

# 無檳校園

## 102年第11期

\* 口友分享：林大哥的故事



初始之時：

19歲的抉擇，從駕駛座出發

- ~老闆請客，香菸、檳榔免費奉送
- ~爲了「提神」，選擇當檳榔的好朋友

懵懂未知，高度依賴

- ~從沒聽說過什麼是口腔癌
- ~檳榔不離口，睡覺也要吃檳榔

沒有檳榔的日子，就像黑白的電視

- ~30多歲，曾有長輩勸戒檳榔
- ~視檳榔爲生命，聽過就算了

# 無檳校園

## 102年第11期

\*口友分享：林大哥的故事



空窗中的小陷阱：

嘴巴怪怪的，休息就沒事了

- ~身體向來健壯，認為自己不會有事
- ~嘴巴內偶爾破洞，休息幾天，依然生龍活虎

確診時：

48歲罹患舌癌

- ~舌頭破洞吃藥打針皆無效，3個月後，無法吃飯，說話不清楚
- ~經檢查發現舌癌第四期

手術就是一場惡夢

- ~手術過程，作了惡夢，醒來才知人生大變
- ~幾次手術補舌頭，都無法成功

# 無檳校園

## 102年第11期

\*口友分享：林大哥的故事



低潮之間：

跌入人生的谷底

- ~手術後的體重驟降30公斤
- ~說話與吃東西，成了生活上最大的困擾
- ~不認識自己到底是誰，自我封閉、足不出戶

陷入危機的家庭

- ~讓妻子扛起家庭經濟重擔
- ~無法與孩子唱歌、讀書，就像斷掉的橋樑
- ~不習慣、沒尊嚴，只能獨自發脾氣、摔家具

圖片引用自「遺失的微笑」劇照

圖片來源：行政院衛生福利部國民健康署

# 無檳校園

## 102年第11期

\* 口友分享：林大哥的故事

從挫敗無力感中站起來：

走出幽谷，迎向陽光

~接受妻子與朋友的鼓勵開始踏出家門

~志工的生活，找回自己生命的價值

走過，才懂曾經的幸福

~小檳榔的大力量，擊倒後卻難以重新站立

~過去選擇吃檳榔，現在連舌頭都一起吃掉了

~透過檳榔、香菸結識的，不會是真正的朋友

## 過來人的呼籲與期盼

~人有很多選擇，  
但千萬別選擇會傷害自己的檳榔。

~只要大家別吃檳榔，  
口腔癌自然就會遠離我們。

# 無檳校園

102年第11期

最新的戒攬資訊

「攬榔防制教案、戒攬課程諮詢等 資訊下載處」

無檳校園健康自主網站：<http://www.gotosuit.org/home>

TNB戒檳專業學會：<http://www.tnb4u.org/>

無檳校園facebook：<http://www.facebook.com/tnbschool>

攬榔防制facebook：<http://www.facebook.com/tnborg>

攬榔e化網：<http://www.tnbschool.org/>