

# 優質治療 由你話事

蔡德康醫生

香港帕金森症基金董事及教育與培訓委員會成員、現任東區尤德夫人那打素醫院腦神經科顧問醫生。

在對抗帕金森症的漫長過程中，人人也希望獲得最優質的治療，以降伏病魔，把痛苦減到最低。但是，究竟要怎樣才能獲得優質的治療呢？本人在第17期《柏友新知》季刊中，曾撰文探討「何謂優質治療」，今次則希望談論獲得優質治療的方法。

## 1. 選擇合適的醫療機構

想得到最好的治療，先要選對合適的醫療機構。一間優質的帕金森症治療機構，必須由腦神經科專科醫生帶領，機構內還應該擁有其他醫護專業人員，如護士、物理治療師、言語治療師、職業治療師、醫務社工等等，才能提供以人為本，同時關顧身心靈的全面服務。

## 2. 優質溝通 優質治療

不過，選對了醫療機構只是成功的一半。優質治療，源於優質的溝通。要獲得優質的治療，患者及照顧者不能單單靠被動地接受服務，而是要主動爭取。所謂主動爭取，並非盲目地提出種種服務要求和作出不合理的期望，大前提是要認識疾病，明白自己的困擾和需要，然後提出合理的要求，好好溝通後，醫生才能作出最佳的治療方案。以下嘗試提供達致優質溝通的方法。

## 3. 覆診前先做功課

首先，在每次看醫生前，患者先要做好功課，才能跟醫生作出有效的溝通。患者及照顧者要裝備好自己，加深對帕金森症的認識；覆診前記錄所有正在服用中的藥物，以及其服用方法。如有其他新添加的藥物或補充劑等，也應帶備在身，因為這些藥物有可能會影響帕金森症的症狀。

## 4. 深入了解自己的需要

在跟醫生會面的有限時間裏，患者必須把握機會，定好困擾事項的優先次序，告訴醫生近期最大困擾的是什麼，例如活動能力方面、情緒方面、有沒有出現非帕金森症的症狀等等。最好先把問題記下來，建議平日養成寫日記的習慣，尤其是對處於疾病中後期的患者而言，服藥後容易出現開關的問題，日記可記錄清楚服藥後何時出現開、何時出現關的現象，方便跟醫生溝通。

## 5. 主動提出要求

覆診時除了跟醫生面談外，如有其他服務需要如物理治療、職業治療、言語治療等，也應主動提出，讓醫生作出轉介。遇有任何不明白之處，也應作出查詢，以釋除心中疑慮。

## 6. 獲取更多資訊

患者想獲得更多跟疾病相關的資訊和支援，可以參加病人互助組織，例如社區復康網絡，社區復康網絡不時舉辦太極班，增強活動能力，也可在其他課程中學習如何紓緩情緒。

總括而言，優質的治療，必須由精明的選擇開始。作出選擇後，就有賴患者和照顧者的合作，了解自己的需要後與醫生溝通。醫者和患者是合作伙伴，雙方必須擁有優質的溝通，才能攜手尋找優質的治療方法。