

OFFER THE GIFT OF LIFE

植愛

半年刊 2021 NOV NO.18

疫情下的生命接力！
「器」而不捨圓滿心願

A SECOND CHANCE
IS IN YOUR HANDS



樂活絮語／秋遊農場踏青 傳遞愛與關懷 圓夢天使／完成助人心願 成就生命的另一種延續
幸福推手／牽線點燃希望 推動善終信念讓大愛精神永留傳

Contents



01 發行人語

Life Lesson 生命啟示

02 北榮齊心抗疫守護健康
不畏艱難實現遺願 播撒生命良善種籽

06 三總突破萬難延續大愛
疫情下的生命接力！
「器」而不捨圓滿心願

Pushing Happiness 幸福推手

10 林家誠醫師用關懷引導善念
耕耘器捐有成
高雄長庚宣導大愛延續生命價值

12 江淑娟協調師穿梭生死之間
牽線點燃希望
推動善終信念讓大愛精神永留傳

14 張夢馨社工師幫助家屬圓夢
讓生死兩相安
全程關懷陪伴完成臨終天使的愛

Lohas Activity 樂活絮語

16 東區家屬關懷活動
秋遊農場踏青 傳遞愛與關懷

20 2021 植愛感恩紀念音樂會
為愛而聲 傳遞最真摯的祝福與感謝

Dreaming Angel 圓夢天使

24 呂侑桐用生命照亮生命
完成助人心願 成就生命的另一種延續

27 樂團 Go Go Rise 女主唱遺愛人間
地球任務結束 器捐行善留下永恆的愛

30 林信益重拾「腎」利與生命尊嚴
感謝溫柔的愛 換腎開啟人生新頁

33 徐浩誠更愛惜自己身體
大愛受惠 換腎獲賜第二生命



Warming World 暖心世界

36 2021 世界安寧日線上影展
用溫暖人心影片 傳遞安寧療護的真意

Optimal Living 理想生活

39 宅在家，也要開心動！
居家運動正夯 養成健美好體態



器官捐贈 愛心永在

刊 名：植愛半年刊
期 別：第十八期
創刊年月：中華民國102年7月
出刊年月：中華民國110年11月

發行人：薛瑞元
總編輯：劉越萍
主 編：劉嘉琪、柯彤文
執行編輯：王詩瑩、陳怡仁
發行單位：財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心
115029臺北市南港區南港路2段78號6樓
0800-888-067

企劃設計：商周編輯顧問股份有限公司
104台北市中山區民生東路二段141號6樓

定 價：60元

本刊全部圖文均有著作權，未經同意不得以任何形式使用轉載

延續生的長度

活出愛的喜樂



時間過得飛快，轉眼又過了一年。2021年新冠肺炎疫情又升高一波，改變了許多人日常生活的模式，大型活動被迫取消、醫院嚴格管制進出人員，在勸募器官時難免受到或多或少的不便與衝擊。截至9月底為止，今年器官捐贈案例較去年下降3成多，中心透過視訊會議與全台各大勸募移植醫院商討對策。感謝在疫情艱困時期，做出器官捐贈決定的家屬，人生最後時刻仍然發光發熱，讓其他人延續生命，見證了大愛是世上最美的存在。

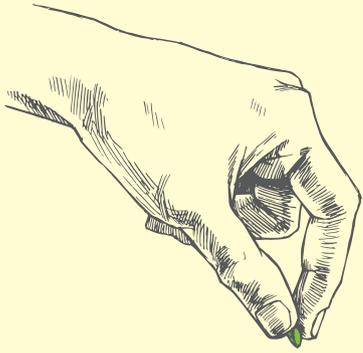
今年，各區的家屬關懷活動順利進行，期盼持續支持陪伴捐贈者家屬及受贈者的身心健康，帶來依靠的力量。而一年一度的器官捐贈紀念音樂會受到疫情影響，不僅延期舉辦，更因應防疫措施改為線上直播。雖然少了現場的觀摩感，但網路跨越空間限制，將你我凝聚在一起。疫情阻隔了彼此距離，卻讓我們用另一種形式相聚，加上科技輔助，不同於親臨現場的全新體驗。相信這也是後疫情時代，我們在器官勸募將要面臨的挑戰！

本中心自2002年成立迄今，將滿20週年，不斷致力於器官捐贈推廣、建置相關資

料、促進捐贈器官有效運用以及增進民眾健康。有鑑於我國邁入高齡化社會，安寧療護的需求持續增加，「如何善終」是所有人都会面臨的重要課題，讓末期病人有尊嚴地走完人生最後的一哩路。因此，中心編制改組並更名為「財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心」，將擴展病人自主、預立病人自主意願書、落實安寧療護及器官捐贈，不讓生命盡頭留下遺憾。

醫療科技的進步讓生命末期病人得以延長生命徵象，但是「活著」並不等於「好活」，生命貢獻出什麼，遠比取得了什麼更具意義。當有限的生命走到盡頭，如果器官還能在他人身上得到延續，不啻是一種行善至終。●

衛生福利部政務次長
財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心董事長



北榮齊心抗疫守護健康

不畏艱難實現遺願 播撒生命良善種籽

全台實施三級防疫警戒期間，臺北榮總接下指揮中心指派任務，團結力抗疫情，醫護人員面對險峻疫情不退縮。新冠肺炎衝擊之大，器官勸募備受考驗，榮總團隊抗壓解決受阻問題，跟時間賽跑、與病魔對抗，換來一個個重生的希望。

撰文 | 廖靜清 圖片提供 | 臺北榮總、Shutterstock



一場突如其來的疫情，打亂了原本平靜的生活，在這無常且特殊的時期，各大醫院量能過載，啟動嚴格的醫療應變措施，連帶影響器官勸募工作的困難度。北榮協助指揮中心大量採檢群聚感染事件，累積快速採檢經驗，身為醫學中心，醫療發展成果有目共睹。臺北榮總「心傳真愛—器官捐贈感恩會」於10月剛落幕，移植外科主任劉君恕回顧2021年的器捐狀況，近一年完成42例個案，感謝捐贈者在生命終點為他人點燃希望。

疫情阻隔人際交流互動

三級警戒之前，民眾活動自由；疫

情警戒升至第三級，大眾行動受到限制，外出發生事故人數相對變少。而在醫院方面，調整門禁及人員管制措施，病房管理採分區分艙照護模式，限縮病房、限制訪客。疫情使捐贈數下降，綜觀整個大環境，社會活動降低、醫院政策減少了接觸病人家屬的機會。「平常說錯一句話，家屬可能就不願意捐了；疫情拉遠人與人的交流互動，少了發現潛在個案的機會。」進入榮總工作逾30年、擔任協調師迄今滿20年的廖麗鳳以過來人的經驗說道。

為了造福瀕死的生命，團隊曾討論是否用線上遠距的方式跟家屬溝通，但如何讓家屬放下哀傷、發揮生命轉念，需要長



期關懷與陪伴，雖然科技提供更便利的方式，但卻少了人與人之間該有的溫度。廖麗鳳認為，器捐過程非常哀傷，因為要協助惶恐又無助的家屬放下並非容易的事。面臨即將往生的過程中，家屬難免有許多被壓抑的情緒，有時握住對方的手說：「辛苦了」，肢體動作更甚於言語。

善用行動科技遠端視訊

跟上指揮中心視疫情狀況做滾動式修正，北榮團隊透過多次線上會議與衛福部、全台各大勸募移植醫院商討對策，希望警戒期間順利達成器官捐贈美事。主任劉君恕述說，幾個月來，線上開會討論狀

況良好，唯器官勸募無法線上推行。他形容，「器官勸募讓人體悟生命的美好，絕非三言兩語能表達，就像遠距戀愛一樣，『溫度』才能溫暖對方。」若少了溫度，很難達到良好的共識，儘管遠距方式窒礙難行，仍努力嘗試打開家屬心扉，建立信任與情誼。

廖麗鳳分享，這幾年器捐風氣逐漸盛行，有些家屬已做好奉獻大愛的心理準備，簽署同意書後，院方盡量簡化流程、協助免費PCR核酸檢測，減少頻繁進出醫院的風險。對於無法到院探病的家屬，北榮利用通訊軟體立即視訊





影像，彌補限縮加護病房會客時間與人數的限制，避免親友無法入內探視感到遺憾。家屬高度配合院方完善防疫工作，在醫護人員的盡心之下，運用平板電腦及通訊軟體解決探病焦慮，不用擔心受限於會客時間。

啟動視訊診療健康照護

5月15日起，健保署推動全國視訊診療指定院所開設「視訊診療門診」，減輕病人疫情期間就醫的心理壓力。這一點對受贈者來說，可降低暴露風險，看診後透過榮總App繳費完成後，院方會將藥物及檢驗單寄給下次回診病人，跨越交通和時間，提供便利與完整性的醫療。在醫院跨團隊會議、聯繫方面，固定舉辦會議討論專案，避免醫護人員群聚接觸；遠端醫療對內對外，發揮了很大的作用。這次危機，顯示任何超越想像的狀況都有可能發生，醫師、病人和醫療體系，都將面臨不一樣的挑戰。

全國醫療院所停止開放探病及探視，醫療團隊轉為鼓勵視訊連線，民眾普遍接

受度高，但是對器官勸募而言，似乎少了被愛、被關懷的感覺。

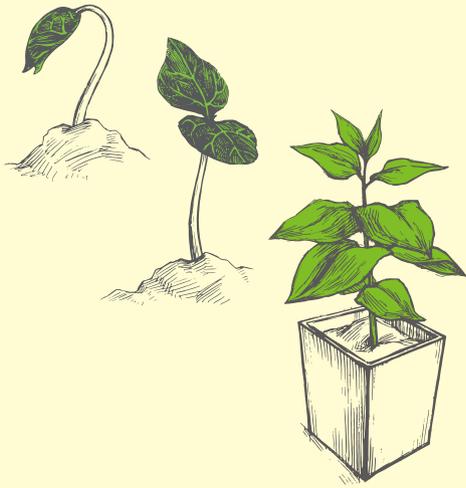
穿梭生死多年的廖麗鳳，以多年做中學的經驗不吝傳承，人世間有苦有樂，真誠陪伴家屬走過生命的低潮，可使艱苦的死亡過程變得較安詳。「當臨終階段來臨時，我們能做的就是陪伴，讓大愛天使無罣礙、平靜地離開人世。」廖麗鳳抱著使命必達的態度，讓最後的告別沒有遺憾。

風雨之後總會看見彩虹

以往，親人病危入院時，幾乎是全家族動員輪流到院探病，想現場親自聆聽醫生解說病情。有了即時視訊軟體，能直接遠端交流無障礙，劉君恕認同減少人數的做法，減輕醫護人員的壓力。臺北榮總除了訂定院內探病規範，也與交大智慧醫療團隊合作開發「預約探病App」，快速通關方便探病流程。科技探病固然方便，但還是希望器官勸募能多一些例外的通融，器捐家屬失去至親，需要將心比心同理陪伴，引領穿過悲傷曠野。

「要讓家屬在痛失至親時了解器捐、簽署同意書，本來就不是簡單的事！」廖麗鳳談起器捐，最重要的精神是好好善終。從器官捐贈到移植、再到移植病人恢復健康，每一次生命接力的背後，都是血淚交織的傷痛。受限於疫情，榮總團隊營造出「儀式簡單但心意不減」的氛圍，不讓疫情阻礙告別大事。「我們讓家屬在運送捐贈者的過程中，以道謝、道愛、道歉及道別方式陪伴在側走完最後一程，完成人生最後的畢業典禮。」致敬延續愛與生命的推手。





禁止跨院摘取器官政策

今年5月至7月，醫院除了降載之外，也禁止跨院分配器官，這項政策對器捐影響至大。劉君恕指出，醫院防範加嚴禁止跨院移動，捐贈者的器官、組織只能留在院內，但部分醫院只做某項器官移植手術，等於浪費了其它器官。三級警戒時，器捐人數降到個位數，一直到今年8月恢復跨院器官摘取，但醫護人員要完整接種二劑疫苗、入院做PCR篩檢，器捐推廣的能量慢慢回歸平衡。疫情讓器官捐贈充滿難度，但也看見生命因給予而美麗的光輝。

8月恢復跨院器官摘取後，共有3例大愛捐贈，包括從陽明交通大學附設醫院和萬芳醫院轉院到北榮的病人，在生命末期選擇遺愛人間，用不同的形式繼續活在世上。手術過程兢兢業業，密封的防護衣擋不住偉大身軀，醫護人員承載著捐贈者的大愛，搶救無數患者的健康。隨著疫情漸漸趨緩，器官勸募階段性調整措施，待疫情解封之後，醫療團隊會持續精進照護品質、發揚愛與奉獻的生命故事，讓器捐生生不息的觀念深植人心。

