著蓑衣撐在我頭頂，有梅米的香氣。指點的聲音越來越大了，我能清楚地聽見那些字眼，但小燈好像完全聽不見一般，她一手支著蓑衣，一手推著我向前走。

每經過一間房舍，原本大敞的門就會即刻關上，緊閉地死死的。“瘋

子！”男人們勞作疲憊地趕回來正巧撞上，惡狠狠地要唾碎一口銀牙。

她並不以為意，抖了抖袖子，哼著歌向前走去。有孩子聽不太真切往窗外使勁兒探頭，被女人見了用力揪回來。

“聽什麼聽什麼，妳也想成為瘋子！？”

我就這樣在她的蓑衣底下蜷縮踱步。

不久，到了村頭，她把蓑衣給我披上後看了我一眼，之後便頭也不回地走了。我知道，我可能再也看不見小燈姐姐了。臉上熱熱的，我哭的更厲害了，梅米的香氣消失，我轉身向家跑去，一直跑、一直跑，比之前跑來的速度還快。這一次，很快我就看到村子了，我穿過田埂，找到拔秧的爹娘。爹娘看見我，喊了一聲什麼，我沒聽清，幹脆大哭起來，後來，便記不清了。

記憶中一片混沌，我隱約聽見娘的哭聲，旁邊是雪奶奶，我之前聽她念經很多次，她的聲音我記得很清楚，噤噤喳喳，噤噤喳喳……

半夜我醒過來，娘哄著我問出門幹什麼了，我沒敢說。

之後聽村裏人傳言說，觀音菩薩下凡附到我身上，爹娘拿了兩張十斤的糧票和三張五尺的布票給神婆才破了災。

往後的日子裏，我沒再見過小燈，也沒再多去想她。但是讀書多了之後再回想起她的故事，總是隱隱覺得心疼：她的癲癇本可以醫治的，卻無白遭受了那麼多的非議……

又過了幾年，我考上了大學，便離開了那個小山村。

後來聽說，癸卯年的梅雨之季，小燈下河救孩子。

斃了。

註：作者為大陸身份的赴臺交換生，有幸在臺灣讀書。雖然本文的主角和發生地都在大陸，但是看到徵文比賽後依然頗有觸動，希望自己



的淺薄文筆能為關懷癲癇病人貢獻一絲微力。



編者小語：

俊保大朋友，歡迎您來到台灣讀書，為我們寫了這麼一篇富有當地風土民情的文章，讓我們對於大陸鄉下的風俗多了一份認知。最後也要恭喜您，獲得第二名的殊榮。

社會朋友 | 成人組 第三名

「騏」蹟

陳理慧

坐在講桌旁的王騏側著頭，用手摀著左眼，拿起鉛筆盒裡的薄荷棒插入鼻孔深吸了兩下，接著又用手狂敲自己的太陽穴…。

王騏，駿馬名，從名字便可了解父母的期盼。外表較一般高中男生瘦小，滿口的江湖氣味，似乎在掩飾外表孱弱的不安。坐在講桌旁的他常打瞌睡，眼神滿是無奈與不安…。

距大學學測不到百日，同學們無不枕戈待旦。午後的第一節模擬考國文寫作，教室內一片靜寂，只聽聞沙沙筆聲。當我走到教室後端監考時，前面忽然轟然巨響：講桌旁的桌椅倒下，女同學驚慌尖叫…衝向前只見王騏倒地、哭叫、肌肉僵直，繼而在地板上抖動…急令同學把桌子移開拉開，捲起運動外套墊在王騏頭下…約莫兩分鐘，抽搐停止，王騏臉色慘白…。

兩名同學將王騏攙扶到保健中心休息。安撫學生後，繼續完成考試。

下課至保健中心，只見王騏滿臉疲憊、似乎因頭痛而不發一語。王媽媽已帶換洗褲子到校，護理師建議讓王騏睡一下以恢復體力。

隔日上課，王騏請了假在家休息。「好，請大家翻開第七課，萬鴉飛過廢田…大家知道嗎？其實，偉大的梵谷也是癲癇患者。癲癇這疾病病因不明，是腦細胞在短時間內過度放電，所產生的暫時性腦功能障礙。沒有人能保證自己的腦不受傷，所以頭部受傷、遺傳和腦炎等都可能得到癲癇。」

「老師，我聽說在癲癇病患發作時要將筷子或湯匙塞進病人口中，



是嗎？」靈巧的班長提問。「千萬不要！萬一筷子折斷或刺傷口腔牙齒斷裂，會更難處理。」「老師，那我們要壓住他，不讓他抽搐嗎？」班上的魯智深說。「不！癲癇發作時病人是無意識且無法壓制的，所以不必企圖喚醒病人，更不要強壓。」「請大家看課文，作者在文中提及：許許多多在生活上盡一己之力、真誠而熱烈的人，總是不見容於社會，常常有被消滅的恐懼，以及自我消滅的傾向；而他們是最純粹、最無害的人！是啊！因擔心不見容於社會，而常有被消滅的恐懼。對於癲癇病患，我們是否應有更多的認識與關懷呢！」

翌日，王騏到校。下課後照慣例總愛找我閒聊。「老師，昨天作文的題目竟然是：我看寶可夢。抓寶就抓寶，還要學生寫出感受與領悟，鬼扯什麼年輕人只重小確幸乃國家大不幸，真受不了你們這一些文青…老師……嗯，您昨天有嚇到吧？其實，我對發出十萬福特閃光的神奇寶貝是有陰影的…那時我五歲，第一次發作，我好害怕，但更怕看見爸媽失望的表情…我是父母渴望已久的獨子，卻因早產而體弱，大病後奇蹟活下，便取名為騏，一方面視我為生命之奇蹟，也期盼我長大後可為王之騏驎。學測就快到了，背負著家人的期待，前晚熬夜，又特別緊張…」

「老師知道！老師的眼睛也不好，我也曾感傷，但後來釋懷了！既然不可避，那麼就和疾病和平共處吧！定期返診、按時吃藥、與醫生做朋友，有75~80%的病患可獲得良好控制並痊癒。樂觀曠達、坦然自適地面對人生，一切仍可盡其在我的。」王騏笑著說：「聽說梵谷也和我一樣？」「是啊，還有你的偶像拿破崙也是啊。他們皆可留名於世，為何你會越不過學測這一關呢？」班長和魯智深湊上前來，拍著王騏的肩。「加油！我們一起！」第一次在王騏的臉上看見了安心的笑容。

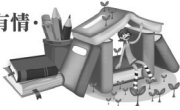
四個月後。LINE傳來訊息：老師，我在校門口，要趕早上八點的課，不進去了。警衛室有淡水魚酥，很好吃喔！教師節快樂！



編者小語：

理慧大朋友，從文章裡可以看得出來，您應該是一位很有愛心的老師。讀完您的文章，印象特別深刻的地方，是王騏說他對於發出十萬伏特閃光的神奇寶貝是有陰影的。這可能意味著他對於光線比較敏感，可能曾經因為強烈的閃光而誘發出癲癇的發作，這種叫做”光敏感性癲癇”，絕大部分都是屬於良性的。

歷史上最著名的光敏感性癲癇，就是發生在西元1997年日本東京。在這一集的卡通片中，神奇寶貝放出紅藍色彩色的強烈閃光來消滅後面跟過來的敵人。有七百多位小朋友在看了這個卡通片之後，引發了癲癇發作和偏頭痛，造成許多人必須緊急送醫。



社會朋友 | 成人組 第三名

宿命的輪迴

陳柏翔

「叔叔，媽媽說我的腦袋會放電吔！」孩子稚氣地指著自己的腦袋瓜說著。你看著眼前這五六歲的小男孩，那眉宇間依稀有著他的神韻。輕聲一嘆，你俯身摩娑著孩子的頰，柔聲的說：「沒關係，有叔叔在，一切都會好的！」

「一切都會好的！」這句話彷彿開啟時光倒轉的旋鈕，攸關他的一切潮水般急湧心頭。甫自求學時期，你倆就因「癲癇」而結緣，匆匆一瞬已廿年的光陰。「瘋仔」、「康安」的鄙言，安於你倆的身上，幾乎未曾間斷。

想起初識之初，你剛轉入他們校園，對於不熟的环境，致使你自卑的性格愈發顯見。更因自身的「妥瑞氏症」，那些傷人的言語，在在如針般猛戳你已然千瘡百孔的心。

對於這一切，你認命似地選擇默然，猶如宿命的輪迴般，無論你置身何處……驀然，自教室後方傳來一聲巨響。「砰！」緊接著是同學們一陣驚慌。你扭頭一看，赫然見到已倒地抽搐的他。長年出入治療「妥瑞氏症」的你，早聞「癲癇」病友說過他們自身的病症及應對方式。見狀，你竟無絲毫慌態地挺身而出，熟練地將其四周清空、墊高其頸，讓其咬住衣物等，數分鐘後，他才緩緩轉醒。至此，你方覺眾人叫他「瘋仔」的由來。

「瘋仔」、「康安」，多麼匹配的貶義詞。你看著他，恍若一面鏡子般，照映著自己，一種同病相憐的悵然盈聚腦海。彷彿物以類聚般，自此，你倆成了無話不談的好友，一路相互鼓勵、扶持。上天如憐憫你們的遭

遇，又或許是被你們的真誠所感動。竟如命運連體嬰般將你倆的求學生涯綁在一塊。然而，上帝的伊甸園終究只存在於傳說；人世間的殘酷，到底還是得昂首面對。縱使你們已練就磐石般的心，卻仍有鬼魅無情地捉弄。你曾想著：生病，真是一種錯嗎？還是世上真有因果輪迴，因為上輩子你們的罪孽深重，造就了這輩子你們得在無盡地嘲諷、奚落與惡作劇中來償還？如果是的話，你以無言……倘若夜的極致就是黎明，你衷心企盼著它的到來。

所幸，風雨終會過去；而撐起風的傘，則是你倆的友情與那不滅的真誠！偶然之際，你發現他繪畫的天賦。在你不倦的勸勉下，他勉勵嘗試。然這一試，卻如啟動他繪畫的基因密碼，徹底解放梵谷附於他身上的靈，甚連教畫的老師都對他讚不絕口。但你知道，那光鮮的背後，他付出了多少。也唯有協助他轉移目標，重設生活重心，他方不會一直活在封閉的金字塔裡；你更知道，長年的友誼，已是情比金堅，恍如生命共同體般，倘見他失落，你又如何開心得起？助他，又何非助己？是的，秉持這股信念下，他終是走了出來；參賽屢次獲獎不說，幾年後，甚至辦了畫展。你依稀記得，開展那天，賓客如流，每當有人讚揚他時，那招牌的搔首動作，加上靦腆的笑容，令你迄今想起都不免莞爾。想起這一切，稱他為「生命的畫匠」也不為過。

但如今，你卻因而深感愧疚。

某日，就在他趕赴某企業舉辦的繪畫比賽評比時，忽聞噩耗。再見面時，他已然面目全非地躺在冷冷的冰櫃裡；徒留一對嬌妻稚子，哭斷腸……警方研判，是他行駛高速公路途中，「癲癇」發作，以致發生憾事……瞭然事件始末後，你悲憤莫名，你甚至責怪自己，倘若不勸他習畫，那今日之事是否便不會發生？你望著藍天，忽而大吼：「這該死的老天爺，祢又怎能如此殘忍？明明賜予他美好天賦，眼見他將大放異彩之際，卻又狠心收回一切？」可惜，任你百般質問，無情的上蒼依舊默然，彷彿真應驗了那句：「天地無情，以萬物為芻狗。」拖著沉重的步伐走向那對孤兒寡母，任你有千言萬語；此際，你也僅能硬生生地從喉頭擠出



一句：「嫂子，請節哀！」

轉瞬間，四年時間過去。你對他的情感卻從未隨時間而淡化，那孩子彷彿繼承了他的一切，無論是深邃的五官，還是繪畫上的天賦，以及「癲癇」這位不速之客。你數度感嘆，這到底是遺傳，還是宿命的輪迴？難道他所經歷的一切，終將於這孩子身上重演？不！你在心裡做了決定，至少在孩子成長起來前，你定要讓這孩子保有愉快的童年。而這，也是你對他的承諾。於是，你加倍地對孩子關心。新衣、玩具、各色蠟筆、彩色筆、閒暇時一同出遊等，倘非你妻知曉你和他的感情與過去，甚會疑惑那孩子是否為你在外面的私生子也不一定！

「叔叔，媽媽說我的腦袋會放電吔！好奇怪唷！」你看著孩子天真地指著自己的小腦袋瓜說著。你露出慈愛地笑容，輕撫著孩子的頰，柔聲說：「沒關係，有叔叔在，一切都會好的！」



編者小語：

柏翔大朋友，您的文章，前半段是那麼的陽光，後半段卻令人傷感。您寫到主角就在他趕赴企業舉辦的繪畫比賽評比時，因為開車行駛在高速公路途中癲癇發作，以致發生了最遺憾的不幸。我們覺得，應該遺憾的是，不是勸他習畫，而是沒有勸他不要開車。目前在台灣癲癇朋友是被禁止擁有駕照的，但是也正在修法中，將會對控制良好的癲癇朋友們給予適當的開放駕駛權利，條件很可能是兩年之內完全沒有任何的發作。

社會朋友 | 成人組 佳作

被愛包圍的伊比力斯星兒

陳鳳如

12月29日是個刻骨銘心的日子，那天下午正要載哥哥去補習，突然接到一通幼兒園打來的電話。我驚慌失措的趕到學校，從劉老師的懷抱中，把你接過來，匆促的上了救護車。這是我第二次抱著你乘坐救護車，記得第一次是你四個多月發作時。再次坐上救護車，媽咪並沒有哭泣，因為我明白，當下我是你最堅強的依靠。當救護車急速駛離校門口，隔著車窗，我望著劉老師和 AMY 園長，從他們擔憂的表情中，流露出滿滿的關愛。至今我仍然無法忘懷，那一幕是師恩深長的真實寫照。在這個充滿愛的學園裡學習成長的你，是多麼幸福。

