



陳明里 浴火重生的 阿里疤痕

本欄供教會、醫院等團體使用

劉麗紅 專訪 / 編輯室 整理

這張遍佈痕疤、破碎殘缺的臉，曾經歷二十四次大小手術、十五年身心復健，阿里疤痕陳明里化痛苦為行動的過程，證明只要走出難關，必能找到生命的陽光。

自稱「臺灣最醜的男人」的阿里疤痕陳明里，1974年12月31日因為電子工廠的機械槽爆炸，在四十年前燒燙傷醫療資源缺乏的年代，他們幾乎只有等死...

機械槽爆炸，全身38%燒燙傷

他全身三度燒傷面積達38%，臉部幾乎毀容，現場五位同事一人當場死亡，兩週內另兩人陸續過世，幸好透過同事的妹妹找到國內最好的北榮燒燙傷加護病房，第二天緊急轉診，經醫療團隊的搶救才存活下來。

第一個月他躺在病床上意識模糊，驚嚇過度及全身劇痛而顫抖吼叫。有時痛到沒有感覺，有時則痛不欲生，換藥時是難以形容的痛徹心扉，最慘的是找不到血管可以打點滴。

一個月後，命搶救回來了，卻是痛苦的開始。「神經系統恢復知覺，每次換藥時，我在病房裡痛苦如豬般的吼叫，母親在病房外心疼的頻頻落淚。換完藥，我開始發高燒，另一位同事則開始發冷，我們同住一間病房，不知道該不該開冷氣。」

靠走路復健，痛變成家常便飯

由於事發時臉面對機械槽，以致於臉部被燒傷變形，眼瞼（眉毛、睫毛）沒有了，避免成為視障，醫師決定透過整形手術讓他的眼睛和嘴唇能夠張開。光是眼瞼就經過八次植皮手術。右手臂及關節嚴重燒燙傷，因此又做了好幾次的植皮、關節手術治療，整個療程達5年。

手部燒燙傷的後遺症是指甲角質化，如同沒有指甲一般，生活中很

多粗動作，如：搬運東西、抱孩子，或細微的動作，如：拿針線、開易開罐等等，一般人輕而易舉的事，對他都會造成困擾，然而陳明里靠著輔具一一完成，現在他什麼都能做。

十一個月後，醫師通知他出院。那年代，物理及職能治療師稀少，沒有燒燙傷病友的復健計畫。受傷後他無法走路，因為一走路，腿部的血管爆裂並開始流血，不知道出院後該怎麼辦。

母親帶著他搬到陽明山上住，每天清晨四點半起床開始學走路。「我每天逼自己走路，第一天，五十公尺的路走了二十分鐘，經過三年時間，我已經可以連續走四小時而不覺得累。我把走路當作復健，跟醫師配合定期看門診，定期做功能性的手術，讓我重新站起來。」

他說過程中，「痛，變成家常便飯；不痛，才是問題的開始」不痛，表示那部分的神經功能有問題；會痛，表示身體的功能逐漸恢復正常，才有活下來的希望。

表象已改觀，只有繼續往前走

他也透過閱讀讓生命更強壯。「那段時間我大量閱讀，體會讀書能產生力量。某天讀到《紅樓夢》裡的一句話『百年身後事，一副臭皮囊』，意思是人死後的樣子都差不多，燒燙傷的人若在乎活著時的樣子，保證活不下去。我很清楚我的表象已經完全改觀，疤痕無法消失，唯一能做及該做的，就是該知道如何往前走。」

經過幾年的治療、復健、心理建設，他開始踏出門報名學建築製圖，找工作卻碰閉門羹。高中同學知道了，找他過去幫忙，下班後帶他去看電影，週末帶他去戶外散心，面對人群。之後，伊甸基金會創會董事長陳俊良，帶著他成立陽光基金會，開始參與社會服務工作。1992年他到殘障聯盟工作，這期間他不但得到中華民國十大傑出青年，還成家生子。

《 陳明里 浴火重生的阿里疤痕 》

病患及家屬，做好長期抗戰準備

陳明里提到，八仙塵爆造成近五百人輕重傷、三人死亡（104/07/06截止）、兩百多人命危，因為受傷者多是穿著泳裝、泳褲，人身大量暴露在火焰的中心點導致，幸好這幾年國內燒傷整型外科專業能力非常強，年輕人有本錢，因此除了為他們祈禱求福，提供家屬支持與幫助，與醫療單位配合，避免再度感染惡化。

