

愛養生

# 正修科大校長龔瑞璋 暢快揮拍 忘卻換肝人生

記者王昭月／報導、攝影

傍晚5點多結束一天的公忙，正修科技大學校長龔瑞璋換上輕裝，步行約200公尺到校內網球場。場上已有教職員「球友」等著與他較量，只見他揮拍發球、殺球，攻防自如，一個多鐘頭下來酣暢淋漓。10多年來他鍾情網球運動，保持健康活力，任誰也想不到，在球場上快意廝殺的他，曾經換過肝！

## 父兄罹癌 難逃宿命

「這是宿命。」龔瑞璋笑說，出生時就B肝帶原，這種肝疾，好壞全憑運氣，有人會產生抗體，沒有抗體的人也許平安無事，但肝臟也可能慢性發炎，即使平常不菸、不酒，45歲到60歲間即演變成肝硬化、甚至肝癌。

龔瑞璋退伍後在一次抽血中知道自己B肝帶原，當時仗恃年輕，不以為意，更沒聯想到肝癌。45歲時發現肝臟已纖維化，由於父親與大哥都在50多歲因肝癌病逝，這讓他驚覺，疾病已經找上門。

## 復元迅速 黃山攻頂

2005年經確診罹患肝癌，腫瘤就長在門靜脈旁，他做了3次栓塞，控制了幾年後仍惡化，最後研判只有換肝，才能一搏生機。

家人想捐肝，可惜比對不符。受老天眷顧，當年耶誕節隔天下午，有名車禍腦死病人願意捐，醫院當晚為他移植，動手術的就是換肝權威、高雄長庚醫院前院長陳肇隆。

龔瑞璋換肝那天剛好要放寒假，出院時碰巧開學，他現身主持開學典禮，幾乎沒人知道他剛換過肝。術後3個月他拔掉最後一條膽管，隔周即帶隊到杭州進行學術交流，還順帶攻頂黃山。

## 珍惜重生 積極養生

經歷生死關，卻能在換肝後迅速復原，龔瑞璋格外珍惜重生的機會。年輕時就酷愛運動的他，換肝後更積極養生，一年約200多天現身球場揮拍。

「自己要主動追蹤檢查。」龔瑞璋說，醫師面對那麼多患者，無法關注到每個人，有家族病史的患者要主動找醫師追蹤，「我大哥發病前就是疏於追蹤，延誤了一年，為時已晚。」

他說，現在醫學發達，很多癌症只要早期發現都能獲得良好的治療，錯過時機，再高明的醫術也沒得救。萬一真的罹癌，仍需維持心情穩定，



並勤於運動，保持體能，否則失去鬥志又怨天尤人，絕對會影響預後。

## 勤運動少應酬 飲食求新鮮

換肝後的龔瑞璋，傍晚工作到一個階段，即去打網球，運動後沖個澡、吃個飯，精神很好。若碰上下雨，也會在學校走廊快走1、2個鐘頭讓全身流汗，促進新陳代謝、排毒。

為了健康，他減少不必要的應酬，把時間留做運動；食物沒有特別禁忌，唯一只要求新鮮、衛生，飲料則以開水為主。

## 抗排斥藥物 劑量減到最少

換肝病人須終身吃抗排斥藥，一直維持運動習慣的龔瑞璋發現，他吃的抗排斥藥劑量幾乎減到最少，副作用也愈來愈少。

「肝是沉默器官，不痛不癢，等到發作時已來不及。」龔瑞璋說自己是過來人，深知肝癌危害，換肝後體悟到健康真的是鬆懈不得，萬一罹患肝疾，也別盲求偏方，很多人放棄西醫治療，轉求偏方，最後隕命，「這種例子，我看得很多。」



## 龔瑞璋小檔案

現任：正修科技大學校長  
養生一句話：主動追蹤檢查，維持心情穩定，勤於運動，保持體能。

換肝後的正修科技大學校長龔瑞璋，更積極養生，平日打網球健身。

醫師叮嚀

## B肝帶原者 每半年做檢查

大多數B肝帶原者是母親生產時垂直傳染給胎兒，其餘才可能是因輸血、共用針頭、刺青、穿耳洞或性行為等，導致含病毒的血液透過皮膚或黏膜進入體內。

台灣過去B肝盛行率高，為撲滅B肝，政府於民國72年後全面為新生兒接種疫苗及B肝免疫球蛋白，讓垂直傳染帶原者人數驟減。陳席軒說，現今醫師於門診接觸的B肝患者，多是民國72年以前出生的病人。

全台目前約有300萬名B肝帶原者，其中三到四成帶原者有機會轉變為慢性肝炎，一成病人將來可能導致肝硬化。另一肝病報告數字，肝硬化患者終其一生發生肝癌機會約5%到30%。因病程具階段性，一般而言，平均50到60歲會出現肝硬化，但每位帶原者狀況都不同。

早期肝硬化者，好好治療控制，能保有一定生活品質，但後期肝硬化病人，可能因肝衰竭，預期生命時間不到兩年，建議接受換肝治療。已轉變為肝癌，只要腫瘤尚未轉移，經醫師評估，也有機會接受換肝。

帶原者要按照健保署建議，每半年進行超音波及抽血檢查，沒有追蹤，就不知道疾病變化。此外，避免睡眠不足、作息不正常、酗酒或太過操勞等，才能好好保肝。

諮詢／淡水馬偕醫院胃腸肝膽科主治醫師陳席軒  
整理／記者鄧桂芬