當晚在病房裡，看著稚嫩天真的你，我的腦中充滿許多疑問。你早已經過醫生指示停止用藥兩年多了，在這期間也都沒有發作，為什麼還會再發作呢？而且這次和嬰兒時期不同，是清醒時發作。爸媽心中有著滿滿的疑惑，苦思許久後仍然找不出解答。一直陪伴我們照顧你的趙醫生，也沒有告訴我們發病的原因。我們當時能做的就是繼續長期服用藥物控制。感謝劉老師持續用 LINE 關切你的病情，更令人感動的是，老師沒有因此而感到害怕，反而用心努力的了解正確的癲癇發作處置方式。在這讓人感到憂傷沮喪的時刻，劉老師和 AMY 園長對你的疼愛是媽咪和爸爸最強大的支柱。

在這次發病之前，令我們非常高興的是，你的障礙程度由中度轉為輕度。因為原本幾乎不會說話的你，在三歲多時開始說話了。就像一歲的幼兒般牙牙學語，儘管發音不標準，我們仍然因此而雀躍不已。自閉症的問題似乎減緩，雙眼偶爾能注視著談話的對象。特教服務也因為認知學習追上了進度而結案。那是幼兒園劉老師和陳老師以及語言治療許



老師、職能治療黃老師與特教服務孫老師，眾人齊心努力之下的成果，我們除了感謝與感動，無法用言語表達我們心中的悸動。

開始服用藥物之後，病情得到控制，沒有發作的現象。能見到健康的你，臉上洋溢著燦爛的笑容，是爸爸和媽咪最大的幸福。但是開始會說話的你，學會了說「不」，漸漸開始表達自己的想法。對於許多事情都不願意配合，不願意寫作業、走在路上不願意讓爸媽牽著走、排隊時只想當第一個、想要玩的玩具一定要馬上拿到、無法專心上課、費力的事情沒有興趣做、不敢上台表演……。你的獨特與不同，常讓媽咪和爸爸手足無措，也常打擊我們原本自以為堅定的心。劉老師發現了，其實你是能夠學習的，只是目前手部精細動作發展較弱，所以拿筆寫字對你來說比較費力。我們不斷的調整教導陪伴你的方式，渴望見到你和其他的孩子一樣「平凡」。每當你跨出成長的一小步，對我們來說都是邁向成功的一大步。

醫師告訴我們，百分之八十的星兒會有過動的行為，而且當星兒們隨著年紀增長，對他們的要求一定要更明確，否則自閉的症狀反而會越明顯且越難改變。前陣子，你開始在上課時亂畫書本，假裝你已經完成功課。我們與你溝通勸說都沒有用。在一個寧靜的夜晚，正要陪伴你入睡時，媽咪忍著淚用最溫柔且堅定的耳語，把我希望你做到的事告訴你。你用可愛的小手捧著媽咪的臉，清楚的告訴我：「我不會再亂畫課本了！」。聽著你細嫩的聲音，看著你淚流滿面的小臉，媽咪的淚如斷線的珍珠般不停滑落。

一年後即將就讀國小一年級的你，最令我們擔憂的，是情緒障礙的部分。假使你的這些過動與固著現象沒有改善，那對將來一年級的導師來說，真是一段艱辛的教學過程。為了幫助你適應國小學習生活，師長們和爸爸、媽咪會用最大的力量，陪伴你一起學習一起努力，看著你踏穩成長的每一步。雖然身為伊比力斯星兒，你卻擁有比別的孩子更多的愛與關懷。我深信有一天，當你學會控制情緒，你一定可以做得到。

突如其來的鐘聲，將我的思緒拉回了教室中，細數育兒的甜蜜與憂

慮，或許這是上天指派的任務，身為教師的媽咪需要不斷的學習與修正。除了用適性的方式教導學生之外，更應該將自己的實際經驗運用在教學現場。當我遇到特殊的學生時，期許自己能將心比心，以耐心與愛心陪伴學生成長。如果教師把學生當成自己的孩子一樣呵護，便會出現思想之間的碰撞與心靈上的交流，教師才能改變學生，使學生期待遇見更棒的自己。媽咪也相信，上國小後的你，一定也能再次遇到充滿愛心與耐心的老師，他將會牽著你的手，帶領你探索充滿挑戰的學習樂園。



編者小語：

鳳如大朋友，您的經歷，應該所有的癲癇小朋友家長們讀了之後，都會心有戚戚焉。的確，情緒障礙的部分，常常比癲癇發作更困擾著父母親。情緒障礙會造成人際關係的阻礙，在學校裡面被同學排斥，甚至影響一生的人格發展與個性。因此，對於情緒障礙的小朋友，我們建議必須尋求專家的協助。



社會朋友 | 成人組 佳作

職場友善，從關懷癲癇朋友開始

翁偉哲

如果你是一名老闆，工作的場域有一名患有癲癇症的員工，你會用什麼樣的心態去看待他？當他被其他的員工排擠或是言語霸凌時，你不會挺身站出來，發揮一個雇主應有的角色，去保護自己的員工？