永不放棄屢創生命奇蹟

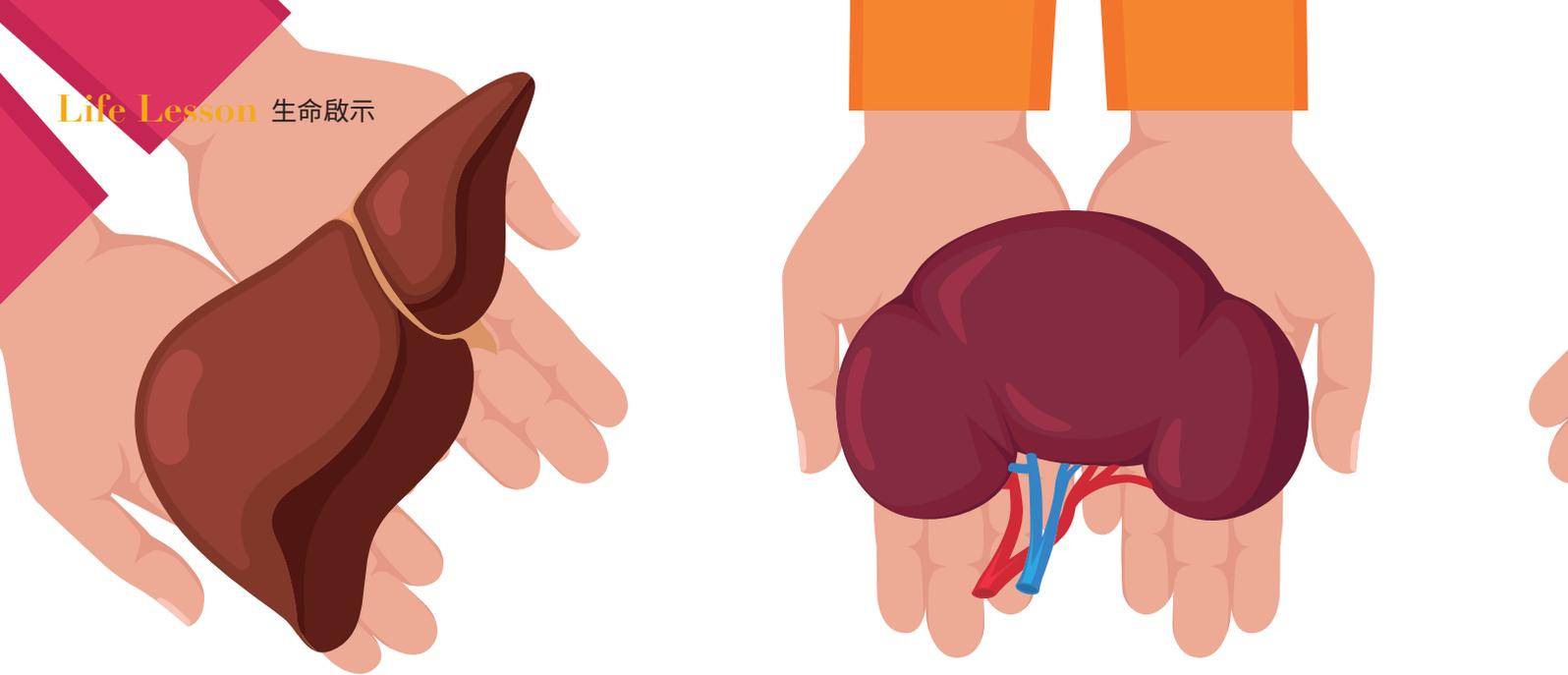
過去一年，北榮累積「防疫厚實



榮總堅強的移植醫療團隊，持續寫下愛的生命故事。

力」，包括劉君恕主任帶領肝臟移植團隊替僅9個月大的越南籍鄧小妹活體換肝。第一線醫護人員穿戴防護衣帽全副武裝，進入負壓隔離病房內執行手術，小心翼翼沉著應戰，命在旦夕的鄧小妹歷經10個小時的手術，順利搶救生命。2021年初，北榮再次協助另一對來自越南母子的活體換肝手術，11個月大的男嬰回復穩定狀態。疫情之下，人道救援的移植手術寫下愛的奇蹟，新生兒換肝不斷創新移植紀錄。

劉君恕強調救人是醫師天職，疫情嚴苛時期，禁止跨院摘取器官的政策確實影響了器官捐贈，「希望未來遇到緊急危難情況時，能多加考量病人的權益，也別浪費了臨終者留在世上的禮物。」這一場新冠病毒的戰爭，讓所有日常陷入前所未有的困境，換個角度思考，過去認為理所當然的事情，如今都變得彌足珍貴。器官捐贈讓人體悟：即使身處黑暗，依然存有良善人性。●



三總突破萬難延續大愛

疫情下的生命接力！

「器」而不捨圓滿心願

國內新冠肺炎疫情於5月中旬升溫，本土個案暴增，為遏止病毒擴散，衛福部禁止跨院摘取器官，器捐人數受到影響。三軍總醫院透過數位科技保持人際連結，同時維持社交距離因應挑戰，協助家屬完成捐贈者遺願，將大痛轉為大愛，也讓器官衰竭病人因愛重生。

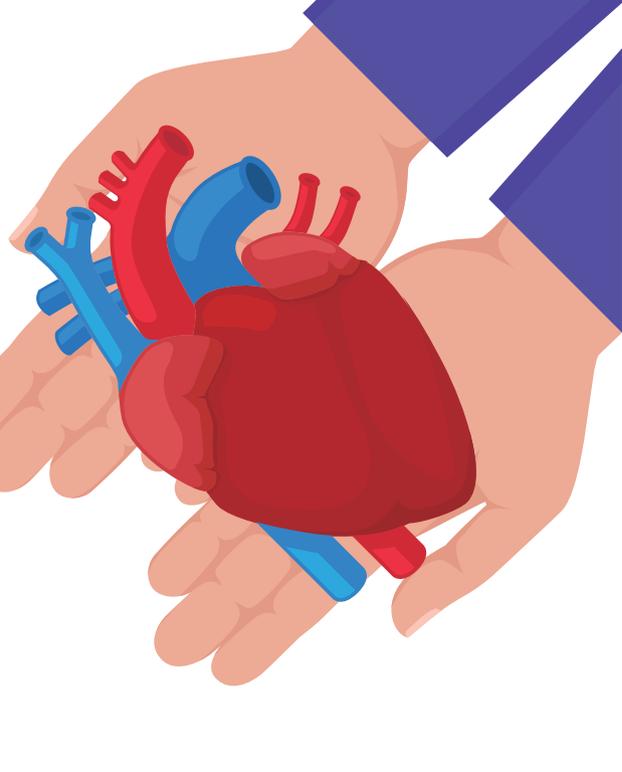
撰文 | 廖靜清 圖片提供 | 三軍總醫院、Shutterstock

2021年5月15日，雙北疫情拉警報，警戒提升至第三級，5月19日更將第三級防疫警戒範圍擴大至全國，加強管制措施，各醫院也實施門診降載、停止或延後非緊急的住院及手術，提供視訊診療、電話診療服務。疫情降低社會活動，連帶影響器捐人數，尤其是民眾減少到醫療院所，器官勸募團隊也不若以往方便進出各單位和病房。「大環境艱困，但我們不能

被疫情打倒！」三總移植外科主任樊修龍鼓舞同仁們的士氣，愈是艱難、愈要突破萬難。

換肝作戰累積防疫經驗

回顧今年的5至7月，醫院實施嚴格管制，樊修龍以換肝案例分享迄今宛如作戰演練的作業模式。2020年疫情爆發初期，一名自中國大陸返台的年輕男性，罹患猛



爆性肝炎，需要緊急進行移植手術。病人的病況來勢洶洶，醫護團隊小心翼翼在絕對隔離的環境下進行手術，事先已多次沙盤推演，透過任務編組、作戰會議等準則，最後順利完成換肝，更創下時程短、成功隔離且無傳染的成功案例。

除了前置作業和精湛醫術，三總團隊確實掌握病人術後、預後的狀況，完整匯報給相關醫護人員，形成完善的照護網絡。樊修龍笑說，三總的醫師身為公部門又是軍職，醫療同仁不僅在時間賽跑的壓力下展現彼此最大合作精神，發揮軍人作戰搶救生命的精神。整個器官捐贈移植的配套流程，包括器官捐贈與受贈者雙方的心理建設，以及術後照護、陪伴關懷等，守護身心不間斷，帶給捐贈者家屬及受贈者安定的力量。

死守四行倉庫的精神堅毅作戰

這台手術力求完整評估，以防疫為最高原則，同時兼顧病人安全。樊修龍形容，「手術房內的人員全都繃緊神經，像

是死守四行倉庫般的保衛戰！」在勸募及移植兩大團隊的整合下，提升運作效率。三總的活體肝臟移植手術都安排在白天，因疫情管控醫護人員流動並特別安排在晚上，且選在最邊間、空調獨立的手術房。移植團隊花了7小時完成艱鉅任務，病人術後狀況穩定，大大提振士氣。

團隊人員各司其職、合作完美無間，樊修龍指出，三總須遵守的規則遠大於其他醫院，新冠肺炎疫情期間執行的手術更是絕對嚴謹，對衛生單位、軍事單位各級主管都要提報並獲准。手術過程更是通盤做好防護隔離，絕不能有一點疏失，嚴肅紀律是軍醫院的特色，也是光榮的使命。樊修龍提到，三總團隊隨時處於待命與備戰狀態，有了2020年的抗疫經驗，才能在2021年站穩腳步，持續搶救生命。

不被疫情打倒持續深耕

三級疫情警戒期間，三總持續深耕器官勸募，「疫情讓器官捐贈遭逢接二連三的考驗，但我們不能被打敗，全世界也不



三總器官勸募團隊積極為協助家屬完成捐贈者遺願，將延續生命的大愛。

能因疫情停擺！」樊修龍鼓勵大家處於絕境之際更要積極，有時候危機也是一個轉機，而且勸募是長期累積的成果，絕不是短時間就能立竿見影。即使疫情反覆，院內工作照走、人員加強教育訓練，器捐協調師雖然不能如往常頻繁進出加護病房，仍能經由其他端幫忙發現潛在捐贈者。

疫情最嚴峻時刻，各大醫院禁止探病，住院陪病者也有人數限制，且要做抗原快篩。不同於一般醫療行為，器官捐贈是以命換命，因此病人的家屬極需關懷陪伴，走過煎熬的低潮期。基於人道考量，三總做好完善防護措施，能讓每位家屬向親人道別，誠如「Go Go Rise主唱Mei是我們醫院在三級警戒的首例器捐個案，5月2日入院急救，她的父親每天都到醫院來

探望；5月15日器捐當天，南部親戚特別北上，兼顧防疫規定和人道立場並運用數位科技協助，亦特別拉長彈性探病時間，讓他們可以輪流單獨進入加護病房說再見。」

推廣器捐再創生命價值

5月19日，進入三級警戒的第四天，醫院著手進行第二個器官捐贈個案，病人因為發生意外送醫，須報請檢察官同意器官捐贈後才可進行。「因應防疫，團隊事前準備了詳盡的資料，與檢察官約在醫院主建築外的其他行政辦公室做筆錄，力求運作流程順暢。」樊修龍感謝同仁詳列各種模擬情境及分工職責，增加緊急應變的處理經驗，訓練的扎根性有目共睹，「防



三總除了在醫療技術上的精進，也需要照顧捐贈者家屬受傷的心，每年舉辦追思感恩會，紀念每一位捐贈者的愛是永無止盡。（圖為109年追思感恩會）



疫情讓團隊的執行力更加彈性，以寄送藥品的方式，減少病人往返醫院的情況，同時也有相關資料可追蹤。（示意圖非當事人）

疫實務經驗的累積非常重要！」

樊修龍強調，唯有把平常工作練成內在價值，所有事情才不會因為疫情而停頓下來。「三總的魔鬼訓練，雖然嚴格卻很扎實，因為我們把病人擺在第一，疫情的嚴峻考驗反映日常基礎。」許多大型典禮和集會活動因為疫情紛紛取消，器捐比例也跟著銳減，院內仍持續進行器官勸募工作，希望能搶救危在旦夕的器官衰竭病人。國人愈來愈能認同器捐理念，當無常先來臨時，捐出器官遺愛人間，可為瀕死病人帶來新希望。

後續追蹤病況確保健康

完成移植手術後，受贈者須定期回移植門診追蹤與抽血，並遵照醫囑按時用藥，以維持器官組織最佳功能；而待移植者也要每3個月回診評估是否合適接受移植手術，逾期將變成無效等候名單。這方面醫院也擬定配套措施，有相關機制可追蹤紀錄，盡量減少回醫院的情形。「有一名住在台東的肝臟移植受贈者，飛機減班無法回院看診拿藥，於是寄來健保卡，醫

院協助寄送3個月的藥量。」樊修龍述說應變之道。社工師翁雅萍說道，移植病人跟醫護人員一樣，都要極力保護自己，不讓新冠病毒有機可趁。「除了幫忙病人無法定期回診事宜，疫情爆發後，民眾急切詢問『受贈者可以施打疫苗嗎？』團隊一一回覆並安撫不安的情緒，居中協調讓醫師個別判斷。」根據第二季統計資料顯示，器官捐贈人數往下降，翁雅萍坦言疫情阻隔距離，但是擋不住親情之愛，三級警戒禁止探病，許多家屬利用行動通訊遠端探病，連線互動突破侷限。

協助家屬完成人生四道

人生最後一段路，親友的陪伴非常珍貴，協調師葉姍姍團隊溝通，在符合防疫規定原則下，讓家屬輪流進到加護病房，完成「道歉、道愛、道謝、道別」的人生四道，避免留下遺憾。不能到場的，則使用Line通訊軟體，分享螢幕畫面即時互動，「送別過程，在嚴密的防疫措施與維持室內外交距離中完成，雖不能盡善盡美，已是緊急情況下的變通之道。」葉姍姍以團隊經驗思考，器捐最重要的意義是要讓一切圓滿，無私大愛值得尊崇。

三總自1986年開創第一例器官移植以來，不斷創新多項移植技術，致力讓生死兩相安。疫情爆發，考驗醫院的政策與措施，三總擔起國內防疫重責大任之外，器官勸募工作也不停歇。雖然疫情使器官捐贈人數下滑，但醫護團隊仍特別感謝家屬在這樣艱困的情況下，做出器捐的決定。基於臺灣防疫有成，過去對抗SARS的經驗，以及2020年換肝的案例，使得三總能在疫情期間仍可超前部署「提前想、往前看」，發揚器官捐贈薪傳生命的理念。●

