

## ◎蔡碧華現身說法：(66歲、2004年罹患肺癌)

### 抗癌心得：天天做運動、定期做檢查

**訪** 問刚开始，蔡碧华老师劈头先问，“我讲话这么大声，像是割过肺的人吗？”

蔡老师今年66岁，任教柔佛州居銮中华中学化学科至今已三十几年。5年前，老师请假去动手术，回来时，发量稀疏的头上多了鲜艳的花丝巾。老师讲话依然急促，唯独响亮的声音稍微“收敛”了。坐得最靠近老师的我，总能在她语音刚落时，听见她深吸一口气。那种用力得好像把肺都吸得皱起来的声音，我到现在都还记得。

2005年，她切除了两片肺叶。现在的她，说话声快而响亮，笑脸盈盈地望着我，肺癌早已是她生命中的“过客”。

### ■误切子宫……

蔡碧华老师有感上了年纪以后，身体较容易得病，所以在她50岁之后，每年都定期验血，还额外加验癌胚抗原指数(Carcinoembryonic Antigen，简称CEA)。

2004年8月，化验报告显示CEA指数偏高，即体内出现了癌细胞。一般上，若CEA指数超过 $5.0 \mu\text{g/L}$ ，表示体内有肿瘤。虽然身体并没有任何不适，但蔡老师放心不下，一个月后再验血，发现CEA直线上升至7。

她心知不妙，走访居銮、峇株巴辖、马六甲、新山等地的专科医院，得到竟然的是不同版本的答案。“有医生说我得得了大肠癌，有些说是胃癌，也有人说是子宫癌”，她十分无奈地说。但是经检查后却都没有在这些部位上发现肿瘤。

后来，一位医生认为患卵巢癌的机率高，建议蔡老师动手术切除。虽然另一位相熟的医生劝她不要动手术，但蔡老师却认为，她已经六十几岁了，子宫早已“停工”，而一般上了年纪的妇女患上子宫颈癌或卵巢癌的风险亦高。她决定将子宫与卵巢切除。

结果术后两三个月后再化验，发现CEA指数不降反升，已飙高到13的危险水平。癌细胞仍活跃于体内。她“错怪”子宫了。

### ■“不动手术，想过完年都难！”

几经周折，蔡老师到新加坡伊丽莎白医院再次做从头到脚的详细检查，发现肺部有一个乒乓球大小的恶性肿瘤。医生证实她得了第一期肺癌。那时是2005年华人新年前几个星期。

华人不喜欢在新年前后动刀，蔡老师也想好好过完年才动手术。“谁知道医生说，不动手术，你想过完年都难！”回想当时家人都不支持立刻动手术，但她坚持己见，当下立刻答应，只用几星期时间回学校交代事务后，就到新加坡动手术了。性急的蔡老师，连担心叹息的时间也省略了。

她的自信果断是手术成功的关键，而她的信仰和医生的专业也让她很放心。手术真如她所期望，非常成功。

“医生在我的背部划了一尺长的开口”，蔡老师不停地在动过手术的部位比划着，指着她曾被剪断的5根肋骨说，“我根本没感觉，4小时的手术像睡了一觉，感觉才过了十分钟。”一粒乒乓球大小的黄色球体被取出来，医生拍下的照片成了蔡老师的抗癌战利品。

由于她肺上的淋巴已被癌细胞侵袭，医生便直接将肺叶切除了，着实令她担心了好一阵子。后来经医生解释，剩下的一片肺叶会逐渐长大，来替代原有3片肺叶的功能，蔡老师才放心下来。

### ■生病，让她更坚定地活下去

蔡老师在手术后接受化疗，以将残余的癌细胞清除干净。但爱美的她，不忍看到自己的头发掉光，所以要求医生把化疗的剂量减少一半，将原有的4次化疗分成8次来进行。

化疗的过程很辛苦，经常会觉得头晕、食欲不振甚至呕吐，蔡老师只能躺在床上或听音乐或睡觉。老师担心抵抗力太弱，所以从不戒口，想吃什么就吃什么。但若真的没胃口就选择吃清淡食物或是以营养餐代替，确保营养的均衡。

有丈夫、孩子在身边细心照顾，学生们的纸鹤、卡片、鲜花，还有亲朋好友送上的补品与祝福，乐观的蔡老师在化疗之后，身体复原状况良好，化疗4个月后就开学到课，还在手术一年后到海外旅行。

患病以前，她是完全不运动的懒骨头。现在，她每天都在家附近的公园散步半小时，边走边练习郭林气功的呼吸法。她避免进行剧烈运动，但徒步上下几层楼却一点也难不倒她。蔡老师笑说这是“因祸得福”。

此外，她每半年到新加坡复诊一次，每年另做一次电脑断层扫描(CT Scan)。

5年后的今天，蔡老师的情况稳定，校园内仍能听到她略带沙哑但中气十足的声音。癌症没有影响她的生活，反而带给她更要更坚定快乐活下去的决心。