我是一名勞工局的檢查員，我的工作是負責執行勞動基準法、性別工作平等法、勞動檢查法等相關法令公務，藉由檢查作為手段，以督促事業單位恪守勞動法令，維護勞工之工作權及勞動條件。在過去，我從未聽聞或接觸過癲癇症的勞工朋友，直到前幾個月，一名被雇主解雇的女孩哭紅著雙眼，來到辦公室尋求我們的協助與幫忙後，我才對癲癇有了初步的了解與認識。

她的名字是小蔡，芳齡二十的她，任職於一間非常傳統的家族企業，擔任會計的角色。事情是發生在幾天前，當她忙完手邊的工作，準備返家休息時，突然癲癇發作，身體不斷抽搐，口吐白沫，雙眼往上吊，身旁的同事看到眼前的景象都嚇住了，卻因沒有任何的知識或經驗，而不敢上前幫忙，直到一名具有護理背景的人員前來處理後才慢慢恢復正常。然而事發過後，當同事再看到她時，不是刻意迴避就是竊竊私語，好像她做錯什麼似的。在過不久，老闆便告知她因為顧及工作安全與同事之間的和諧，請她就做到今天為止。

「老闆什麼都沒有給我，連一句關心都沒有！」，小蔡說到傷心處，忍不住情緒潰堤了，而作為一位檢查員，我能給予她的除了法令諮詢以外，便是引導小蔡透過勞資爭議調解的管道，向雇主請求恢復僱傭關係，或要求資遣費、預告工資及開立非自願離職證明書等權益，然而調解會當天，雇主並沒有現身。後來當我前去小蔡的公司勞動檢查時，雇主不

但沒有半點悔意，還反問我如果是老闆，你會願意雇用一位像小蔡一樣不定時炸彈般的勞工嗎？

「我願意！因為歧視才是病！」。我沒有半點猶豫的回答眼前這位趾高氣昂的老闆。「歧視和不了解才是社會的未爆彈，如果你在解雇她之前，願意先了解一下癲癇症的成因和處理方式，或許你就不會選擇用這種方式否定她和傷害她。」，我試著向老闆告知自己的立場及相關法令，只可惜老闆聽不進我的話，他身邊的員工也聽不進我的話，他們寧可被政府罰錢也不願意再雇用一位癲癇症的員工，於是作完談話紀錄後，我便帶著滿腹的遺憾離開了公司，只因再多的罰鍰處分，都不如一句對癲癇症勞工真真切切的道歉與悔悟。

「如果歧視是疾病，則知識就是解藥。」，雖然我不知道小蔡後來過的如何，是否已找到新的工作，但我深信，只有了解、尊重與關懷才是支持癲癇症朋友們繼續走下去的動力。而當我們每一個人都懂得關愛他們時，這個世界就會被這些能量串連在一起，成為一個完整、長久的網絡。他禁得起風吹日曬，禁得起任何世事的變化，只有在人們開始冷漠、不再友愛彼此時，才會消失。

「愛能治癒人心，只要你能付出愛與接受愛。」現在如果你是一位老闆，身旁工作的是一名患有癲癇症的員工，希望你不要否定他(她)，一句鼓勵的話，一個支持的行動，這個世界都會因為你變得更加的溫暖、美麗喔！



編者小語：

偉哲大朋友，對於癲癇朋友真是一個好消息，能夠知道有您這麼一位友善又有愛心的勞工局檢查員，願意主動保護癲癇朋友的工作權。您文章裡面講到的例子，在我們的門診中天天上演，許多癲癇朋友吃了虧，



但都不知道應該如何去申訴，不知道應該如何去爭取自己的權利。也許所有的癲癇病友團體，應該請您找機會請您去跟大家做一下演講，談談有關於這一方面的事情，教導他們如何去保障自己的工作權益。

社會朋友 | 成人組 佳作

平凡的幸福

徐嘉鳳

2018年1月18日，一個我這一生都不會忘記的日子……。

那是弟弟滿月的日子，雖然是冬天，但窗外充滿著的是久違的新鮮舒暢的空氣，以及冬日燦爛和煦的朝陽。洵起床後有點咳嗽，心想著：上學前先帶他去診所檢查看看吧！牽著那雙熟悉的、溫暖的小手，在那小小的臉上，看到他好久沒有跟媽媽散步那種滿足的笑容；然後，一如往常地，在人行道上洵鬆開媽媽的手，一邊自在的哼著歌，一邊蹦蹦跳跳地往前走。為了掛號，我略微超前他，走了一會兒，那銀鈴般悅耳的笑聲不見了，回頭一看，洵跌倒在地，看起來他似乎無法動彈，他眼神中閃過一絲不知所措，看著我卻什麼都沒做；數秒後，他終於再度露出燦爛的笑容，自己站了起來。我在心中輕輕斥責剛剛自己想太多，再度牽起那轉為冰涼的小手。同一天，幼兒園老師看到了，爸爸也看到了，那不尋常的跌倒及那雙迷惘無助的眼。那是洵第一次發病。

