

你而家喺边？离开“我的地头”睇医生，未知恐惧与语言隔阂

学了英文这么多年，病起来时看医生讲不中怎样痛、怎样不舒服、怎样辛苦。



摄影：Venus

人在异地不懂求医，对于求医体制不甚熟悉；转换了语言，还能准确表达“痛”吗？不同签证和居留权的身分与医疗费用挂勾，人在外地，保险又要怎样处理？种种加起来，哪怕只是一点毛病，忧心却是加倍。若是一个人在外生活，孤寂感兴许又放大了生理上的痛楚。

香港医疗水平高，但公营医院轮候时间长、看诊时间短；私家医院收费昂贵，买了医保也不能完全安心——这些“睇医生”的经验，几乎是每个香港人共同的切身之痛。但告别香港，在异地带著病痛求医，自然也不是事事顺遂。

今期来稿我们特意挑选不一样的情况，大家“病情”不一，有的闹出笑话，有的辛酸不足为外人道。小时候觉得，一句“身体健康”无心最求其，直到生病以后才懂即使头痛肚泻也足够影响心情。不论对离开还是留下来的人，“身体健康”原来才是最贴身的祝福语。

“你而家喺边？”是关于港人离散的新栏目，端传媒目前正持续征收世界各地港人的小故事。我们订立了一系列生活化的主题，只要你是在2019年后移民离开的香港人，都想邀请你[投稿](#)分享生活琐事和观察。如果你更早离开香港，或非香港人，却对2019年后这一波港人离散有第一手观察，亦欢迎你投稿。请[按此](#)了解更多。

“系自己地头”睇医生

Venus，27岁，2022年8月移居加拿大多伦多

我自小是个药煲。大学毕业后我从事传媒工作，因经常挨夜，身体不胜负荷。2021年，我在香港确诊甲状腺亢进（甲亢），数值高达70.7，远超正常数值11-23。同时因心律不正，我曾在街上晕倒两次。那时候，我每天吃下9颗药物；幸好在2022年7月，病情受控了。

随后一个月，我远赴加拿大，在多伦多大学进修政治学科硕士，每周至少阅读300页论文。但10月底开始，我的眼睛渐见大量飞蚊，眼两侧出现繁密闪光。随后医生照射 X 光，发现我的视网膜两侧撕裂，穿了两个小洞，需要尽快进行手术修补，否则致盲。

当时，我的内心一片恐惧。还记得，首次为我进行眼睛检查的徐医生告知我，由于我未有加拿大公民身分，不是所有安大略省的医生均可以接收我的个案；即使她认识懂得广东话的刘医生，得悉他做雷射手术的技术良好，但按安省政策，他不能接收我的个案；但可以转介其他她较不熟悉的眼科医生。



摄影：Venus

我问徐医生，“若果雷射手术做得不好，会有何后果？”“那可能会出现水泡，或视力受损，要再做手术。”我听后内心一片灰，像在迷雾里不见光；几许挣扎要否回港做手术，但徐医生劝告我，“千万不要，飞机上的风险你受不起。我有病人就是因为回港就医，机上气压使他眼压增加后，视网膜脱落由中度变为严重。”

最终，我选择在加拿大就医。原先要轮候一个月，但有病人临时取消预约，我幸运地在确诊两周内进行手术。当时是一位洋人医生替我治疗，他先以冷冻技术麻醉我眼球，然后让我有意识地坐在一部机器前，凝望前方任由他用激光填补视网膜的黑洞：“Look left, look right. Don't move, otherwise, you will make me trouble.”