林家誠醫師用關懷引導善念

耕耘器捐有成

高雄長庚宣導

大愛延續生命價值

深夜的高雄長庚急診室，傳來忙碌吵雜聲，醫療團隊盡全力搶救剛送進來的重傷病人，施行插管、壓胸和電擊。對於預後不佳的個案，林家誠醫師以關懷角度向家屬說明病況進展，輔導面對、接受死亡。

撰文 | 廖靜清 圖片提供 | 林家誠、Shutterstock



「醫生，我兒子真的沒救了嗎？」、「他不會醒過來了嗎？」、「還會有奇蹟發生嗎？」長期投入臨床工作的腦神經外科主治醫師林家誠，經常救治腦中風、重大車禍事故等腦傷病人，穿梭於急診室、加護病房，看遍無數生離死別。生命無常，親人離世留給家人無限哀傷，面對死亡這門功課，醫護人員除了救治病人，也要協助家屬走過悲傷。

從前線宣導觀念帶動風氣 從急救治療到暖心問候

「傳統的醫師教育養成，主責是治療病人，致力於醫療行為，比較少深入關心家屬的想法，後來多了『醫務社工』擔任橋樑溝通角色，達到最佳的醫病互動。」林家誠述說關懷家屬的重要性不亞於治療病人本身！早年因重大傷病無法治癒病人時，家屬難以接受親人遽

逝的消息，不斷淚訴自責，更不停哀求醫護人員繼續搶救。在前線工作久了，也體認到醫療終有其極限，同時也感受到：「多一些人性關懷，能救贖家屬心理傷痛。」

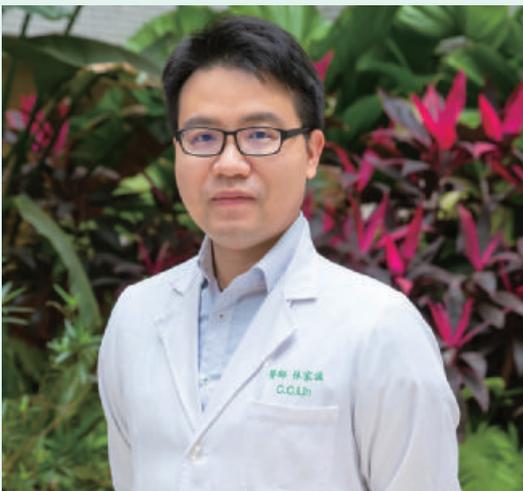
救治過各種腦傷病人的林家誠，每當遇到無法治癒的病人，總是非常糾結該如何向家屬開口，後來慢慢調整心態，試著在適當時機提出生命最後一哩路的器捐選擇，協助家屬轉念，讓至親用另一種方式延續生命。此外，他也強調，受贈者嶄新的人生固然重要，但器官勸募前要先體諒捐贈者與其家屬心情，妥善引導將大痛轉為大愛。

用同理心促成器捐與遺願 陪伴病人走到最後一段旅程

每個器捐個案背後，都有暖心的人生故事；而每次治療過程，也都是由勸募人員和個案共同建構遺愛社會的故事。林家誠分



享，曾有一位40多歲的中學老師，在家修繕時意外跌倒，從其他醫院轉過來急救，狀況非常不好，昏迷指數只剩下3。家屬表示有器官捐意願，過程中主動敘述：「老師平常



在前線工作久了，林家誠體認到醫療的極限，也認為醫護人員若能關懷就能減少一些家屬心裡的傷痛。

熱心公益，身體力行教導小孩跟學生幫助他人。」當完成一切的器捐流程後，家屬的情緒也極度感傷，摯愛家人死亡帶來的衝擊，需要一輩子撫平。

林家誠善盡醫生的本分，努力「醫生不醫死」。當醫療來到極限時，也嘗試告知家屬其他醫療選擇，包括安寧緩和及器官捐贈。「神經外科主治各種腦部手術，在搶救的過程中，面對未知與隨時可能降臨的人生終點，我們除了幫助病人恢復健康，也要做好準備輔導家屬面對死亡。」他娓娓道述醫師的職責，若病人走向生命終點已是不可避免，那麼就需要為病人找出一個最適當的方式，讓病人走完人生最後一段旅程。

讓摯愛家人和平善終往生 陪病人家屬走過喪親悲傷

「往生」，在字面上的意思代表另一個生命循環的開始，若生命進入末期，和平善終何嘗不是一種離苦得樂？林家誠回首醫學院時期，非常敬佩大體解剖課的老師，願意將自己的身體捐出來讓學生學習，不僅認識人體結構，也思索生命本質。因此，當他回到醫療照顧前線，面對病人即將死亡，協助勸募器官捐贈，也讓他思考人生價值與有限的生命，更提醒著自己每一次的生死交會其實都是奇蹟。

「感謝所有的捐贈者及其家屬，要做這項決定並不容易，無私奉獻幫助他人重生，是這世界上最美好的一件事！」林家誠心懷感恩推動器官勸募，人與人之間相互扶持的精神成就更美好的社會，上天用另一種形式給予祝福。從個案通報切入到勸募，首要考慮到家屬的心情，先透過關懷了解、詳述病情狀況，讓社工和協調師接續進一步的勸募行動，避免留下遺憾。●

江淑娟協調師穿梭生死之間

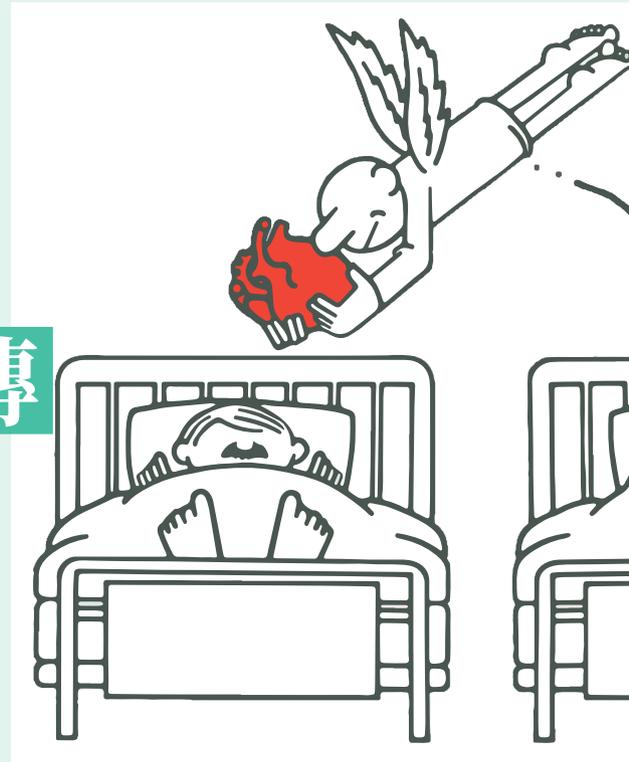
牽線點燃希望

推動善終信念

讓大愛精神永留傳

2019年職人劇《生死接線員》引起廣泛迴響，下檔之後，器官捐贈協調師仍繼續穿梭在生死之間，真實日常比戲劇還要來的更戲劇！雙和醫院協調師江淑娟樂於站上前線，讓一切順利運轉，點亮生命希望。

撰文 | 廖靜清 圖片提供 | 江淑娟、Shutterstock



奔走於瀕臨死亡和期待重生之間，協調師除了擔任受贈者與捐贈者家屬的溝通橋樑，也串起內外科、各科室的整合工作。

「器官捐贈是整個團隊的事，我只是居中牽線，為瀕死的病人爭取機會，也圓滿捐贈者的生命最後階段。」江淑娟娓娓道來協調師的工作內容，她形容每天都要跟時間賽跑，溝通協調各相關部門，同心協力完成以命換命的重責大任。

首例心跳停止後器官捐贈 震撼教育見證生與死課題

江淑娟原本服務於內科、血液腫瘤科，也有加護病房、安寧病房的經驗，但對於器官捐贈的經驗並不多，直到真正加入器捐團隊才知道箇中艱辛。「剛轉任協調師，就遇上雙和醫院第一例心死後器捐的個案，那時還未頒布『心臟停止死亡後器官捐贈作業參

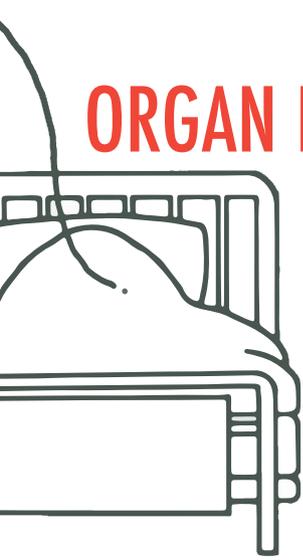
考指引』，醫師無法開死亡證明，也不能執行腦判。沒想到隔天家屬直接帶檢察官來醫院，經檢查官同意後進行器官摘取手術，以緊急事件處理所有流程。」

江淑娟回憶起當時，一切都還歷歷在目，家屬想趕在農曆7月前完成這項心願，於是她同步通報器官捐贈移植登錄中心，並諮詢當時擔任北區器官勸募網絡責任醫院的三軍總醫院（OPO）、聯絡院內檢驗科和手術團隊，最後順利摘取器官、完成配對捐贈，圓滿落幕。有了難忘的經驗，讓她謹記「隨機應變」原則，在又急又快的環境中，保持膽大心細、耐性溝通，因為只要任何一個環節疏失，都有可能錯失受贈者重生的機會。

器官勸募打破人我的界限 團隊攜手促成捐與受大愛

面對生死，江淑娟用心記住每一位受贈

ORGAN DONATION



者、捐贈者及其家屬的恩澤，看見死亡後接棒的感人重生，是繼續前進的動力。長期穿梭於醫院各院室中，培養她擁有更良好的傾聽能力，以及注意到家屬在各種訊息中的細微情緒，這樣高EQ的換位思考讓所有器捐流程做得更到位。「不論是癌末或意外，家屬在悲傷的時候下決定，並不容易，我們會從旁協助，讓大家了解器捐的價值與意義。」她以過去在安寧病房的護理工作為例，器官捐贈也是善終的另一種選擇，致力讓「生者心安，往者靈安」，人生無常十之八九，若是真的面臨這一天的到來，最後一刻仍能發光奉獻。

「我們的終極目標，就是讓受贈者承接捐贈者的大愛，過程分秒必爭，協調師必須擔起穿針引線的角色，並充當潤滑劑促進各方和諧與穩定。」江淑娟談及器捐協調師一職，語氣滿是認同的驕傲，這個工作真的不

容易，但看到病人恢復健康，成就感大於挫折感，道一聲平安、感謝足矣！

器捐教育文化往社區扎根 鼓勵全民一起做對的事情

一路走來，江淑娟見證了許多生命裡無私的大愛，懷著感恩的心，期許讓器官勸募更有溫度。雙和醫院每個月會於院內大廳舉辦器官捐贈宣導活動，也會不定期進到社區推動宣導於健保卡註記器捐意願，這些活動總能找到江淑娟的身影。甚至，她曾到學校為學生上醫療教育的課程時，以器官捐贈為主題。「有別以往對器捐的死亡忌諱，民眾接受度已提高，除了年輕人留步了解器捐內容，有些長輩也樂於加入。」

偶爾，江淑娟也會帶著家人一起參與活動，讓家人認識自己的工作以及器官捐贈無私的精神。「小孩以前常問我：『媽媽為什麼要做這個？』後來，當他們看到病人的真摯感謝、恢復健康的紅潤氣色，感到與有榮焉。」曾有一回，連續參與2個腦死判定，忙了3天才回到家，家人滿是不捨，但也給予滿滿的支持：「這工作真的很偉大。」江淑娟期許幫助更多人「延續生命的價值」，用不同的方式活出精彩。●



器捐的最終目的是「讓受贈者承接捐贈者的大愛」，協調師擔起穿針引線的角色，促進各方和諧與穩定。

張夢馨社工師幫助家屬圓夢

讓生死兩相安

全程關懷陪伴完成

臨終天使的愛

憑著一股服務熱忱，成大醫院的張夢馨社工師用陪伴關懷，為捐贈者家屬和受贈者帶來正面的力量。從事器官勸募迄今，更加體會生命的意義及價值，「人走了到底會留下什麼？」器官捐贈給了最好註解！

撰文 | 廖靜清 圖片提供 | 張夢馨



站在醫療工作的第一線，成大醫院社工師張夢馨看遍生老病死，對於器官勸募，「生死」不再只是心跳的距離，而是永不止息的大愛傳遞。因本身喜歡接觸人群，大學選讀社工系，希望投身服務領域提升大眾福祉；畢業前曾至醫院實習、畢業後正式加入醫務社工，實踐社會工作使命。

器官勸募不是個人的成就 團隊攜手促成捐與受大愛

畢業後，踏入醫療社工領域；2019年正式擔任器官勸募社工師，她坦言全新的工作內容是一大挑戰。「以前雖然曾接觸過器官捐贈，但職務重心轉為器官勸募又是另外一回事，必須全然投入，跟家屬搏感情、取得信任。」建立互信、互重的過程要下足功課，包括了解家屬所有的資料背景、事件發

生經過、身心狀況評估等，隨時提供適切的協助。

張夢馨認為，社工是溫暖的陪伴力量，「我們除了要了解病人的疾病進展，還要提早思考器捐過程中會遇到的各種狀況，預先設想、排除困難，成為家屬的支柱亮光。」多數人遇到至親瀕臨生命末期或重大意外事件，不知所措是大部分人的反應，而社工的陪伴與支持，是病人、家屬紓解心理壓力重要力量。器官捐贈只是醫療選項之一，張夢馨在勸募時尊重每位家屬的決定，不因勸募成效的數字增加彼此壓力。