有些躊躇，也有些不安，我們經過許多掙扎與思考後，決定一起勇敢地牽起那雙顫抖的、驚嚇的雙手，往一個未知前進。接下來的兩個月，我們過得戰戰兢兢，進出醫院做檢查確認的過程中，沒有一刻是安心的。雖然我們早有心理準備，但被診斷為癲癇的當下，對身為父母親的我們仍是種衝擊。從發病那天開始，「發作」變成洵生活中的常態，額頭到處都是瘀青，雙眼也總是疲累，發作似乎耗弱了他所有的元氣。記憶中那個學會走路之後始終活蹦亂跳的洵，身影逐漸模糊，現在身邊這個隨時會無預警跌倒的洵，真實到令人心疼。每一次發作，雖然只是短短的數十秒，但看著他那小小的身子奮力抵抗著病魔，身為父母的我們只能在心中不斷吶喊：到底有完沒完啊？對於自己的無力除了自責，也束手無策。



日復一日，在不斷調整藥物並認真記錄洩發作次數及樣態的黑暗日子中，終於逐漸看到曙光。3月21日，一樣在沉重中起床，一樣忐忑不安的等待著洩大腦中的異常放電，但這一天，「異常放電」沒有造訪洩的大腦；他平靜的過完了這一天。從這一天起，在穩定用藥的過程中，洩慢慢回到原來的生活。在家裡，不用再擔心他一個人在房間或浴室時的獨處；一起出去運動或散步，不用提心吊膽的守在他身旁；每天早上，也不用再好說歹說地叮囑他配戴上那刺眼的護頭帶。看著他可以不用再小心翼翼，逐漸放心讓自己跑跳的身影，總是不住地熱淚盈眶，這樣的平凡對過去的我們而言總是理所當然，但現在卻覺得一路走來真不容易。

癲癇，並非一種罕見的疾病，在陪伴孩子走過發作的過程中，參與了相關的研習課程也閱讀許多關於癲癇的資料，過去對於癲癇的誤解，使得許多患者現在在社會上依然受到異樣的眼光；然而更讓我感到遺憾的是，有部分癲癇患者的家人對於長期用藥這件事的排斥，因而讓最愛的家人長時間在隨時會發作的陰影下生活。雖然我也曾經對於讓這麼小的孩子長時間服藥感到猶豫及迷惘，但與其讓一個四歲的孩子隨時處在發作的陰影下，身為母親的我更希望他可以自由自在的接近這個世界，更無拘無束的探索生命的各種可能。因此，身為他最親密、最信任的家人，唯一能做的就是陪著他一起遵循醫囑，好好的對抗病魔。「長期且穩定服藥」的路走起來絕對不輕鬆，但我相信只要和患者攜手一起走，一起相信這條顛簸的路總有終點，那路程中一同經歷的風風雨雨，終將成為彼此心中最溫暖也最堅定的部分。



編者小語：

嘉鳳大朋友，您的心聲也就是所有癲癇小朋友父母的心聲。如果希望孩子能夠隨時處在沒有發作的陰影之下，希望他可以更自由自在地接

近這個世界，更無拘無束的探索生命的各種可能，唯一可能的方式，您講的非常正確，就是長期而且穩定的服藥。

我們經常碰到許多的癲癇朋友或家屬盲目地排斥抗癲癇藥物，相信網路上錯誤的資訊，認為抗癲癇藥物都具有毒性及極大的副作用。這些都是完全錯誤的訊息，因為現在的抗癲癇藥物，和過去的藥物已經有很大的不同，幾乎不具肝毒性或者血液方面的副作用，更可以安全地使用在孕婦及哺乳中的媽媽身上。



社會朋友 | 成人組 佳作

加油皮皮

許桂櫻

皮皮今年6歲了！看著皮皮一天天長大，皮媽仍深深記得在皮皮人生中的第一次跨年夜。記得那一天，晚餐後皮媽正準備帶皮皮和大皮哥出門去參加跨年活動，突然發現在搖床裡的皮皮不斷地眨著眼，皮媽覺得一陣不安。而後發現皮皮連小指頭也不斷地抽搐，未雨綢繆之下，皮媽決定帶皮皮到醫院檢查。

經過一連串的檢查，並沒有發現確切的原因，只好讓皮皮先進入小兒加護病房觀察一晚，對皮媽而言，那是目前人生中最難熬的一夜。

一夜無眠，終於熬到了天亮，一早皮媽就到醫院去探視皮皮，得來的消息卻是醫生告知目前無法查出抽搐的原因，建議轉診到大醫院去做更精密的檢查。轉診到本島的醫院後，馬上安排腦部超音波，「疑似小兒腦中風」！這句話突然讓皮媽不知道該怎麼辦了，再確認核磁共振，發現，原來是右腦腦裂，合併癲癇。