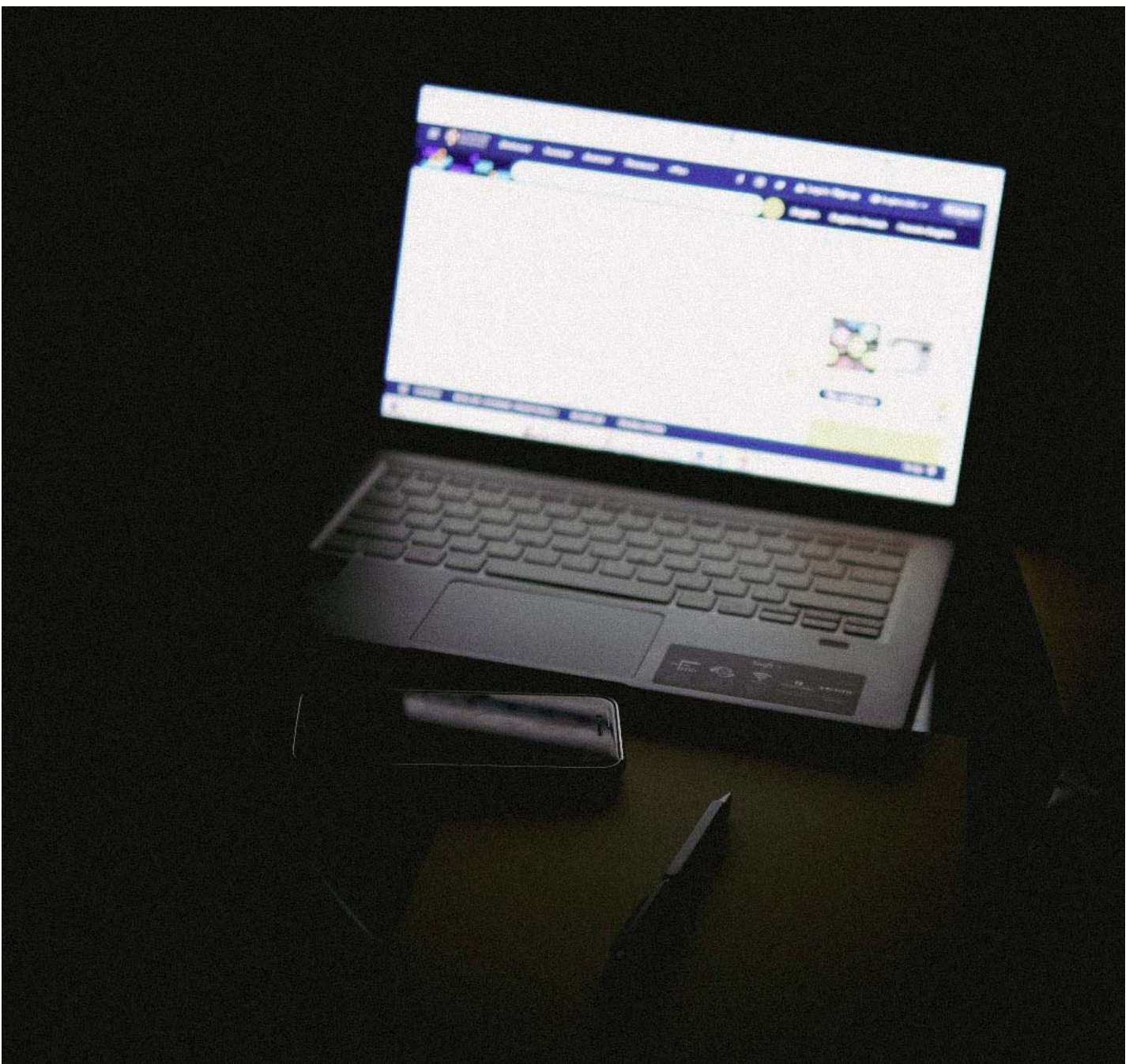
凝望著机器内漆黑中青色“蛇仔”，虽然没有痛楚，但我清楚知道自己眼球被“切割”，说不恐惧是骗人的。我努力忘记徐医生告诉我“水泡”的说话，安慰自己“15分钟好快过”。最后手术尚算顺利，刚完成一刻，眼睛满透著红色滤镜一般，看到的東西都是紫紫红红；不消一会，眼球累得睁不开，自动闭上。