遇見各種感人的器捐故事 將家屬遺愛化為前進動力

器官勸募的過程時常擺盪，張夢馨述說，「即使簽署了同意書，家屬對病人的病



況仍抱持希望，有時候病人流眼淚或手動一下，就會希望社工反應給醫護人員知道，期待奇蹟發生。」她舉例，曾有一位年輕人車禍重傷，母親擔任看護工作，非常了解長期照護的痛苦，聽了醫生評估狀況後，主動提出器捐意願。但後來，家族中的其他家屬反對，甚至尋求宗教儀式，藉此試圖詢問器捐者本人的意見，此案的最後沒能器捐成功。

另一個案例，病人在精神療養院住了20多年，因吞嚥噎到陷入昏迷，向家屬提出器官捐贈的建議時，家人非常訝異：「我們能捐嗎？真的可以嗎？」不斷確認了好幾次，原來，家屬認為病人長年住在機構，自責是社會的負擔，沒想到在生命末期竟然可以回饋社會。張夢馨認為，陪伴與關懷的過程有欣喜也有眼淚，不論結果如何，持續為有意義的事來努力，算是圓滿了生命最後一程。

疫情期間轉換勸募宣導 串起社會良善共好循環

在器捐過程中遇見各種大愛與不捨，讓她學會更珍惜現在擁有的一切，也更加堅信自己所認同的價值，把這份職業當成志業。

「認真做下去就對了！」張夢馨笑說社工師的工作包羅萬象，包括安撫家屬情緒、整理司法相驗資料、擔任醫病之間的橋樑等，雖然辛苦卻也甘之如飴。曾有一位捐贈者的家屬，手術後第一句話竟是關心：「受贈者的情況還順利嗎？」讓她更確信良善的循環。

這2年由於受到疫情影響，不能群聚或頻繁進入社區或其他里民據點，這也讓成大醫院改變器捐宣導的做法。開始在院內推廣器捐行動推車，定點宣導生命的終極價值。行動推車穿梭在院內各樓層，沒想到效果還不錯，許多民眾主動詢問，有的回應：「早就想簽，但不曉得去哪裡簽同意書！」執行以來，很欣慰簽署量沒有下降太多，在疫情艱難期間，各界愛心不減。器官捐贈是正向的生命觀，張夢馨要將溫暖傳遞給更多的人，讓愛超越一輩子。●



社工師擔任穿針引線的角色，促進各方和諧與穩定。



東區家屬關懷活動

秋遊農場踏青 傳遞愛與關懷

迎來暑假過後的第一個週末，接近頗具詩意的節氣白露，天氣微微轉涼，東區家屬關懷活動在疫情趨緩後登場。來自宜蘭、花東的捐贈者家屬與受贈者，敞開心房走出戶外重建社交網絡，在滿園柚子馨香中傳遞愛與祝福，透過手工藝創作互動舒壓，度過愉快充實的初秋時光。

撰文 | 廖靜清 攝影 | 賴建宏

暫別疫情陰霾，邀請捐贈者家屬與受贈者來到宜蘭三富休閒農場享受秋天的自然盛宴。一大清早，參與夥伴從羅東上遊覽車，或逕自開車到農場集合，行駛在冬山鄉的蜿蜒山徑小路，秀麗風景從身邊流過，盎然綠意讓人感到無比放鬆。走過32個年頭的三富休閒農場，2020年增加「紫森林旅宿」品牌，打造全新住宿環境及翻新原有設施，清

水模建築、玻璃屋咖啡廳讓人耳目一新。

看見器官捐贈的互惠共好

回首家屬關懷活動的點點滴滴，10年前也曾三富休閒農場舉辦過，10年後，農場翻新整修，帶給遊人全新印象。而登錄中心即將屆滿20歲，正式改名為「財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心」，宣導

大愛精神照亮需要幫助的生命，並讓末期病人獲得善終。執行長劉越萍期待登錄中心的轉型，能圓滿協助家屬與家人之間的溝通，凝聚力量共同走過生命幽谷。「希望登中的轉型，能更強化器官捐贈的關懷與陪伴，一起並肩同行走出親人遽逝的喪慟，也更落實善終與善別。」

前執行長江仰仁撥冗參加家屬關懷活動，遇到自己執刀換腎的病人，看到病人復原狀況良好且工作、感情穩定，他表示受贈者健康快樂就是最好的回饋。而這位換腎者劉坤達笑說緣分真的很奇妙，27歲發現腎衰竭、歷經2年的洗腎後幸運等到大愛腎，迄今已逾15年，一直很珍惜得來不易的重生機會。令他驚喜的是，2021年初，登錄中心搬遷到南港，正是位於工作郵局的樓上，而此次第一次參加家屬關懷活動，就遇上主治醫生更是讓他感動不已。

活動上，受邀分享心路歷程的腎臟受贈者吳妮宣，娓娓道來換腎之後的心情與生活。「2021年發生了許多事，包括緊急洗腎才再度搶回一命，我一直跟身體裡的『腎臟先生』喊話，一定要有信心度過難關！」36歲的吳妮宣，13年前開始察覺異狀，某次



專程北上的謝家寶也是器官捐贈者家屬，這次擔任手作DIY授課講師。



左 | 36歲的吳妮宣分享這失而復得的生命，期許自己能用這個延續的生命回饋社會。右 | 第一次參加關懷活動的劉坤達，就遇上自己的主治醫師江仰仁，讓他感動不已。

因體內毒素過高而昏迷，開始了透析洗腎人生，苦熬6年終於等到器官配對。移植前幾年不斷進出醫院，直到身體穩定才轉念接受新的自己，在臉書創立「血下小小勇敢日記」交流心得，幫助其他徬徨無助的腎友。

蝶谷巴特拼貼手作 聊心也療心

吳妮宣回憶移植漫漫長路，儘管初期反覆感染曾沮喪絕望，但想到自己的重生是來自別人的大愛時，更加寶貴這失而復得的生命。既然活下來了，就要學習好好活著，「老天爺不要我離開，表示我還有許多未完成的使命！」吳妮宣感恩現在身旁有了另一半，期許延續的生命能回饋社會，並以受贈者的角度獻上最真誠的感謝。「死，是生的起點。」這句話詮釋了器官捐贈讓愛遺留人間，家屬們的轉念成就大愛，圓滿許多家庭，值得大眾的敬佩和肯定

自台南專程北上的謝家寶，是蝶古巴特工作室的負責人，本身也是器官捐贈者家屬，特別擔任手作DIY授課講師。蝶古巴特是一種重組的技法，看似簡單，但相同素材經由每個人的手勁和拼法，重新拼貼出來的作品卻大不同！謝家寶投入蝶古巴特創作多年，運用創意剪貼呈現生活美學。重組，是

蝶古巴特進行構圖編排的核心，與器官捐贈讓生命以另一種形式重生，有著相似之處，呼應每個器捐故事代表了生命的轉化、大愛的昇華，蕩起感動的漣漪。

謝家寶述說愛子謝閔孟器捐的過程，情緒平和卻難掩對至親的思念，眼角泛起淚光，即使已釋然揮手道別，午夜夢迴仍感到悲痛。2018年12月14日凌晨，接到成大醫院電話通知：「你的兒子發生車禍了！」醫生告知孩子醒來的機率幾乎是零，且因撞擊太大、骨盆受損嚴重，將影響日後的行走能力。陪病期間，謝家寶不敢掉一滴眼淚，想到自己20年前曾簽下器捐卡，捨不得兒子受癱瘓的苦難，心念一轉，最後決定讓孩子遺愛人間，幫助7個家庭重生。

在思念情懷之後，謝家寶帶領大家動手黏貼蝶谷巴特衛生紙掛袋，選擇喜歡的圖樣，只要手撕材料紙、塗抹專用膠，運用創意做出最獨特且實用的小布提包。所有人專注於手作的樂趣，以及完成作品後的成就感，過程中沉澱、收拾哀傷的心情。一個個素面掛袋經過巧手改裝，變成兼具實用性與

觀賞性的日常用品，席間偶爾安靜、偶爾傳來笑語，每個人都沉浸在拼貼藝術的魅力！

克服逆境 生命自有出路

電影《侏羅紀公園》有一句名言：「生命會找到自己的出路。」代表生命的韌性，器官捐贈步步走得艱辛，不滅的愛讓希望繼續轉動，創造新生的感動。擔任活動志工的器捐家屬李珠分享，「生命中的所有挫折都不是大家所願意，我接受老天給我的難題，在修補傷痛的過程中，慢慢找回了自愛與愛人的能力。」簡單幾句話，給了其他家屬勇敢走下去的力量，因為器官捐贈的連結，牽起一段段特殊緣分，感謝所有捐贈者的無私奉獻、家屬的勇敢，以及醫護團隊的努力，締造生命的奇蹟。

另一位器捐家屬李玉滿已參加過數次關懷活動，談起心愛的兒子黃家彥，有感傷也有感動。在羅東博愛醫院擔任行政人員多年，看遍人生無常，但是發生在至親身上，仍感到錯愕哀慟。2013年，正值20歲的青春年華正待飛揚，因為一場意外摧毀殆盡，李





參加過數次關懷活動李玉滿，談起心愛的兒子黃家彥，有感傷也有感動。

玉滿內心不斷掙扎，最後決定以器捐遺愛人間。「孩子雖然逝去，精神卻與我們同在！今年小兒子闌尾炎開刀，手術室外的螢幕剛好顯示著另一位手術者的名字，與大兒子相差一字；看到名字兩兩排在一起，感覺是哥哥守護在弟弟身旁，我們都覺得很神奇。」

李玉滿心懷感激，認為這是上天所做的安排，「家彥已經離世8年，可是每當弟弟需要他的時候，都會用另一種方式陪伴在彼此身邊。很多無形的事說不上來，但他一直都在！」李玉滿捐出兒子的器官後，自己也

馬上簽署器官捐贈同意書，後來先生跟著加入行列，以行動支持響應。家屬陸續交流心得，拉近距離相互關懷，宛如重生聯誼會，帶來溫暖與依靠的能量。

秋高氣爽摘鮮柚、DIY果醬

午後，跟著導覽員遊園漫步、聆聽生態解說，認識三富休閒農場的自然環境，農場堅持採用自然農工法，不使用任何化學藥劑，因此孕育出豐富多樣物種。活動特別安排季節採果，一大片樹齡超過40年的老柚樹果實茂密，白露前後10天採收的柚子，採收後經過幾天的「辭水（消水）」，口感及果香風味更加迷人。導覽員示範挑選頭尖底寬的柚子，一人摘選2顆，集中製作果醬。

大夥分工切柚子、撥果肉，放置大鍋慢熬成綿密的果醬，再依序盛裝在玻璃瓶中，貼標籤、綁繩裝飾，合力完成的精美伴手禮將成為美好的旅遊回憶。活動結束，大家依依不捨離開，肯定此次聚會的意義，透過大愛聊天室、藝術創作、遊園導覽、DIY果醬，內心難以言喻的心情與感受都得到慰藉。●



特別安排了季節採果的活動，大夥合力採收柚子、切柚子、撥果肉，最後再放入大鍋慢熬成綿密的果醬，合力完成這充滿回憶的精美伴手禮。



2021植愛感恩紀念音樂會

為愛而聲

傳遞最真摯的祝福與感謝

一年一度的器官捐贈紀念日，是傳遞愛與感恩的日子，今年受到疫情影響，順延至10月3日舉辦。因應防疫措施，精心打造為線上音樂會，特別安排4組表演節目，獻唱多首溫暖動人的曲目。讓全台各地的捐贈者家屬和受贈者在線上齊聚，打破地域和人數限制，互動零距離。

撰文 | 廖靜清 攝影 | 黃鼎翔

關於生命的意義，哲學家尼采曾說：「人類的生命，不能以時間長短來衡量，心中充滿愛時，剎那即永恆！」一百多年來，醫學發展迅速，許多瀕死病人在鬼門關前被醫師搶救回來，但器官移植是目前挽救末期

器官衰竭病人的有效治療方式之一，唯有大愛捐贈者的愛心能讓病人重獲新生。邁入第六屆的「植愛感恩紀念音樂會」，今年轉為線上直播演出，打破空間藩籬凝聚彼此感情，喚起大家對器官捐贈的關懷與重視。



音樂會場外的故事牆上，有著來自各地受贈者的手寫卡片，以感謝回應捐贈者的大愛精神。

大愛是世上最美的存在

今年活動主題是「為愛而聲」，邀請Just Vocal Band、聲動樂團、台大EMBA合唱團及女子唱將閻奕格一同為愛發聲，唱出希望、展演對生命的熱情。聲聲不息的躍動音符象徵生生不息的生命傳承，唱出令人動容的曲風，也響應器官捐贈的助人意義。

「生命是禮物，也是領悟！」主持人倪銘均開場道出以愛延續生命的真諦，把身體的一部分捐贈給有需要的病人，幫助他人重獲新生，何嘗不是為後代世人所留下的珍貴禮物。器官捐贈亦是生命捨得的領悟，轉念

讓至親以另一種方式繼續活在世上，帶動良善的循環，有機會成為別人生命中的貴人。

「為愛而聲」音樂會傳遞美善，讓大愛精神能夠深植人心，除了線上演出，會場外也設置故事牆，展出來自各地受贈者的手寫卡片，每一聲感謝都是回饋。

人生最後一課學習放下

衛福部次長暨器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心董事長薛瑞元表示，我國器官捐贈相關法例與政策逐步完善，有愈來愈多人認同器捐理念並簽署器官捐贈同意卡。因應台灣邁入高齡化社會，「器官捐贈同意書」將列入中心推廣目標，選擇安寧緩和醫療是末期病人應有的權利，死亡是所有人都會經歷的過程，重點是死亡之際，我們如何做？器官捐贈的另一層意義即是「善終」，放手讓摯愛家人身心安樂無痛苦，用不一樣的方式延續人間。

活動現場，啟動溫馨的祝福儀式，與會貴賓及捐贈者家屬林笑蘋、受贈者黃健予一同拉開大禮盒，一顆顆代表生命跳動的氣球飛高飄遠，乘載著愛與思念傳給在天堂的捐贈者。這一幕讓人想起了電影《天外奇



Just Vocal Band特別選唱「奉獻+You Raise Me Up」組曲，用歌聲與大家共度這個值得紀念的日子。



受贈者代表上台獻花給捐贈者家屬代表，以表達生命無限感謝及生生不息的愛。



今年活動邀請台大EMBA合唱團等樂團一同為愛發聲，唱出希望、展演對生命的熱情，用旋律表達器官捐贈的助人意義。

蹟》，故事主角的老伴先離開了人世，在一連串的探險行程後，終於找到了生存的意義。呼應林笑蘋說的：「人終將會離開，我們要怎麼好好的活？」這句話喚起深刻共鳴，逝去並不意味著終結，思念的淚水更陪伴著我們勇敢前進！

練習跟摯愛家人說再見

「思璇是一個很特別的孩子，陽光開朗，有許多古靈精怪的想法，總是用幽默有趣的方式製造歡樂氛圍。」林笑蘋分享女兒黃思璇樂觀的個性，2020年的寒假因疫情延後開學，因此安排到東部打工換宿，想留下豐盛體驗。沒想到在當地遇到重大車禍，原本想轉回北部醫院進行治療，但加護病房卻通知生命跡象非常微弱。當下，她腦海浮現職人劇《生死接線員》的劇情，剛好先生也支持器捐理念，夫妻倆認為，如果生命留不住，那就捐出器官幫助別人吧。

這一年多來，她在面對死亡和失去，

已慢慢放手走出傷痛，「女兒是我的人生導師，生命有多長我不知道，重要的是活得精采充實，豐富生命的寬度和韌度。」林笑蘋感謝醫院的協調師給予許多幫助，包括心理輔導、關懷陪伴，以及轉交受贈者報平安的卡片，相信女兒的精神永遠都在。「沒有什麼是一杯奶茶解決不了的事，如果有，那就喝二杯！」林笑蘋用女兒思璇經常說的話來鼓勵大家，生命的苦難總會過去，把自己的生活過好，才是離開的人最想看到的。

生命用不同面貌再延續

心臟受贈者黃健予分享器捐移植的心路歷程，他回憶2016年8月8日發生急性心肌梗塞併發休克，在葉克膜維生的倒數時刻，排到心臟移植的機會。手術後，帶著重獲新生的勇氣鼓勵他人，錄製影片、撰寫書籍，但勵志故事背後有著不為人知的艱辛。「我的眼睛因急救發生中風而視力衰退，雙腿肌肉萎縮完全使不上力，復健過程痛苦難受，那

段時間非常挫折。」黃健予將經歷過程書寫成《失去心跳的勇氣》，紀錄胸口長長的血痕，也感謝所有的貴人。

移植手術迄今5年多，黃健予未曾停歇社會回饋的腳步，擔任登中的志工、經營Podcast頻道宣導器捐觀念，生命的課題很艱難，但是愛與友誼讓人變得勇敢。「我要感謝器官捐贈的天使以及家屬，你們的善良成就了另一個生命的精彩；我喜歡現在的自己、我把自己照顧得很好，希望能撫慰你們曾經所遭受過的傷痛。」黃健予心懷感激，移植重生後，更珍惜生命中的分分秒秒，雖然視力只剩下0.1，仍想清楚看見每一張大愛天使的臉，期待在天堂能相認。

音樂會匯聚力量轉動愛

活躍於阿卡貝拉界的人聲樂團，已成軍10年的Just Vocal Band，率先獻聲。他們特別選唱「奉獻+You Raise Me Up」組曲，用歌聲與大家一起共度重要的日子！由謝韻雅和美國夫婿Scott Prairie創立的聲動樂團，作品充滿神秘、詩意的靈性氛圍，唱出超越時空和語言的動人樂章。謝韻雅分享曾看過國外器官移植影片，捐贈者進入手術室後，家人歡呼：將要開啟另一個旅程了！把善念化為



女力唱將閻奕格認為器官捐贈意義不凡，生命轉個彎，能對不認識的人產生莫大助益與影響。



聲動樂團以充滿神秘、詩意的靈性氛圍，唱出動人樂章。

行動，每個人的小愛都能成就大愛，點燃生命火焰的心燈，永不止息。

歌手閻奕格用高亢優美的歌聲撫慰人心，精選「也可以」、「凝視」、「太陽」3首歌，帶著笑容唱出歌詞表達的意境，真摯情感渲染所有人。閻奕格認為器捐意義不凡，生命轉個彎，對不認識的人產生莫大助益及至關重要的影響。台大EMBA合唱團由郭宗銘團長領軍，獻唱多首歌，其中一首「夜亮」獻給器官捐贈者和家屬，也向醫護人員致敬。詞曲創作人林京美老師和蔡宏斌醫師親自到場聆聽，經過數個月的線上、實體練唱，全員使出渾身解數，完成一場具療癒力及影響力的感恩音樂會。

溫馨的音樂會，最後在追思名單影片畫下完美句點，不論是生命的禮物、永恆的祝福，這些令人感動的時刻滿滿洋蔥。包含場外的故事牆，字裡行間洋溢道盡感謝，文字的溫度寫進心坎裡，充滿治癒魔力。「為愛而聲」感恩紀念音樂會，因疫情延後了4個月，改成線上直播形式精彩更甚，大愛將轉化為生活中的美景，滋養生命歷程。●

呂侑桐
用生命照亮生命

完成助人心願 成就生命的 另一種延續

正值青壯年的呂侑桐，經營網購甜點店。一場突如其來的意外，面對無常，慈濟志工陳瑋瑋忍住椎心之痛，堅強冷靜的為兒子做出器捐決定，完成他生前想要助人的心願。

撰文 | 張侑文 攝影 | 賴建宏
圖片提供 | Shutterstock



「那一天傍晚，跟隨著救護車將兒子送至三總急診室，急救後雖然恢復心跳，但是醫師說因為缺氧過久，腦部嚴重受損，醒來的機會不大。就算熬過死亡關卡，也會是植物人。」當醫師說出這句話時，陳瑋瑋看著身上插滿管子的兒子，心痛至極。站在一旁的媳婦，無助的淚流滿面。

擔任慈濟骨髓關懷小組志工超過20年的陳瑋瑋，陪伴過許多捐髓者和受髓者，看盡悲歡與人生無常。面對屬於自己的一堂無常生死課時，陳瑋瑋雖然焦慮心痛，卻知道自己只能靜待醫院的通知，無論遇到甚麼緊急狀況都必需要堅強冷靜面對。

堅定助人的心 遺愛人間器捐幫助3個家庭

呂侑桐在加護病房的時候，生命跡象始終不穩定，醫師說隨時都有可能離開，當陳瑋瑋得知呂侑桐的健保卡有註記器官捐贈之後，便與媳婦討論是否要為兒子完成助人的心願。

由於疫情關係，家屬無法陪伴在一旁。於是，陳瑋瑋拜託醫師在呂侑桐的耳邊轉達，「如果你願意再讓媽咪愛你，請為我們加油恢復健康；如果你真的累了，我們也會成全你救人的心願，保護好器官留下來給需要的人。」輾轉一夜未眠，隔天早上，醫師



家人為完成呂侑桐救人心願，簽署器捐同意書幫助需要的人。

死判定即將入開刀房進行器官捐贈手術了，陳瑋瑋本來想順應兒子的心願，為侑桐捐贈所有可用的器官和組織，但由於5月正是新冠肺炎疫情日趨嚴峻的時候，醫院為了防疫暫停跨院分享器官，因此最後只能捐贈腎臟和肝臟。呂侑桐的大愛成功幫助3位受贈者，改變了3個家庭的命運。

與慈濟結緣 理解無常放下執著把握當下

有一次，陳瑋瑋帶著孩子到醫院看診，在等候的時間，無意發現書架上的《慈濟月刊》。翻閱的時候對於證嚴上人的理念深感認同，於是她主動打電話到慈濟，詢問要如何捐款幫助他人。就這樣，開始和慈濟結下長達20多年的緣分，成為志工一員。「做好事不是為了做功德或累積福報，在幫助別人的過程，內心就會感到好快樂。」陳瑋瑋的處事態度，也影響著下一代。

呂侑桐以前也很喜歡跟著媽媽一起去做志工，還說長大以後也要去當志工。「除了骨髓勸募工作之外，還需要給予血癌病人陪伴和關懷，如果有些病人的經濟狀況無力負

來電告知呂侑桐的生命跡象已穩定，陳瑋瑋心想，既然決定器官捐贈就不要拖，免得器官衰竭延誤救人的機會；醫院看家屬心意如此堅定便安排勸募小組說明器官捐贈流程，並讓家屬簽署器捐同意書。

在準備器官捐贈的期間，呂侑桐一度因為血壓太低、心跳不穩，可能無法順利捐贈器官。於是陳瑋瑋再度請醫師在呂侑桐的耳邊轉達，「器官捐贈同意書已經簽署完成，請一定要堅持救人的願力，保護好器官給有緣人。」到了當天早上5點多，醫師以電話告知：「侑桐真的很棒，堅定救人的心願，奇蹟般穩定下來。」上午8點，侑桐通過2次腦



受贈者的感恩信讓陳瑋瑋感到寬慰，她也為受贈者的身體而祈願，盼他們的往後人生愈發精采。

擔受髓費用，就要幫他們申請相關補助。」陳瑋瑋介紹慈濟關懷志工的工作內容。20多年來，陳瑋瑋關懷陪伴的骨髓移植病人有上百個，她有感而發地說：「骨髓移植後，才是最辛苦的開始。有些病人會因為感染或其他原因而死亡。」當關懷個案離世之後，陳瑋瑋就成為個案家屬的精神支柱，給予他們溫暖的陪伴與安慰。體悟到人生無常之後，對於生死的態度也更為豁達。

陳瑋瑋分享，有一位小病友他的最大願望是去上學，讀書對健康小朋友是再平凡不過的日常，但是對某些人而言，卻是一個難以實現的心願。「把自己的身體照顧好，把握當下，凡事不要太過執著。」陪伴接受骨髓移植的病友之後，陳瑋瑋更能領悟到生命的脆弱以及健康的寶貴。很多人覺得志工無私奉獻很偉大，但她卻認為，在關懷與陪伴的過程中，每一個案例的生命故事，都有許多值得學習之處，並且反觀自己，相較之下，自己所獲得的收穫，遠遠大於付出。

愛一直沒有離開 將無盡思念化為滿滿祝福

「侑桐從小就是一個善良、貼心的孩子。」陳瑋瑋說，因為本身患有乾燥症，常常身體覺得疲憊不適，呂侑桐小時候只要看到媽媽露出不舒服的表情或動作時，馬上就會上前關心，幫她按摩之外，還不斷地提醒著快去休息。

呂侑桐在紐西蘭念大學，10多年前完成學業後返回台灣，從事行銷公關工作，之後自行創業在網路開店。忙碌的工作之餘，也經常抽空陪伴陳瑋瑋到醫院關懷血癌病人，也協助製作骨髓捐贈宣導文宣、影片拍攝等工作。「侑桐常常煮東西給我們吃，每週幫忙打掃家裡和燙衣服，真的是顧家的大暖男。去年我的先生跌倒行動不方便，他總是揹著老爸上下樓，陪著去醫院就診，非常孝順。」提起愛兒，陳瑋瑋的回憶裡都是他的乖巧與貼心。

「侑桐沒有離開，他的生命因為3位受贈者而延續。」陳瑋瑋說，因為擔任志工的關係，經常在捐、受贈者之間傳遞感恩信與祝福卡，沒想到有一天自己也會收到感恩信。當她收到院方轉來的受贈者感恩信時，內心百感交集，看完信件之後也得到寬慰，也祈願受贈者身體健康，未來的人生更加精采有意義。她表示，如今要放下罣礙，如常做志工，並且把對於兒子的無盡思念化為永恆的祝福。

「前些時日，打完新冠肺炎疫苗的隔天，全身疼痛、非常不舒服。」她擔心是否引起血栓，於是和先生交代，萬一因為注射疫苗而身亡，將可以捐贈的器官全部捐出去。陳瑋瑋以平常心看待生死，認為人活著的時候就要把握當下，等到要離開的那一天，如果還能夠行善助人，就是非常圓滿的結果。●

樂團Go Go Rise女主唱 遺愛人間

地球任務結束

器捐行善留下

永恆的愛

獨立樂團「Go Go Rise美好前程」的主唱Mei，於今年離開人世，完成器官捐贈，結束在地球的任務，親友、歌迷難過不捨。如同樂團專輯歌曲《最後一戰》，歌詞不斷重覆：「這是最後一次機會」，把握當下並付出自己最大心力。

撰文 | 廖靜清 照片提供 | Go Go Rise美好前程



成軍多年的Go Go Rise美好前程樂團，2012年底推出首張創作專輯《昨天》，樂風融合了流行龐克、現代搖滾等元素，加上主唱Mei的獨特聲線，曲風充滿正面力量。樂團逐漸嶄露頭角，美好前程之路從此開闊，活躍於樂壇，經常與其他音樂人交流激盪出不一樣的火花。2021年5月初，卻傳來Mei送醫搶救的消息，半個月後仍宣告不治，讓眾人心碎不已。