「癲癇」這個名稱，對皮媽而言是一個時常聽到，卻完全陌生的疾病，印象中癲癇就是在遇到患者抽筋時，阻止患者咬傷自己的舌頭。在陪伴皮皮這麼多年後，慢慢的才了解，原來全不然。遇到癲癇患者發作時，只需在旁為患者清空可能帶來的危險，等症狀減緩再行送醫即可。

一路走來，我們經過了每三個月就回診檢查一次的慣例，經過了停藥，再度發作。

想起當初皮皮第二次發作時，是多麼地令人難忘…。那天，皮皮和平常一樣正準備和媽媽一起出門去上班，臨出門，前皮皮居然無法跟平常一樣很順利的自己穿上拖鞋，皮媽以為皮皮只是早起太睏，沒精神才

穿不好，不以為意便帶著皮皮出門去，殊不知在去上班的路上，皮皮幾乎無法自己站立，完全靠在皮媽的身上，皮媽一邊騎車一邊擔心，怎麼了？！只好急CALL皮爸再到醫院去，醫院還是沒檢查出什麼來，正好皮皮當時在感冒，只好當作皮皮是因為感冒引起的虛弱。離開醫院繼續去上班，皮皮居然就這樣睡了一整天，一直到皮媽快下班才醒來。皮媽心中仍是擔心，於是和皮皮說說話，說著說著，皮皮突然斜瞪著某一角，皮媽問皮皮：「你在看什麼呀？」皮皮說：「我在瞪他！」，皮媽心中一寒，「不會吧？該不會遇上什麼髒東西了？」後來皮皮一直維持一樣的動作，皮媽怎麼叫也不應，突然皮媽想，該不會是復發？！趕快帶皮皮回家，用上醫生為皮皮開的緊急用藥，突然，皮皮開始全身抽搐，皮媽慌了，趕快連絡皮皮的主治醫生，醫生說：「應該是發作了，趕快帶他回來醫院吧！」經過了這一次，皮媽才了解，原來眼神往上定格在同一點也是一種抽筋，而一早皮皮全身無力是一種體內抽筋。

經過這次事件皮皮又開始每天早晚服藥，一直到現在。很多人都覺得，天天吃藥，對孩子不太好吧？而對皮媽而言，能夠看著皮皮天天開心，平平安安，如一般孩子一樣健康的長大比什麼都重要。就算每個月要帶皮皮回診一次，就算每天早晚都不可以忘記餵皮皮吃藥，對皮媽而言，都不算麻煩。

這些年來，在醫院來來去去，求醫、求神，皮媽只能說比上不足比下有餘，跟很多人比起來，我們算是很幸運的一群，我們在最緊急的情況下，遇到了一位很好的醫生。雖然這個病可能會跟著皮皮一輩子，但，至少皮皮還好好的，快樂的成長在皮媽的身邊。

藉此機會，皮媽希望大家如果哪天在路上碰巧遇上發作的癲癇患者，可以不吝伸出援手，幫助他，為他排除身旁的危險物品，送他到醫院去。癲癇其實並不可怕，在平時，他們也和正常人無異。願皮皮，願每一個癲癇患者、每一個罕見疾病患者都可以平平順順的度過生命中的每一天。



編者小語：

桂櫻大朋友，您的心願，其實也是所有癲癇小朋友父母親的心願，大家都只求他們的寶貝們能夠平平安安、順順利利地度過生命中的每一天，不要再有因為癲癇發作而受傷。當然這必須要靠規則的服用抗癲癇藥物，但也要靠社會上每一個人都能夠在癲癇小朋友成長的路上，適時地伸出協助的雙手。就像皮皮媽媽所說的，她希望大家如果哪天在路上碰巧遇上發作的癲癇患者，可以不吝伸出援手，幫助他，需要時甚至送他到醫院去。若能如此，將會大幅度地減輕所有癲癇小朋友父母親的焦慮重擔。

社會朋友 | 成人組 佳作

未顯示電話號碼的來電

謝靜怡

每每在半夜中，有未顯示電話號碼的來電，總會讓我想起當年的她。

她入學時，大家並不知道她患有癲癇。大家對她的印象，最直接的大概就是她不是一個討喜的孩子，因為學科學習能力比較落後於同儕，自身服裝儀容的維持也較差，再加上人際互動、口語溝通等也狀況頻仍，因而被轉介至輔導室。