清醒过来，我听见护士用英文说：“请在这儿签名，你是用卡还是现金付款 CAD 65（约375港元）？”我有点惊讶收费这么便宜，他们解释因为我是国际留学生，大学为我买了医疗保险 UHIP，我只需补回少许差价。

一年后，我再次覆诊。徐医生告诉我眼球康复了，撕裂位置没有再扩大；只是修补位置永久失明，即比起常人的眼侧边缘至眼底，失去大概 10cm 的视野。那是为我做眼手术的洋人医生，从没告诉过我的消息。

在异地看医生，最大感悟是面对未知的恐惧。加拿大医生质素参差，怕遇到质素差的医生，医得自己不好或误诊。香港普遍医疗水准较高，也因为香港“系自己地头”，清楚睇病机制、流程、医疗水准，所以较有安全感。

接下来的日子，身子还有隐忧。去年11月底起，我不断咳嗽，淋巴肿胀不消。那时候，我返港探亲，三度赴急症室求诊；香港医生转介我到外科观察，但到2024年11月才有档期。



摄影：Venus

由于正在申请永居权，我今年1月重返加拿大。但碍于留学生身分过期，毕业工签尚未批出，我仅能以旅客身分入境。因为没有持当地居民 OHIP 健康卡，没有免费医疗，一切看病收费相对昂贵。

选择返港或留在加拿大就医，另一个挣扎是价钱。临时飞回香港很贵，单程直航动咎1.5-2万港元。

今年2月到多伦多太古广场一间医务所求诊，诊所内满是华人；即使有预约，也等候了3小时多。那天，医生转介我到万锦市一间医务诊照超声波。一星期后，报告显示我的淋巴两侧长了两个良性肿瘤，一个是 7mm，一个 8mm。医生说，病因不明，但相信与癌症无关，“如果有一天变大、变硬，你再来找我。

没想到身体再出现异样。3月，某天上厕所，屙了一缸血，全身发冷。我没有力气，纵然知道继续流血，我选择回房躺在床上休息。一觉睡醒后，感觉好多，便没有理会，继续写稿。

可是，到了7月中旬，同样事情再度发生。我特意拿出日历每天记录，发觉每天上厕所均流出血液或血块的情况，维持超过一个月。我赶紧再约见家庭医生，她告诉我，很大机会是子宫肌瘤，或是卵巢癌；但也不排除是甲亢复发，导致荷尔蒙失调，或是白血球出现问题，以致止血功能受损。

在她转介下，我到另一间医务所照超声波，及到一间实验室抽血。抽血报告写著我“DHEA”（脱氢异雄固酮）及“RBC Distribution Width”（红血球分布宽度）异常，前者指数高达11.4（正常水平为2.68-9.23 umol/L），后者则略低，数值为12.2（正常水平是12.5-17.3%）。

等待超声波报告期间，我自行解读抽血报告。后者“RBC Distribution Width”偏低尚易理解，由于我流血过量，导致贫血；但前者“DHEA”水平偏高，在网上搜查却不易找到相关女性疾病研究，大多搜寻结果显示，“DHEA”偏高是因为“女性男性化”，甚至有内容农场撰写是“因为自信上升”、“声音变粗”等，我看得一头雾水。

这次诊症、照超声波、抽血等收费逾 CAD 380（约2200港元）。由于“尚未康复”，保险公司无法一笔过批出花费款额，只待我“康复”后才处理。截稿为止，血仍在流，明日待见医生。



摄影：Venus

你觉得自由的生活是？

自由的生活是可以选择活于真相之中，意志不受任何束缚。

没有“把身体交托给医生”的感觉

CT，26至39岁，2023年3月移民丹麦哥本哈根

人人都说北欧税率高，所以医疗保障完善；当然也可以换个角度说：人人都说北欧医疗保障完善，但是税收很高.....

