

白內障術後 梅傑

不可避免的，人體老化使各方面的器官功能，逐漸衰退軟弱。於是，老年人延伸而來的白內障應運而生，筆者也不例外。當醫師告訴你，你的眼睛有白內障，但，還不到要開刀的時候時，你便開始興起未來有可能白內障要開刀的心理準備了。

直到有一天，當我們覺得視力有點模糊，看東西覺得有點費力，或看電視，總覺得不是十分清晰可辨的時候；或出外走路，或做日常例行工作時，一舉手，一投足，都變得不是十分確定，於是，動作不自覺地會緩慢下來，這在在都顯示出，視力出了問題的情況下，要趕快去門診，看醫生。相信，你的白內障已經有開刀的必要了。

一般來說，醫生認為白內障要開刀時，他會建議左右兩邊都要開刀，是最好的。至於先開那一邊，似應遵從醫師的建議，才是最正確的決定。

有的患者，白內障開了一邊以後，往往過了半年，甚至一年，才再去開另一邊。其實，就筆者個人而言，前後手術，在一個月內完成，是最適當的。對於術後的護

理，比較能得心應手，同時在短時間內，可以把兩支眼睛恢復常態。

請重視醫師發給的護理細節〈小紙條〉

2012年10月4日，筆者到一個自己信任的臺北市（雙眼明眼科診所），由名醫何一滔醫師（也是該所所長，相當於院長級。）操刀，先開右眼，順利完成。同年10月20日，再開左眼，也是俐落完成。左右眼開刀手術，前後相隔不到一個月。白內障術後，護士小姐會交給你一張綠色紙條，上面寫了逐條術後的護理細節，明白列舉如何依照細節，護理你術後的雙眼，甚為重要，一定要堅守紙條上所列事項。

筆者以過來人的經驗，要叮囑天天要煮飯炒菜的人，特別是煮湯時，雙眼不能衝哈到熱氣或蒸氣，更建議術後一個月內，不要下廚房做炒菜、煎、煮之類的工作。

盡量避開灰塵或眼睫毛侵入眼瞼之中，以免眼睛受刺激很不舒服。又術後一、二個月內，眼睛動不動就充血，而使筆者誤以為是發生病變，難免心情緊張。其實，充血是術後常有的現象。經常作閉目休息的動作，按時點眼藥水，乖乖遵守醫師的叮囑，應該是沒有問題的。所以，請各位不要小看術後醫師給的那張小紙條，紙條上微不足道的句句真言，那可是恢復雙眼健康所要遵循的鐵律！

術後，直到2015年2月4日為止，筆者才完全不怕灰塵。如此時時刻刻怕灰塵的日子，歷時二年三個月。

另外還有一得：除非眼睛有特別異物，需要以洗眼液清除之外，一般情況下，眼淚就是最好的洗眼液。譬如，眼睛有異物時，不要急著用手去揉，趕快想一些傷心事，異物便會跟著眼淚流出來。看來心中有傷心事，還是有助眼睛的健康！

痊癒後，盡可能用雙手搥取自來水往臉上沖洗，同時沖洗眼睛。對眼睛而言，是最有益，又最爽快的沖洗辦法。

開啟晚年新視野生活

開白內障手術之後，不必住院，可見是屬整體器官比較輕微的手術。

痊癒後的雙眼，頓時有豁然開朗的視野。原來白內障是這樣，堵住了人們應有的萬千視力功能！在在困擾著人們的生活常規！

切除了白內障之後，讓我享受到周遭環境從未有過的明朗與真實！旁人看不到的細字微粒，我都可為旁人略盡棉薄，或予以讀字說明，或代為尋找檢拾微粒，開啟了筆者晚年的新視野生活，對事物充滿信心，是筆者之幸也，也是開過白內障的廣大群眾之幸也！

中華民國一〇七年七月二十九日

星期日 梅傑撰於臺北同欣居

面臨總統與議員選舉政壇

出現變色龍

鄭耀章

臨近2019年普選議員候選人登記前，不少政黨黨員跳槽，從一個黨跳到另一個黨。有的是為了自身的利益，有的是被所屬的黨開除黨籍，不得不成為變色龍。

令人注目的是西努沙登加拉省省長TGB(Tuan Guru Bajang M Zainul Majidi)，他被舉為印尼最優秀的省長，也因此被推荐為佐科威的副總統人選之一。這位省長在2014年時是柏拉波沃與哈達助選團成員，但在2019年的總統選舉，TGB改變方向，轉而支持佐科威總統競選連任。

2018年7月初TGB宣布支持佐科威，他表示，根據他的觀察，認為佐科威是一位真正建設印尼的總統，特別是他也不忘記建設西努沙登加拉省。

他說，2014年時他支持柏拉波沃——哈達是因為有一位重量級的人物要求他支持柏拉波沃。當時他也認為柏拉波

沃——哈達的「願景與使命」符合民族的需求。

2014年選舉結束後，佐科威當選總統，他觀察佐科威的施政，發現在佐科威執政的四年裡，他的所作所為是真正的為國家與民族著想。因此他願意在2019年總統大選中支持佐科威競選連任。他感謝佐科威總統完成了西努沙登加拉省中龍日縣 Mandalika 經濟特區的建設，佐科威總統於2017年10月21日主持了 Mandalika 經濟特區的落成啟用典禮。

也是國際 Al-Azhar 組織印尼分會主席的TGB表示，他認為應該給予佐科威總統擔任兩屆總統的機會，因為有許多基礎設施重大工程，不能在五年間完成，而是需要較長的時間來完成，他擔心倘若換了總統，也許這些工程無法繼續下去。TGB支持佐科威連任的理由是合情合理的，TGB身為西努省的省長，已親身經歷佐科威在西努省的建設，使原來落後於其他省分的西努省，有機會追趕其他省分。另外，他身為政治人物，當然希望能在2018年9月17日結束西努省長職位後，有機會升到更高的職位。

其實，TGB原是民主黨的黨員，但在2019年普選前夕，他會慎重考慮加入鬥爭民主黨或仍然留在民主黨。有人認為TGB想要跳槽是因為今年的5月，他被肅貪委員會調查，他被疑涉嫌在西努省的紐蒙公司轉讓股權給 PT Anman Mineral Nusa 時有貪污事件。但TGB否認他涉嫌該案，他表示，倘若他有涉嫌該案，他不會逃避他有膽量承認。

鬥爭民主黨仍然給予佐科威時間到8月4日，讓佐科威與支持的政黨磋商並慎重的考慮，選擇何人為他的副總統候選人。雖然TGB也是副總統人選之一，但若他未被選中也不必氣餒，應繼續支持佐科威總統。

公告 一〇七年八月十五日

依據本會理監事聯席會議討論決議：本會經費拮据，為減輕開支負擔，印尼僑聲雜誌由原雙月刊自民國一〇七年七月改為季刊。

特此公告

印尼歸僑協會啟