生命最後留下美好一役

從小喜歡唱歌的Mei，高中唸的是音樂班，也接觸搖滾樂，讓她在心中有著音樂創作的種子。2010年正式成立樂團，陣容陸續

增加至6位團員，創作元素源自於每個人擅長不同的技巧與曲風。彼此曾為了捍衛完美而爭執，也因為創作而更堅定未來的方向，Go Go Rise漸漸廣為人知，其風格甚至成為樂迷的一種生活態度。然而，這一切都伴隨著突如其來的意外，嘎然而止！5月2日，樂團臉書粉絲專頁透露主唱Mei送醫急救的消息，請求網友幫忙集氣。親友們在病榻旁播放Go Go Rise的音樂、匯集祝福與祈禱，希望能喚醒年輕的生命。

經過半個月的搶救，Mei還是離開了我們，年僅38歲，生命憾事來得太突然，但她在生前完成器官捐贈，留下愛與圓滿。好友黃渝柔回憶，發生事故後，Mei一直處於昏

迷狀態，因腦缺氧半個月，評估好轉無望，家屬忍痛決定器捐。「我們雖然都很不捨，但也不忍她受苦，最終支持家屬的意願，讓Mei的愛跟精神留在世上。」黃渝柔認為肉體的離開並非完全消失，器官捐贈讓愛得以延續，消逝的生命以另一種形式重生，而生命垂危的受贈者得以回復健康，善良的大愛讓6個家庭重新燃起生命的希望。

大愛藉由器捐延綿不斷

生性活潑開朗的Mei，總是帶給周遭親友無限歡樂，個性獨立、善解人意的她，比同儕來得成熟與勇於嘗試。不僅在樂團中扮演領頭羊的角色，也經常開導團員如何創作、如何開心玩音樂。但也因為生性堅強，獨自把苦往心理吞，不願顯露脆弱的一面，這一

點讓黃渝柔心疼又無奈。「Mei留下的遺書，道盡對生命的感謝，她還特別留了一封信給我，看完很沉重也很惋惜，但也更加體悟人生真諦。」正值燦爛年華的生命在38歲止步，黃渝柔感嘆生命有太多事情無法掌握，放手成就生命的喜捨何嘗不是重生！

對於好友的逝去，黃渝柔相信離開並不是真的結束，器官捐贈讓大愛精神不滅，也見證人與人之間互相幫助的溫情。「院方說她的器官讓6位受贈者延續生命，有機會拯救其他人是一件好事，Mei的愛遺留人間，如同她的音樂永遠流傳。」黃渝柔在器捐圓滿落幕之後，也簽署器捐同意書表達支持，生命的最後一哩路還能有所貢獻，相信Mei的此生已無憾！仔細聆聽Go Go Rise的每一首歌，歌名、歌詞帶來振奮與希望，例如：信念、前



Go Go Rise美好前程樂團，在11月底舉辦「最彩繪音符的Punk女孩與Go Go Rise美好前程」最終場，紀念Mei。

方的路、新的出口、最後一戰、昨天，強勁的音樂力道搭配Mei的聲線吶喊，象徵迎向新的航線和旅程。

想念天空最亮的那顆星

瀏覽Go Go Rise的粉專，樂團於4月20日剛完成表演，當時Mei留著一頭綠髮，表演氣勢炸裂，而這場演出也成了她最後一次公開露面。歷經噩耗、急救、器捐等過程，團員們以「天空中最亮的那顆星是妳」悼念：「我們的主唱Mei稍早已完成器官捐贈，圓滿順利結束在地球的任務，然而縱使她離開了，信念仍存在於大家心中。」在Mei離世之後，樂團舉辦「彩繪音符的Punk女孩與Go Go Rise美好前程」最終場，為這趟旅程的最終舞臺上休止符，祝福並緬懷在彩虹另一端的Mei，願每個人都擁有屬於自己的美好前程。

Mei在生前接受其他訪問時提到：「有一天我們都會離開，那我們留下了什麼？至少我留下了音樂。那你呢？」器官捐贈讓她的一部分留在人間，留給親友、歌迷無限思念，持續傳頌純淨的勇氣與力量。同樣想念已故女主唱的黃湘芸，是Mei的表姊，任職於醫院腫瘤科，對於器官捐贈僅接觸過眼角膜勸募，因為這次親人事務，更深切感受捐贈者家屬的心情。「我不敢相信這種事會發生在至親身上，想起她以前曾說過支持器捐，一切好像冥冥之中自有天意，就像她對音樂的信仰一樣。」

最後能贈與生者的禮物

黃湘芸分享姊妹倆一路成長、扶持的心情，小時候唸同一所國小、國中，感情非常親密。近年雖然各自忙碌家庭、工作，但重要年節總會相聚，回憶每次聚會，Mei活潑開朗的個性感染了周遭親朋好友。「Mei永遠是



Go Go Rise樂團發行的每一首歌，歌名、歌詞帶來振奮與希望，強勁的音樂力道搭配Mei的聲線吶喊，象徵迎向新的航線和旅程。

個充滿活力的開朗少女！感謝你陪伴我的青春歲月，器捐善舉就像音樂的渲染力，希望聽到Go Go Rise音樂的人都可以激勵勇敢。」黃湘芸語氣充滿不捨，但想到Mei沒有痛苦的離世，在人生最後一段路走得安然，非常感激集氣加油的歌迷們，Mei將繼續她未完的人生旅程。

喪親之痛難以言喻，黃湘芸說道，Mei的父親忍住悲痛決定器捐，讓她的一部分留在人間，幫助其他垂危病人，也修補所有人破碎的心。「姨丈一手拉拔Mei長大，還引導她走上音樂這條路，面對最錐心刺痛的離別，留下的仍是愛！」除了離別的痛苦，Mei急救期間正逢疫情嚴峻時刻，醫院加強人員管制措施，但三總特別通融，避開群眾讓親友各別在病房內做最後的道謝、道歉、道愛、道別。走過生離死別，生命的盡頭是愛，Mei強而有力、熱血沸騰的音樂將繼續傳唱下去。●

林信益
重拾「腎」利與生命尊嚴

感謝溫柔的愛

換腎開啟人生新頁

一邊唸書、一邊工作、一邊洗腎，如此忙碌的生活節奏，林信益最終挺了過來，幸運脫離洗腎之苦，不用再奔波往返醫院。2019年，接受大愛腎臟移植後，他的身體裡有二個生命，每分每秒都心懷感恩，期許未來更認真、更用心活下去，不辜負捐贈者及其家屬的付出。

撰文 | 廖靜清 攝影 | 賴建宏
圖片提供 | Shutterstock



「身兼3個系所的主任，看似風光，其實壓力非外人能想像，身體終於負荷不了，陸續轉診才發現腎功能出現異狀。」林信益回憶2012年開始洗腎的辛酸史，早在2010年攻讀博士班時，血壓一直處在很高的狀態，那時的他，一邊讀書、一邊任職於臺北城市科技大學（光武技術學院），完全沒有時間處理私人健康問題。但因胸悶、頭暈、四肢無力，先至心臟科看診，經抽血檢查後轉診至腎臟科，醫生告知他的腎臟功能僅剩原有的25%！

洗腎七年樂觀面對逆境

林信益因為工作和進修，隱忍不適的

症狀，就醫時已是晚期慢性腎臟病，面臨洗腎危機。為了減輕腎臟負擔，選擇先用飲食控制法，請教其他腎友的經驗分享，但後來功能指數仍舊下降，最後還是踏進了洗腎中心。「那時我要兼顧3個系所，完全無法空出時間安排每週3次的血液透析治療，先選擇在家用腹膜透析，後來醫師評估交換率不佳，討論改為血液透析。」林信益坦言非常沮喪，感覺時間都被限制住，但後來想想覺得：「何不利用洗腎時休息？」於是，接受「躺」在病床上的時光，閉目養神打個盹。

洗了一陣子，膝蓋開始痠痛，原以為是得了風濕，檢查結果出來的病因竟是洗腎沒洗乾淨，林信益開始尋求醫護人員的照護協



能重拾健康的身體，擺脫洗腎的日子。2019年6月，接到林口長庚的電話，通知排到大愛腎臟，懷著無比感恩的心情趕到醫院。「我在病房不停想著，上輩子是修了什麼福報才能獲得人間至善，其他腎友等了10多年都還不一定能排上，我竟然等到了！」林信益一方面欣喜，一方面感傷，因為自己的重生是另一個生命消逝所換來，很難想像除了親情、友情，不認識的陌生人願意伸出援手，奉獻無私的大愛。

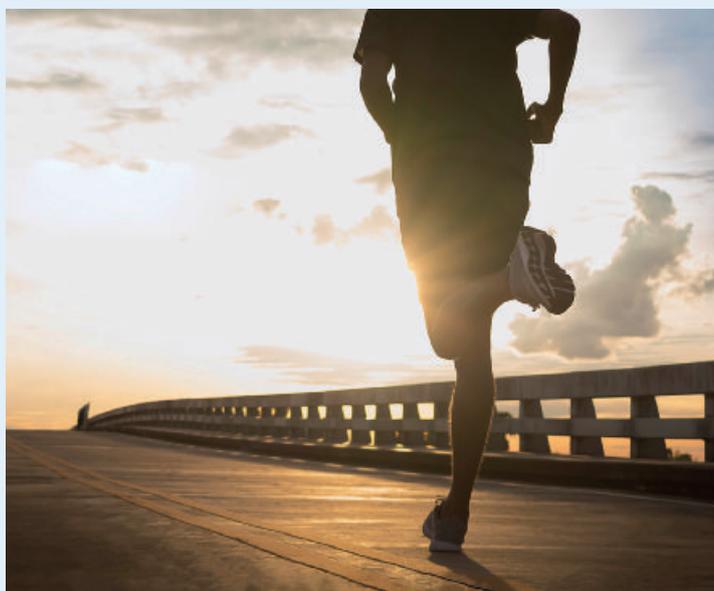
從加護病房醒來後，林信益對人生有了新的體悟，得來不易的大愛器官應該好好愛惜，才不會辜負捐贈者及其家屬的大愛。

「要做出同意器捐的決定，想必經歷了痛苦抉擇，我要加倍活出生命的寬度！」靠著信念努力讓身體恢復最佳狀態，安排規律作息、飲食嚴謹管理及各種復健運動。他笑說，第一次運動才走到住家附近的公園入口就沒力了，然而他靠著毅力，逐次遞增競走的距離，至今已經能走出不錯的成績，希望

助，當個全力配合的好病人，努力改善透析治療過程的各種不適現象。「醫療技術的進步得以延續生命，我慢慢把洗腎當成生活的一部分，不再是生活的負擔。」林信益從沮喪轉為正向，跳脫負面情緒，同時也登記等候腎臟移植。對於移植手術抱持隨緣心態，如果有幸能夠重生，必定會更加珍惜生命；如果注定終身洗腎，也要打起精神過好每一天，把握每個當下。

有緣終會遇到生命貴人

自從開啟洗腎人生，林信益研讀許多相關資料，知道等候器官移植的機會渺茫，不敢抱持太大希望，但內心依然渴望有朝一日



因著大愛腎有了重生機會的林信益，加倍活出生命寬度，邁開雙腳擁抱全幸福人生。

能永遠健康地走下去，邁開雙腳、展開雙臂擁抱新的幸福人生。

關注弱勢家庭需求回饋

法國著名作家羅曼·羅蘭曾說：「生命就像一股激流，沒有岩石和暗礁，就激不起美麗的浪花。」這句話呼應林信益的人生，歷經苦難得到重生，思索該怎麼樣才能回報恩情、回饋社會大眾。回診時，他特別簽下器官捐同意書，而子女也加入簽署的行列，太太則是捐款支持；此外，也用自己的重生故事影響親友和同事，讓器官捐贈的大愛精神像種子般擴散、發芽、茁壯、開枝散葉。人生在世諸行無常，明天和意外不知道哪一個先來，既然遇到如此重大的磨難，林信益選擇堅強面對，惜緣造福不留任何遺憾。

身體康復之後，回到工作崗位的林信

益，同事們都覺得他的脾氣也變得溫和許多，器官移植不只改變林信益的健康狀態，讓個性多了幾分圓融。他認為，因著生病讓自己慢下腳步檢視所有事物，練習靜觀不再鑽牛角尖。任教一段時間後，2020年退休回歸家庭，著手計畫整合政府補助資源或中小企業求才橋樑，奉獻教書30多年的經驗協助弱勢學生。「我想組成一個團體，夥伴們各自貢獻所長，一起用教育翻轉弱勢家庭脫貧，啟動社會善的循環。」

坦然面對生命重要課題

2021年的器官捐贈感恩宣傳影片，林信益受邀講述心聲：「很感謝你們給我重生的機會，擺脫洗腎之苦，往後一定會持續愛護身體，為社會做出正面貢獻。」器官捐贈化悲傷為恩慈，讓瀕死的生命重獲奇蹟，林信益從洗腎病友變成器官捐贈者，感觸良多，如果有一天生命走到了終點，希望自己也能讓愛延續。回想手術初期，一天要吞40多顆藥，現在進步到每天10多顆，健康狀況漸入佳境。除了規律生活，偶爾會來一趟鐵道之旅，坐在車廂或月台上沉浸悠閒氛圍，這些都是以前不敢奢望的人生清單。