他建議任何中重度的燒燙傷病患及親人：

- 1、一定要送到燒燙傷專業醫院醫治，關鍵期是兩週至一個月。
- 2、復原要依個人的身體狀況而定。身體強壯者有一搏機會，底子差者較令人擔心。
- 3、多喝水、多吸收高營養高蛋白食物。
- 4、避免感染。
- 5、燒燙傷治療非短期能結束，病人及家屬都要做好長期抗戰的準備。

「痛」你自己承受，「苦」我們一起承擔

陳明里提到當年事發後，母親對他說：「痛，你自己承受，苦，我們一起承擔。」說明當事人及家屬所受的痛苦是難以言喻，復健過程漫漫長路，但是這一切的苦，若有背後支持的力量、專業機構幫助，一定能走出來。■



本文整理自 佳音廣播電台 台北FM90.9
2015.7.2播出的「溫馨傳真情(每週一至五09:05-10:00)」節目內容，歡迎收聽。

向全體醫護人員 致敬

八仙樂園粉塵爆燃意外，不但燒毀危及近500人的青春生命，更是台灣燒燙傷醫療史上前所未有的大災難！

第一線醫護人員，

在人心驚恐、敷料不足、人力吃緊、體力透支的情況下，展現台灣醫療界全體總動員，令人無比動容的愛心與醫德！

他們不眠不休，日以繼夜搶救傷患，他們拼盡全力，緊急調度迫切所需的醫療資源，他們發揮愛心，使傷患及家屬得到及時的救治、安慰與幫助。全體醫護人員在災變急難中發揮的愛心光輝，令人深深感動與敬佩。

面對未來燒燙傷復健的漫漫長路，我們衷心祈求天父上帝賜下憐憫醫治與平安，賜給醫護人員們夠用的恩典，幫助傷患早日重建光明人生。讓我們同心向辛勞無比的醫護人員致敬，也同心為他們鼓勵加油！■

祝福你福音小輯 歡迎教會、醫院等團體索閱使用（自由奉獻）

發行單位/財團法人佳音廣播電台 頻道/台北FM90.9·宜蘭FM90.3
電話/02-23699050 地址/10662台北市大安區和平東路二段24號10樓
電郵/service@goodnews.org.tw 網站/www.goodnews.org.tw
郵政劃撥 / 戶名：財團法人佳音廣播電台 帳號：18710941
2008年2月創刊 2015年7月出版 版權所有 翻印必究

燒燙傷患者 關鍵營養九原則

圖片來源：globalgiving

第81期

祝福你
Blessing

>洪若樸 台北市立聯合醫院忠孝院區營養師

燒燙傷患者除了肉體的疼痛，生理方面也產生巨大反應：

1、新陳代謝加速受傷的壓力，導致營養需求增加，大量分解身體組織，體重急速下降，進而降低免疫力，引發感染，傷口癒合不良。2、免疫降低，增加感染率。3、開放性傷口使蛋白質流失，蛋白質需要量增加。

因此，患者需要攝取高熱量、高蛋白的營養，幫助傷口復原、提升免疫力、降低感染引發併發症。

打造關鍵營養九原則

1、充足的水：燒燙傷者初期大量流失水分，因此24~48小時內要補充水分電解質，避免影響其他器官及組織的功能；建議每公斤體重補充35~40西西的水。

2、提供高熱量營養：建議採燒燙傷「Curreri公式」計算：25大卡X燒傷前體重(kg)+ 40大卡X燒傷面積 %。

1) 燒燙傷面積20~50%的病患，採用「25大卡X燒燙傷前體重(kg)+燒燙傷面積的百分比」。

2) 燒傷面積>50%，以50%值計算。

3) 體重過輕者，以理想體重計「身高(公尺)×身高(公尺)×22」

4) 體重過重者以(理想體重+實際體重)/2 計算。

50公斤的燒燙傷面積達35%的病患，即為「25X50+40X35=2650大卡/天」，蛋白質需求量約133公克/天（蛋白質需求量要佔總熱量的20%）。

針對燒燙傷病患的營養攝取，以2650大卡為一日所需熱量為例，全穀根莖類3碗、豆魚肉蛋類13份、低脂乳品類2杯、蔬菜類5份、水果類4份、油脂與堅果種子類8份是最理想的攝取。注意燒傷面積

