

人生路上，你會如何面對不如意的事？失業、失戀、投資虧蝕、身患重病、失去至親……這些事既成事實，我們絕對無法改變！難怪科幻小說或卡通裡常常出現類似情節——人乘坐時光機回到過去，阻止不如意事情發生。

同樣在醫學上，我們也會面對很多無法根治的病症，如心血管病、癌症、糖尿病等。這些病症一旦開始了，醫生無法叫停，只能控制病情。幸好，西方醫學發現至今已建立了預防疾病的四層系統。這其實好比醫生坐著時光機，去到病人發病前後的不同時間，做好預防工作。

第一層預防：去到人未患病之先，例如接種疫苗，建立均衡飲食，恒常運動，不吸煙等健康的生活習慣。

第二層預防：在病人患病早期未見病徵時，及早診斷和醫治，例如：控制心血管病的高危因素（即高血壓或高膽固醇等）；接受預防癌症篩檢，如子宮頸癌篩檢，一般建議有性經驗的婦女由廿五歲至六十五歲定期接受子宮頸細胞檢查。

第三層預防：為已發病如中風或癌症患者治療，預防病情惡化或復發，促進康復。

第四層預防：精髓在於，一是提醒醫者，要保護病人免受過度診斷檢查及治療之苦；二是向病人建議最適切而傷害最少的治療方案。好比時光機把醫生帶回一切診斷檢查之先，做最正確的決定。例如：避免不必要的前列腺癌指數(PSA)檢查，從而避免不必要的組織抽查，甚至手術。

預防這策略固然重要，但也受到時空限制，只限在事情發生之前。這令我想到歷史上，就只有一件事不受時空所限。《聖經》羅馬書5章6-8節這樣說：「當我們還軟弱的時候，基督就照所定的日期，為不敬虔的人死了。為義人死，是少有的；為好人死，或有敢作的；唯有基督在我們還作罪人的時候為我們死，神對我們的愛就在此顯明了。」就是耶穌在二千多年前釘死在十字架上，並且復活；祂為了世世代代每一個人而死，且是在我們作惡犯罪未認識祂以前；祂這份愛的救贖不受時空阻隔，真是何等奇妙偉大呢！

喜樂 / 家庭醫學

\*聖經經文引用《聖經新譯本》



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》  
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契  
The Christian Medical and  
Dental Fellowship of Hong Kong