「走過洗腎和換腎的日子，我衷心感謝捐贈者和家屬們，另外也要謝謝我的妻小，相挺相伴讓我能堅強的前行。」林信益感性道謝，他透露這幾年的洗腎治療完全不敢讓母親和弟弟知道，怕家人提出捐腎的意願，心理壓力會更大。「雖然我的狀況還不到瀕死，也逐步適應一週洗腎3次的生活，但偶有身心都被禁錮的想法，有幸獲得腎臟移植，生活品質大大提升。」因為體會過傷痛，林信益重新學習看待生命的角度，深切感受到身為病人的需要，立志推廣關懷弱勢，讓生活周遭充滿愛。●



林信益有幸獲得腎臟移植，重獲新生，也因體會過傷痛，更能感受病人所需，而立志推廣關懷弱勢，讓生活周遭充滿愛。

徐浩誠更
愛惜自己身體

大愛受惠

換腎獲賜第二生命

身處異鄉打拚多年，憑著一股拼命三郎的衝勁，徐浩誠在工作上獲得滿滿成就，卻疏於照顧自己的健康，直到身體出現異狀，才驚覺大事不妙！當醫師宣判必須洗腎治療時，從無奈到坦然接受，等待腎臟移植擺脫洗腎之苦，心存無限感激：謝謝您給了我第二次生命。

撰文 | 廖靜清 攝影 | 賴建宏

圖片提供 | Shutterstock



「我從來沒有想過，死亡離我那麼近；也沒想過自己會成為器官受贈者，人與人的互助、互惠、互愛竟然是這麼奇妙的緣分。」徐浩誠感性說道，大病之後，才體會人生最重要的事莫過於健康，以前全心投入工作，身處高壓緊繃的職場環境，忽略體力跟精神負荷的警訊。直到倒下，才知道身體已無言抗議許久，進入洗腎的痛苦折磨。

健康亮紅燈
對家人深感愧疚

長年在中國大陸拚搏，徐浩誠語帶歉意

表示，偶爾靠菸酒調適壓力，加上常熬夜、作息不正常，日積月累終於透支健康存摺，長久累積的疲勞一次爆發。因感冒而引發上呼吸道感染就醫，當時是吃什麼、吐什麼，但卻未曾料到竟會嚴重陷入昏迷，經醫師檢查後，被告知腎臟的肌酸酐指數異常，需要做透析治療。

「那年我35歲，聽到『洗腎』2個字，腦袋不僅一片空白，還幾乎失憶，忘了那一段就診的過程。」爾後，徐浩誠決定返台治療，榮總醫院診斷結果為雙側腎臟萎縮造成腎衰竭，緊接著安排血液透析，直到鉀離子



為發揚、延續無私奉獻精神，徐浩誠與太太都加入了器官捐贈的行列，做下一位愛的傳遞者，讓愛像接力賽一樣繼續交棒。

降到正常才出院回家。

除了精神打擊造成的短暫失憶，徐浩誠感覺自己好像做錯事情，沒有好好照顧身體，且當時才剛新婚不久，對家人感到非常愧疚。重拾鬱悶的心情，積極治療，透析期間，非常注意飲食和養生，每週的一、三、五安排透析治療；二、四、六、日則規劃運動。在規律地生活下，體力逐漸恢復，運動不再容易氣喘吁吁後，他便開始挑戰其他運動，如慢跑、登山等。

徐浩誠分享，壯麗的大山景致讓人讚嘆人生美好，督促把握當下的每一刻。每當因病痛而鬱悶時，他便轉念一想：「這是老天爺給我的考驗。」漸漸地，他的身體變壯、心情變好，那時就連初識的朋友都不相信他是位需要每週往返醫院洗腎的病友。因雙側

腎臟各萎縮了5公分，徐浩誠重新調整生活作息，透過飲食和運動慢慢恢復身體機能。

洗腎轉捩點 求生意志變頑強

生病初期，在榮總住院期間，透過醫院衛教了解器官捐贈，徐浩誠並不排斥工程浩大的移植手術，轉換心態當作是治療方式之一。「如果有幸能夠換腎，就不用再辛苦奔波醫院洗腎，只是我真的有這個福分嗎？」不敢奢求的心願，只能先求養好身體，做好移植的準備，其他就隨緣吧！

「洗腎是改變我人生的轉捩點！」徐浩誠對生命有了新的體悟，2016年開始洗腎，日常改變飲食、準時就寢、適當運動、定時就醫，過著極度自律的生活。經過一年時間

休養身心，準備投入公職考試，也很順利考上住家附近的學校行政人員，完全按照自己的規劃步上軌道。

徐浩誠習慣了白天工作、晚上洗腎、假日安排戶外行程，用樂觀的態度面對每一天。回憶最初發病時的緊張焦慮，笑說已經跳脫疾病的恐懼，只是夜深人靜時，還是希望有一絲絲奇蹟發生，畢竟還有珍愛的家人要共度一生。

奇蹟來敲門 生命再次燦爛發光

自律生活、規律洗腎的日子過了5年多，迎來新的盼望。2021年4月20日，晚上剛跑完步便接到榮總器官移植小組的電話：「徐先生，有配對成功的大愛腎臟，您是第一順位。」掛掉電話後，徐浩誠的心情有喜悅也有哀傷，器官捐贈的兩端是生與死，受贈者接受了無比偉大的禮物，讓生命有了第二次機會。懷抱感恩之心，敬佩捐贈者的無私和家屬的勇氣，徐浩誠趕緊收拾行李從桃園北上。這次入院，是再次扭轉命運的重要關鍵；經過數個小時的手術、等待甦醒，在加護病房醒來的那刻，整個人感到煥然一新。

「術後的疼痛還未完全退去，我迫不及待照鏡子端詳，發現氣色完全不一樣！」徐浩誠驚訝手術的療效，另一個人的器官在自己體內繼續運作，帶來重生希望，也延續生命價值。

5年的等待時間不算短，但是跟其他排隊登記多年的病友比起來，已是幸運。他認為，或許是上天聽見了祈禱心聲，憐憫新婚的年輕人；也或許是因為自己疏於健康付出代價後，努力重回生活正軌的認真模樣感動上天，但最終還是感謝捐贈者及其家屬，此份恩情無以回報。

受贈獲新生 大愛拉近人間溫情

徐浩誠不把疾病當成負擔，而是生活的考驗，更也不因血液透析療程而中斷各種活動，反而更加勤奮運動。「生病讓我體悟到生命的真諦，讓我的心變得堅強，慢下步調仔細梳理過去和未來，更加珍惜守護身邊的親人，老天給了我重整人生的機會！」

換腎之前，經常往返住家跟洗腎中心；但移植手術之後，生活品質也大有改變，不用再定期至醫院報到洗腎。一路走來，所有回憶歷歷在目，有淚水也有感動，每晚睡覺前，徐浩誠都會輕輕撫摸右邊的新腎臟，跟捐贈者與家屬說謝謝：「感謝你們將大愛留在人間。」為了發揚延續無私奉獻精神，徐浩誠與太太都簽了器捐同意書，讓生生不息的愛像接力賽一樣交棒給下一人。「生命終有一天會化作塵埃，我願意加入器官捐贈的行列，造福更多人！」他以感恩的心迎接每一天，樂當下一位愛的傳遞者。●



徐浩誠將洗腎看為老天給他的考驗，積極治療之餘他也為自己規劃登山等運動，壯麗大山景致讓他感知人生美好，也提醒他要把握當下。

2021世界安寧日線上影展

用溫暖人心影片

傳遞安寧療護的真意

台灣安寧照顧基金會為響應每年「世界安寧日」，自2017年開始舉辦世界安寧日影展，藉由深具生命關懷意涵的電影，向大眾傳達安寧療護精神與理念。

撰文 | 杜韻如

世界上有許多的國家，並未將安寧緩和醫療涵蓋於健保體系中，使得安寧醫療的資源與經費遠遠不足其他醫療項目。在2005年，英國的Help the Hospices（現為Hospice UK）提出將每年10月的第二個星期六訂為「世界安寧日」（World Hospice and Palliative Care Day, WHPCD），而全球安寧

療護聯盟（Worldwide Hospice Palliative Care Alliance, WHPCA）後續也跟進，為每年的世界安寧日制定不同年度主題，由各國自行規劃宣導或慶祝活動，期望藉此喚起更多人對於安寧療護的認識，及生命末期病人的照護需求，呼籲世人共同重視全球安寧緩和醫療的不足或不均議題。

《我想念我自己》電影劇照由CATCHPLAY提供。





左 | 《海街日記》電影劇照由CATCHPLAY提供。右 | 《判決》電影劇照由ifilm／傳影互動提供。

走完人生最後的路 臨終照顧的意義

今年的世界安寧日為10月9日，主題為：Leave no one behind—equity in access to palliative care，WHPCA特別點出中低收入國家的新生兒、兒童及年輕人更是位於弱勢且不平等的社會地位，更需要我們共同關注。因此，以「平權」為核心價值，期望呼籲人們重視安寧和緩醫療資源的不足及不均。

生命終點的樣貌 善生的決定與禮物

台灣在2000年制定的《安寧緩和醫療條例》為了尊重病人的醫療意願及保障其權益，所制定的條例。生命有不同的樣子，末期病人可透過簽署「預立安寧緩和醫療暨維生醫療抉擇意願書」，決定是否進行緩和醫療、CPR或是維生醫療等延長瀕死的生命，也可決定是否選擇在最後進行器官捐贈，延續生命的大愛。

台灣安寧照顧基金會規劃今年的世界安寧日影展，因應防疫考量以線上方式，精選

10部關於生命、死亡、溝通、和解、長照、失智、悲傷撫慰、醫療自主相關等的發人深省的好片，相信在看完這幾部，對生命歷程剖析細膩的電影後，可以讓你我更加認識安寧理念，明白生命與死亡的意義，期盼每個人在抵達生命終點時，都能心無遺憾。

10部精采好片 走入故事省思生命價值

《我想念我自己》：敘述一位語言學者罹患失智症照護及陪伴的故事，導演除了從阿茲海默症患者看待自己的方式，也討論患者身邊的人如何面對。

《海街日記》：同為是枝裕和導演的作品，藉由3場不同的葬禮儀式，帶出不同層次的家庭樣貌，探討著家人間的溝通與和解，讓原本形同陌路的四姐妹、家庭到整個城鎮，最後成就一個真正的「家」的過程。

《判決》：藉由一位面臨自己婚姻觸礁的女法官，同時又要審理一件因信仰而拒絕輸血，並即將導致死亡的未成年少年案件，引出人們在生命所面臨的各種抉擇與省思，帶



左 | 《海邊的曼徹斯特》電影劇照由采昌國際多媒體提供。右 | 《父親》電影劇照由采昌國際多媒體提供。

出醫療自主的討論。

《媽媽的味增湯》：由真人真事改編，敘述一位罹患乳癌症末期的母親，用生命的最後，為5歲的女兒上了一堂生命教育，用生命教育生命。在剩下的生命時光裡，及早為自己與家人進行醫療規劃。

《橫山家之味》：由日本知名導演是枝裕和，為紀念離世母親所拍攝。故事提醒著我們，在人生中匆忙前行時，當我們有機會停下片刻，或許會發現，原來最值得我們珍惜的，不過是和家人聚在一起享用一頓餐點的平凡光景。道出生命的價值與四道人生（道

謝、道愛、道歉、道別）。

《送行者：禮儀師的樂章》：每一個人，都沒有辦法避免進入死亡之門，但即使是最悲傷的離別，相信你我都希望能在最愛的人心中，留住最美的容顏，在人生的最後有著溫柔的告別。

《海邊的曼徹斯特》：描述著主角，承受著生命中不可承受的痛苦。從主人翁的生命歷程，看見如何透過「愛」走過喪親、悲傷撫慰，到與生命和解。*此影音產品已發行，如欲購買請上網搜尋采昌國際多媒體 (<http://www.ccii.com.tw>)

《父親》：罹患失智症的老先生，隨著病情的加劇，在記憶中的時序愈來愈混亂。真實呈出失智症家庭最深層的無力和沮喪，以及主要照顧者的辛苦和無助，點出失智症照顧、預做醫療準備。*此影音產品已發行，如欲購買請上網搜尋采昌國際多媒體 (<http://www.ccii.com.tw>)

《別告訴她》：由真實事件所改編，劇中細膩描述中西文化在處理死亡議題上的衝突，讓我們不斷探索，究竟怎樣的作法才最人道？談論病情告知及病人「知」的權利。

《老大人》：透過獨居鰥夫的故事，探討著如何讓家中有老人照護問題的家庭找到一個溝通和解的方式，談論著長照與尊重病人自主議題。●

同場加映

另一種告別世界的選擇

《我們的限時約定》

講述當遇見生命的盡頭時，生命價值是什麼？我們該如何決定？

《最後一堂課》

講述法國前總理里昂內爾·喬斯班的母親為自己訂下生命的大限之日，爭取生命善終權。

《那個靜默的陽光午後》

藉由醫學院的解剖課，拋出大體捐贈議題，紀錄下自願捐贈者、家屬、醫學院師生間的不捨、成全與掙扎。



宅在家，也要開心動！

居家運動正夯 養成健美好體態

隨著COVID-19疫情爆發，大家開始過起居家防疫新生活，除了在家辦公，也興起一波居家運動風潮，不但能保持身體的動能和體態，同時也能維持好心情、增強自身防護力。

撰文 | 杜韻如 圖片來源 | Shutterstock

礙於疫情關係，加上宅在家的時間也變多了，可不能因此讓體力、肌力衰退，體重反而大幅增加，只要掌握正確的技巧，懂得擅用輔助工具，就會發現居家運動簡單又便利，一樣能達到不錯的鍛鍊效果！

循序漸進 從簡單動作開始練習

在家運動首先要提醒的是，如果沒有熟練的運動經驗或是專業教練從旁指導，就要特別注意預防運動傷害，像是運動初期建議

先從簡單、和緩的動作開始練習，之後再逐漸增加訓練的時間和強度。

以跑步機為例，如果每週跑100分鐘開始練習，當身體慢慢習慣與適應之後，隔週可再嘗試以增加20分鐘為單位漸進式延長，一次只增加一個變項。例如當時間延長時，強度和速度就不變；如果是想增加訓練的強度，調整坡度或速度時，訓練時間就先不要延長。

尤其當身體感覺不舒服時，應該立刻停

止，不要為了追求速效而訓練過度。像是彎曲的角度過大、力量過猛、速度過快等，或長時間集中訓練同一個肌群和關節，也千萬別誤以為一定要練到肌肉痠痛，才表示真正達到鍛鍊效果，這些都是容易造成運動傷害的常見錯誤行為。

多元變化 運動效果大不同

每天進行同一種運動訓練，不但容易感到單調枯燥，鍛鍊的部位和效果也會受限，因此不妨每週為自己設計一個包含以下3種訓練方式的運動套餐，例如週一、四訓練有氧；週二、五鍛鍊肌力；週三、六採間歇運動方式，透過不同變化讓運動全面且更能持之以恆。

有氧訓練：放鬆肌肉筋骨，紓解緊張情緒

有氧運動的標準是指運動時心跳達到最大心跳率（公式：220-年齡）的65%至85%區間，且持續時間建議至少約20分鐘以上。以25歲女性為例，最大心跳率為195，因此在進行有氧運動時，心跳必須達到每分鐘126~165下，才算是達到有效的有氧運動。

Tips 原地彈跳、開合跳、棒式屈膝、深蹲跳、側向抬膝、原地快跑加揮拳等，每組動作做30~40秒，組間休息10~20秒，進行約20分鐘。

肌力鍛鍊：穩定核心肌群，雕塑健美體態

要想增加肌耐力或肌肉量，必須要讓肌肉承受一定的阻力或負荷，像是透過負重訓練、伏地挺身等運動方式，達到骨骼肌組織的收縮，來刺激肌肉的維持和生長。

Tips 運動建議：棒式、深蹲、仰臥抬腿、捲腹、屈膝前蹲等，每組動作停留30秒，組間休息30~60秒，每組進行約15~20下，依個人體能狀況，每次做3~5組。

間歇運動：增強心肺功能，加速循環代謝

透過不同的運動組合或是同一個動作，但快慢交替的方式進行訓練，就稱為間歇運動。間歇運動的特點，是能透過訓練強度的變化，提升與延長運動表現，促進新陳代謝和心肺功能增強。

Tips 可以利用上述的有氧訓練，以慢、快、慢的速度進行鍛鍊，或是結合有氧與肌力運動交替進行，輪流進行20分鐘。●

運動App，利用遊戲把運動變有趣



Active Arcade

透過前置鏡頭跟體感技術，體驗各種如跳舞機、排球、足球等運動項目，可在緊張刺激的競賽遊戲中，達到運動效果。



Walkr 口袋裏的銀河冒險

除了能紀錄每天的走路步數，並轉換為「走路能源」儲存，還可以藉由完成仰臥起坐、伏地挺身等訓練任務，幫助「外星訪客」回到故鄉。以有趣的遊戲設計，增加玩家想繼續進行運動的動力。



Plaicise

適合闔家同樂的體感AR運動遊戲，分為全身、上半身與下半身的有氧訓練，像是要彈跳或深蹲來避開障礙物，或模仿螢幕中的動作進行闖關遊戲，可以和家人好友一同在線上PK，保證遊戲結束後讓人汗流浹背、心跳加速。

愛心捐款 讓愛久久

本刊為非賣品，所募得的款項將作為捐贈者家屬關懷、器官捐贈宣導等用途。
 感謝您的愛心捐款，即使是小額奉獻，也能聚沙成塔。
 您的每筆捐款，我們都會開立捐款收據寄給您，並於本中心網站進行徵信。

1 郵政劃撥

劃撥帳號：19827534
 戶名：財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心

2 銀行匯款

捐款帳戶：
 財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心
 收款銀行及帳號：
 台灣銀行延平分行 帳號：019-001-156605
 匯款後請將匯款單或網路銀行提供之匯款成功郵件，以
 傳真或 Email 至本中心，並註明姓名、電話、地址支票
 捐款以利建檔及寄發抵收據。
 傳真：02-2358-2089
 Email：torsc@mail.torsc.org.tw

3 支票捐款

請開抬頭為『財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主
 推廣中心』的禁止背書轉讓劃線支票，以掛號郵寄至
 【115029 臺北市南港區南港路 2 段 78 號 6 樓】

4 線上捐款

掃描右方 QR Code，進入捐款頁面
 後，可選擇以「單次線上捐款」或「信
 用卡定期定額」捐款。



98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單

收款帳號	19827534	金額 (阿拉伯數字)	億	仟萬	佰萬	拾萬	萬	仟	佰	拾	元
------	----------	---------------	---	----	----	----	---	---	---	---	---

通訊欄(限與本次存款有關事項)
 請勾選捐款用途

捐贈者家屬關懷
 支持器官捐贈移植
 其他

(請註明)

收款戶名：財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心

寄款人 他人存款 本戶存款

姓名： _____ 經辦局收款章戳

地： □□□-□□

址： _____

電話： _____ 主管： _____

☆感謝您的愛心捐款☆ 虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明
 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦局收款章戳

QA 器官捐贈移植常見問題

01

Q：什麼是器官捐贈？

A：當一個人被判定腦死或是臨終時，基於個人生前意願的簽署或家屬同意，將其可用的器官或組織，以無償捐贈的方式給需要的病人，幫助其恢復健康、改善生活品質。

02

Q：為什麼需要有人捐贈器官？

A：有的人因為疾病或藥物影響造成器官衰竭而性命垂危，如果可以獲得器官，就可以進行器官移植手術，恢復健康、重獲新生，如果沒有得到器官，腎臟衰竭者僅能依靠洗腎維持生命，心臟、肺臟或肝臟衰竭者則可能因疾病進程而死亡。

03

Q：簽署器官捐贈同意書，是否會和大體捐贈意願衝突？

A：器官捐贈及大體捐贈之意願可同時表達簽署不相衝突，待無常來臨時再視身體狀況由醫護人員判斷適合進行哪一種捐贈。

04

Q：如果我未來過世捐出器官，家人是否可優先獲得移植？

A：如果捐贈當下有與捐贈者五親等以內之血親、姻親或配偶在等候器官，可以優先獲得移植。如果已捐贈完成，萬一日後有三親等以內之血親或配偶需要器官移植，也可優先獲得其他大愛捐贈者捐出之器官。

05

Q：為什麼要跟親人討論器官捐贈的想法？

A：雖然捐贈器官是個人的意願，但若能及早與家人溝通，讓他們了解自己的心願，可減少一旦面臨器官捐贈對家人的衝擊，有助於家人配合完成個人心願。

郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。
- 二、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 三、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向任一郵局辦理。
- 四、個人帳戶本人存款及團體帳戶本人同縣市存款免扣手續費，該交易將不提供劃撥存款影像(檔)。

請寄款人注意

- 一、本存款單收款帳號、戶名及寄款人姓名、地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、本存款單金額之幣別為新臺幣，每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止，倘金額塗改請更換存款單重新填寫。
- 三、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 四、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫，並請勿摺疊、黏貼或附寄任何文件。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 五、他人存款及團體帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣市以外行政區域之存款，按每筆存款金額自帳戶內扣收手續費；個人帳戶本人存款及團體帳戶本人同縣市存款免扣手續費，該交易將不提供劃撥存款影像(檔)。
- 六、所託收之票據於運送途中，若發生票據被盜、遺失或滅失時，同意授權由郵局或付款行代理本人比照票據法第19條、票據掛失止付處理規範第14條規定之意旨，辦理掛失止付及聲請公示催告、除權判決等事宜，並願意於發票人帳戶內足付票面金額時，經取得票款後，其除權判決書由付款行作為沖銷帳款之憑證。

因為有你 愛有無限可能

器官捐贈照耀生命的精彩



哪裡可以索取器官捐贈同意書？

全國醫院、衛生所、戶政事務所、監理單位
及健保署的服務窗口，皆可索取

健保卡可加註器官捐贈意願！

諮詢專線：0800-888-067 www.torsc.org.tw



 衛生福利部

 財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心

請貼
郵票

巷
 弄
 號
 樓
 之
 段
 路
 鄉
 鎮
 市
 區
 縣
 市

財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心 收

臺北市南港區南港路 2 段 78 號 6 樓

115 029



器官捐贈同意書

宣導機構：_____

影像歸檔碼_____

本人瞭解醫療有其極限，而愛心可以延續，經閱讀、知悉後列說明後，願意簽署器官捐贈同意書，並將此意願註記於健保卡，於生命之盡頭，捐贈可用器官，讓其他需要的病人能因此而獲得重生機會。

(以下欄位有*標示者為必填)

必填

* 簽署人：_____ (敬請親自以正楷書寫) * 簽署日期：民國_____年_____月_____日

* 出生日期：民國_____年_____月_____日

* 國民身分證統一編號：_____ * 聯絡電話：_____

* 聯絡地址：_____

* 法定代理人姓名及國民身分證統一編號 (簽署人未滿20歲，方須由法定代理人正楷書寫)：

(姓名) _____ ; (國民身分證統一編號) _____

本人 希望 不希望 獲得器官捐贈同意卡。(如未勾選，視同「不希望」) 卡號：_____ (工作人員填寫)

簽署的原因？(例：讓愛延續) _____

給家人的話(例：謝謝你們順應我的心意)：_____

願意捐贈器官(組織)項目：(可複選)

全部捐贈； 心臟； 肺臟； 肝臟； 胰臟； 腎臟； 小腸； 眼角膜； 皮膚； 骨骼； 心瓣膜； 血管

說明事項：

- 一、依人體器官移植條例之規定，器官捐贈必須為無償之行為，且器官之摘取，應於病人之診治醫師判定死亡後為之(含腦死判定)。如病人為非病死或疑似為非病死者，必須於依法相驗完畢後，且經檢察官認無繼續勘驗之必要後，才能施行。
- 二、另依人體器官移植條例第六條之規定，醫師自往生者遺體摘取器官以供移植，須符合下列規定之一：
(1) 往生者生前以書面(如本同意書)或遺囑同意。(2) 往生者最近親屬以書面同意。
- 三、您簽署的器官捐贈同意書，將依人體器官移植條例第六條規定，加註於健保卡並掃描存檔於衛生福利部預立醫療決定、安寧緩和醫療及器官捐贈意願資訊系統；如醫院、醫師遇有病人經診斷其病情於近期內進行至死亡已不可避免，且該病人無法清楚表達意識之情況下，將以此作為決定器官捐贈之依循，並可讓家屬充分瞭解病人生前之意願。醫院、醫師絕不會因知悉此捐贈意願而不施予必要治療。
- 四、捐贈者如患無法控制的感染性疾病，如庫賈氏病(Creutzfeldt-Jakob Disease, CJD)……等等，為避免因器官移植而傳染給受贈者，醫院、醫師得不接受病人之器官捐贈。
- 五、您所表達之器官捐贈意願，可隨時查詢或撤回。如欲查詢或撤回該意願，可聯絡下列單位協處理：衛生福利部預立醫療決定、安寧緩和醫療及器官捐贈意願資訊系統資料處理小組，電話：02-23933298。
- 六、本資料僅供器官捐贈意願表達使用，將依個人資料保護法，善盡保密之責任。

如您日後願意收到器官捐贈相關電子刊物，惠請提供電子郵件信箱。

電子郵件信箱：_____

★本文件填妥後請對摺郵寄至本中心辦理(以傳真或電子郵件寄送者均屬無效)謝謝您！

本欄由登錄中心填寫

收件日期：

登錄日期：



你看，我昨天去簽署了器官捐贈同意書！拿到這個可愛的卡片。

我也簽署了！但你知道現在在第三步驟，就可以讓器官捐贈意願加註在健保卡裡嗎？非常方便喔！

3

步驟

一個希望 給重生力量

加入器官捐贈的數位行列

Step 1

索取「器官捐贈同意書」

- A 各醫療院所之服務臺或社會服務室
- B 財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心官方網站下載列印
https://www.torsc.org.tw/advocacy/advocacy_04.jsp?uid=46&pid=12



Step 2

簽署「器官捐贈同意書」

- A 正本請提供索取單位
- B 郵寄至財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心
地址：115029 臺北市南港區南港路 2 段 78 號 6 樓

Step 3

確認器官捐贈意願加註健保卡

- A 各醫療院所可以健保卡讀卡機或委託醫療人員協助查詢
- B 衛生福利部官網「常用查詢」項目中「安寧療護及器官捐贈意願資訊系統」，以健保卡或自然人憑證（需讀卡機）查詢

注意事項：1. 若同意書資料有誤，將以原件退回同意書簽署人。2. 同意書資料登錄將由衛生福利部登錄後進行編碼及掃描，並轉送中央健保署註記於健保卡。

請支持器官捐贈，諮詢專線 0800-888-067



衛生福利部



財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心

廣告

廣告



 衛生福利部



財團法人器官捐贈移植登錄及病人自主推廣中心



請支持器官捐贈並於健保卡加註意願

諮詢專線：0800-888-067

全國各醫院及衛生所都可以簽署器官捐贈同意書

全年兩冊
定價：每冊 60 元

ISSN 2309-4214



9 772309 421008

GPN:2010201874