



### 〔建翰醫師診間隨筆〕

「摳摳摳，摳摳摳」急速的敲門聲，打斷了我正在與患者「溝通」，  
趕快示意跟診護理師出去看看是怎麼回事。

一下子，護理師面有難色的進來，打了個pass，

打斷我「陳醫師，那個東港阿姨說要跟你視訊……」

「不行啦，這樣對不起現場患者，跟他說我在看診，沒辦法接」小瑜就先轉頭出去處理了。

下診以後就看到冰箱裡一大包：新鮮的蚵仔跟已經醃好的海帶絲。

東港阿姨58歲，去年來手術前150公斤，只能在輪椅上還兩腳都是傷口，  
手術完半年瘦了40公斤，可以騎車到處跑，走回沒問題，傷口也都好了。

上次她回診，看到我一直說抱歉。

「本來要帶新鮮的蚵仔來的，結果今天早上有問題，只好帶這個來」

打開她提來的可愛保冰袋，裡面裝了5塊土魷魚。

「阿姨，這禮太重了啦！」

「不會啦，這我們家很多，醫師你喜歡吃海產嗎？」

當然啊，海產是優質低油的蛋白質，維持體重的好物耶！

不過吃太多還是尿酸會高就是……

「這樣喔，那我下次回診帶飯湯來給你們吃」

沒想到，「飯湯」之約還沒到，新鮮的蚵仔就先來了！還附帶海帶絲。

中午中心午餐聚會就多了涼拌海帶絲，新鮮好吃又低卡。

至於蚵仔，就帶回家麻煩老婆料理了。

可以感受到阿姨能夠再度自己走路的喜悅。

這樣的分享喜悅，就是會胖，我也心甘情願。

義大減重LINE@



義大減重FB臉書粉絲專頁



義大減重官方網站