某天下課，辦公室外突然一陣騷動把我吸引過去，只見她側躺在地、全身抽搐，瘦小的身軀蜷曲著，令人看了有些心疼。我趕緊將圍繞她的人群散開，讓空氣保持流通，並注意著她的安全。一會兒，上課鐘聲響了，大家紛紛離開現場，接著，她也自己起身並跑開，不顧我在她的身後呼喊她。因為不太放心，所以我便去教室確認一下她的情況，之後趕緊通知她的導師，原來導師也不知道她患有癲癇。

隔天，找她來了解其癲癇狀況，發現她對於自己的狀況不甚熟悉，也不知道前一日自己之所以發作的原因。老師提醒她一些自己要注意的地方，並告知其需要讓大家知道她的情況，以便萬一再發作時，能夠讓周遭的人第一時間做正確的處理。一開始她並不想讓自己的情況曝光，但基於安全考量，我提醒她事情的嚴重性，也讓她知道老師的擔心，她這才同意老師跟大家說明，並宣導對於癲癇的相關知識。

當老師在班級中進行宣導時，同學開始交頭接耳，甚至有同學出現一些嘲笑她的言語，幸好，有事先讓她離開教室，否則，這些言語該讓她多麼傷心、難過呀！對癲癇患者而言，因為症狀所帶來的傷害、痛苦，可能遠不及社會大眾對他們的偏見與歧視吧！



因為部份同學所展現的態度，當下我便決定先撇開癲癇的衛教宣導，而改以特殊教育宣導的方式來進行。幸虧有過特教宣導的經驗，並且剛好隨身帶著相關簡報及資料可以馬上跟同學分享，同學這才安靜下來傾聽。分享過程中，我引導同學去思考尊重、包容每個人的特殊歧異性，以及了解特殊需求學生表現的狀況並非他們自己所願意、所選擇，也請同學以「同理」的角度來思考，漸漸地，同學回應的話語不那麼尖銳了。同學態度軟化後，我才繼續進行癲癇的相關宣導，並且我也跟同學承諾會盡自己的能力去幫助她，也請同學可以試著看她好的一面，進而接納她。

入班宣導之後，我將在班上聽到的一些情況加以整理，並思考如何幫助她。因為許多方面能力的提升，並無法短暫就見效，於是我從最顯而易見的地方著手，先改善她的服裝儀容，要求她每天洗頭、換穿乾淨的衣服…等，每天早上來上學時先到辦公室讓我檢查服裝儀容，我也會順手將她頭髮綁好，讓她整體看起來的狀況更好一些，這些動作雖然仍不足以讓她得到原班同學的友誼，但至少同學對她的態度不再那麼排斥，也不會不敢靠近她了。

或許是因為對她的關懷及保護她不受欺負，讓沒有母親在身邊的她，得到些許的慰藉以及安全感，所以她對我的言語、動作都像是孩子對媽媽般的樣子，當時同事還戲稱我是她的年輕媽媽呢！

後來，她畢業了。她常打電話給我，但幾乎不怎麼說話，好像只是希望聽到老師的聲音，以及有人對她的噓寒問暖。曾經有幾次深夜，我接到未顯示電話號碼的來電，且發話者不發一語，著實令我有些困擾。終於有一次，我靈機一動喊了她的名字，沒想到電話那頭傳來她的聲音，跟她確認過後才知道就是她在深夜打的電話。她表示只是在深夜的時候想起我，想要聽聽我的聲音。雖然這樣的情況的確影響到我的生活，但一想起她的處境，也就原諒了她，只不過仍是提醒她這樣舉動的適切性。

我們最後的一次通話，她說自己已經高職畢業，並且找到工作可以賺錢養活自己，也有了幾位固定互動的朋友。電話那頭的聲音聽起來開

朗許多，我也為她感到高興。

我因故離開了原來的地方，與她失去了聯繫，但時至今日，只要有未顯示電話號碼的來電，我總是第一個就想到她！



編者小語：

靜怡大朋友，您的描述非常的寫實，確實有部分的癲癇小朋友並不討喜，一部分是因為他們的學習能力比較落後與同儕，加上自我照顧的能力也比較差，服裝儀容的維持也較差，你也發現到他們的人際互動、口語溝通等也都狀況頻仍。這些都需要師長和同學用無限的耐心和愛心，來包容他們。他們本身並不希望如此，但是因為造成癲癇的疾病本身可能就導致了部分的大腦功能障礙，影響到思考能力、記憶能力以及語言能力。若加上控制不良頻仍的發作及部分藥物副作用，也會雪上加霜。我們期待，希望這個社會上有更多像您一樣有愛心的好老師！

台灣癲癇醫學會

第十七屆「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 **108 年 10 月 31 日**（星期四）。（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：**108 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。
- (五)、自第十六屆起，為鼓勵及增加社會大眾及病友之參與，各組第一、二、三名之得獎者以三次為限（佳作不在此限），若此後再次參賽且成績達前三名，則給予佳作獎勵。

第十七屆「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						