較大>20%，連續三天吃不到每天攝取需要量的80%者，須考慮管灌食供應。

3、優質蛋白質：蛋白質是傷口癒合首要營養素，每公斤體重蛋白質約需要1.8~2.5公克（含各式豆、魚、肉、蛋、奶類）。

4、少量多餐：三餐外，增加點心、牛奶及乳製品，以補充不足的熱量和蛋白質。食慾不佳時，建議攝取均衡高氮配方奶（如：補體素優纖、安素、倍力素等），提供高熱量、優質易入口食物（如：雞湯、鮮魚湯、奶昔、堅果奶、全穀奶、香蕉、葡萄乾等）。

5、足夠的維生素和礦物質：維生素A、B、C；維生素A對傷口的癒合，腸胃道的完整性、感染有助益。維生素B群可促進營養素的代謝。維他命C參與膠原蛋白合成，幫助傷口癒合。礦物質—鋅：為能量代謝及合成蛋白質的輔因子對傷口的癒合有效。鉀可使蛋白質有效被利用，磷可幫助調節能量代謝。

6、五彩繽紛（保護性營養素）：五顏六色的蔬果含有不同系列的「植物化合物」，具特殊生理效應及高度抗氧化，全穀雜糧核果不可少；製作時把握油、鹽、糖適量原則，及加入多醣體的菇蕈類增加變化。及枸杞、紅棗、黃耆等中藥材入菜，減少調味料的使用。

7、勿輕信偏方：勿聽信網路流傳偏方，應尋求專業醫療人員諮詢。

8、持之以恆愛的陪伴，撫平身心靈燙傷疤痕。

9、復健刻不容緩。

總之，燒燙傷患者經歷燙傷身心靈的艱辛痛苦，為重生保健品質，就讓我們為您打造關鍵營養九原則吧！■

>張老師

八仙粉塵爆

張老師提供 三二步驟

台北「張老師」建議面對意外事件的家屬或親友可以用三個「二」步驟，度過目前危機（以下引用黃龍杰心理師編譯NOVA「美國受難者援助組織」的危機處理程序）：

二安、二解、二預

【二安】

安身：先把受傷家人的醫療狀況安頓好，並發訊息讓周遭關心的親友了解狀況，稍微讓大家安心。

安心：安撫受傷的家人時請用溫暖、尊重、包容的態度來陪伴，關懷他受驚嚇或恐慌的感受及心情。避免用數落或操心的語氣或態度，反而成為責怪對方的語言。

【二解】

紓解：協助受傷的家人吐露創傷的經驗。鼓勵他聊聊驚嚇、害怕、悲傷等過程，並用包容、接納的態度陪伴他，協助他減輕心理壓力。

理解：設身處地為他著想，體諒他現在身體的不舒服，以及對未來擔心、害怕的感受，同理他的心情與苦痛。

【二預】

預期：預期現實層面接下來會遇到的狀況，例如醫療安置、保險賠償、官司等問題，以及在面對這些事情時，其他家人可能的憤怒和擔心等。

預備：訂立短期計畫，讓受傷的家人及其他擔心的家屬有訴說及討論的對象，並且尋找其他可能協助的資源管道，包括：醫療、保險、法律、心理創傷的復原等，邀請專家提供建議，盡快解決困難。

救災人員及民眾徵候群

救災人員及現場目睹民眾，會有創傷後壓力反應，包括：

1、反覆經驗痛苦記憶：不斷想起、夢見當時的景象、聲音、氣味，而冒冷汗、發抖、緊張不安。

2、麻木或逃避：盡量不想、不講和創傷有關的事情，想不起來當時的記憶，對任何事情都提不起勁或漫不經心，甚至離群索居，對未來失去信心。

3、過度警覺：對任何事情都過度警覺或容易被驚嚇，睡不著或半夜驚醒。

意外事件三個月內仍會出現以上反應屬正常現象，請盡量維持穩定作息和工作、多找信任的親友聊天、維持運動習慣、尋求信仰幫助。若三個月後仍造成影響，建議尋求專業輔導機構幫助。

一般民眾透過媒體不斷重播當天的影像，可能引發替代性創傷，建議民眾，少看、少搜尋相關報導，以降低心理的創傷。

