

歐先生大搖大擺步進診所，由於他的體型確實肥胖(超過300磅)，行動起來是搖擺的姿勢。他坐在看似細小(比例上)的椅子上，要求改善健康。原來他從小就沒有理會身體的健康狀況，直至最近暈倒街上，被送進醫院檢查，他才發現身體有很多毛病。除了身體極度超重之外，他還有輕微的血壓高及脂肪肝(俗稱「肥肝」)。

最重要的事是他患上了糖尿病，是二型；可能是他暈倒的主要原因。雖然他母親也是糖尿病病人，但他就只有三十歲，出現這麼多的病情真不普遍。雖然這等病有年青化的趨勢，但歐先生這麼肥大確實少見。故此，他留醫期間，醫院的營養師拜訪他，問了很多問題，然後開了特殊餐單給他及提醒他飲食之道。

由於減肥餐單對這位異常好吃的病人來說，實在太無味。留醫數天，他寧願簽字離開醫院，自尋醫治方法。歐先生來診所，就是尋求除了嚴格節食之外，其他的解決方法。其實歐先生並沒有身體過胖的家人，而他的體重增加，是因為約五年前，他不幸患上精神錯亂，曾被強制入院及接受治療。從開始服藥，他的精神狀況便很快改善了。兩年後，卻因他自決停藥而復發，結果要口服及針劑藥物雙管齊下，他才康復過來。他的體重自此穩定上揚，就算他減少吃糖類食物，也沒有明顯幫助。當我提出一份營養清單，發覺他對食物能量相當了解。但他不能戒掉他認為美味的食物，又可能自小，長輩不斷教導他「食得是福」，一粟一飼得來不易，不能揀飲擇食；影響了他的飲食態度。

他知道運動的好處，但總是沒有恆心持續做下去。他從網絡消息知道割胃手術對減輕體重有明顯幫助，故特別想知道這種方法對他是否有真正的幫助。聖經教導人，身體是聖靈的殿。我們又怎可不注意身體健康呢？

耶穌教我們祈禱：「求你今天賜給我們」(馬太福音6:11下，《聖經新譯本》)，神會按照我們的需要供給食物，不少也不多。

冷對/家庭科



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdwww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong