



我不再當氣象台

吳淡如

作家、媒體節目主持人

打從學生時代就醉心於寫作。如果寫作有罪，那麼左頸歪斜就成了我的呈堂證供。二十多年的寫作生涯，造就了肩頸肌肉的纖維化。不但睡眠品質不好，一到變天的日子，肩頸痠痛成了絕不誤報的氣象台。好在自己的忍痛功夫一流，平日就把最愛的寫作當作止痛劑(這可能是我出書效率頗高的原因之一吧?)。許多醫師朋友對我的問題也只能搖搖頭，從他們的眼神中可以看出我的問題彷彿像絕症一般的難纏。心想這個揮之不去的頑疾恐怕是作家的宿命，只有小說中的「神醫」才能解決它吧！

近年來除了寫作之外，又投入了主持節目的工作。也許是因為壓力，也許是因為疲勞，肩頸酸痛的問題有愈發嚴重的趨勢。發作的次數愈來愈頻繁，酸痛的強度也愈來愈加重。一位好心的朋友介紹我認識了汪作良醫師——這位終結我二十多年宿疾的良醫。

記得第一次，我是抱著踢館的心情到汪醫師的診所。因為我根本不預期有人可以把二十幾年的沉痾在短期內解決。當時我笑著對汪醫師說：「沒治好我不代表你的工夫不好，你盡力就好。」在汪醫師細心的診斷評估後，只見他的嘴角像學生找到解題訣竅般露出一絲微笑說：「你怕不怕針？如果不怕，除了調整妳的體態結構之外，我還要用全衡針法幫你鬆解肌肉的纖維化。」說來奇怪，汪醫師的全衡針法並沒有像想像中的痛。在第一次的治療後，我的肩頸瞬間舒緩許多，真的有種化腐朽為神奇的感覺。

往後的幾次治療，讓我一次又一次的漸入佳境。數十年來終於讓我重新體會到孩提時代肩頸的輕鬆感，睡眠品質也大大的提昇。直到現在，我仍然會按時、定期的前去汪醫師的診所保養，一來避免伏案寫作時的不良姿勢又導致肩頸變形；二來是因為診所治療師的手法非常舒服，讓身體能完全的放鬆，省了我不少做 spa 的錢。在此感謝汪醫師與他的醫療團隊，並期許像我長期為慢性疼痛所苦的人們能有機緣得到他們的幫助。(吳淡如口述，蔡亞潔整理)

吳淡如