抵达了丹麦没多久，也许是因为太努力找工作，加上没有适当的电脑配件，我不幸罹患了滑鼠手。说这个是病好像很夸张，但当自己没办法穿内衣或者擦屁股的时候，就懂得一只健康手腕的可贵。不论如何，都已经痛了三周，也收到健康保险卡，那就上网登记看医生吧。



摄影：CT

身份证，其实也就是健康保险卡，那是连带“启动”你的本地身份的卡片，上面有住址，申请的时候会顺道安排在家附近的医生，还能选医生的性别，让看医生变得轻松。拿著卡，上网使用电子身份证登入之后就能预约诊症，可惜那系统全是丹麦语，于是让瑞典人老公代劳。

也许我不算紧急个案，预约到的时间是四、五天后的事情。对我来说也不差那几天。听同事说如果很紧急，也可以直接跑上诊所求治疗，不过在诊所里面要等多久就不得而知了。

到了看医生那天，到达诊所后要先登记自己已经到达，使用的就是健康保险卡。在机器前面扫一下，立即知道你是谁，输入个人资料，登记完成。整个过程不需要跟任何人类对话，也不需要跟任何生物对眼，好开心。当时还不知道健康保险卡有相关手机应用程序，不然下载之后登入，让机器扫描应用程序上的条码，一样方便。

这里的普通科医生没有穿上白色医生袍，“诊症室”是一个气氛很舒服的大房间，虽然一样有床有电脑有办公室桌椅，不同的是处处都是植物，跟香港诊所追求洁白无瑕的风格大相径庭，装潢令人感到安心。

过程倒也没什么特别，就是说自己有什么问题，能不能治好，我会不会死（这个我没问）之类的问题；然后医生让我伸出双手，这里捏捏、那里摸摸，而后很有礼貌很有耐性的解答：“这没得治，你休息就是了。”我说出来很冷淡，但是那位医生是我整天看见笑容最好的人，相信她认为我太白痴，于是投以同情的笑容吧。



摄影：CT

看我如此焦躁（因为第二天就要上班了），医生就提议不如给我开点药，又在电脑里输入了点什么。我立刻就点头说好，然后谢过医生，跟她道别，兴冲冲的出了房间等拿药。

不过，我和老公在诊所坐了15分钟，接待处的姐姐一直不停地讲工作电话，我们左顾右盼也没有看出这个地方有药。

我忍不住问他：“喂，真的继续这样等吗？”他说：“我也不知道，我没有在丹麦看过医生。”

敢情他健康就了不起，我就更不知道了！如果要在丹麦比谁看起来更无辜（无知），欧洲无辜样比起亚洲无辜样肯定更有优势，于是寻找真相的重任落在他身上。他趁著柜台姐姐刚收线和接下一个电话之间的缝隙，挤出一个问题，然后他走回来：“走吧，系统里面有你的资料，下载应用程序就能找到你的药方，等到中午去药房买就行了。”那么先进？！

我们一边离开诊所，一边在手机上下载应用程序输入资料。果不其然，名字有了，看医生的纪录都有了，药方都有了。虽然也不知道为什么要等几个小时后才能去，不过也只能等了。（丹麦的“等”不是开玩笑，定了时间就确实是那个时间，就算很闲也不会给你提早。）到了药房出示药方，职员还能在系统里把印有姓名和服用方法的贴纸打印出来贴在药瓶上，就像医院里的配药房。一盒60粒的400毫克的布洛芬，价钱大约39克朗，折合约港币45元；比香港便宜一半。

我本来还以为那个药必须由医生处方。覆诊时医生却说：“啊不是，不过有医生证明的话就便宜点。”又上了一课，以后去看医生（希望不用去）就不会再白痴了。

可能是语言隔阂，或者对睇医生的观念不一样？在丹麦求医最大的感受是“睇咗好似冇睇过”（看了好像没看）。医生态度极 chill，多数只是开止痛药，虽然好有礼貌，但是没有一种将自己身体问题寄托给对方的感觉。所以病了只能讲一声：“唉都系靠自己快啲好翻好过特登走去睇医生。（唉都是靠自己快点康复比特意看医生好）”但当然，最好还是身体健康。



你觉得自由的生活是？

随心所欲而不逾矩。

“哑子吃黄连”，换个语言解释怎样“痛”

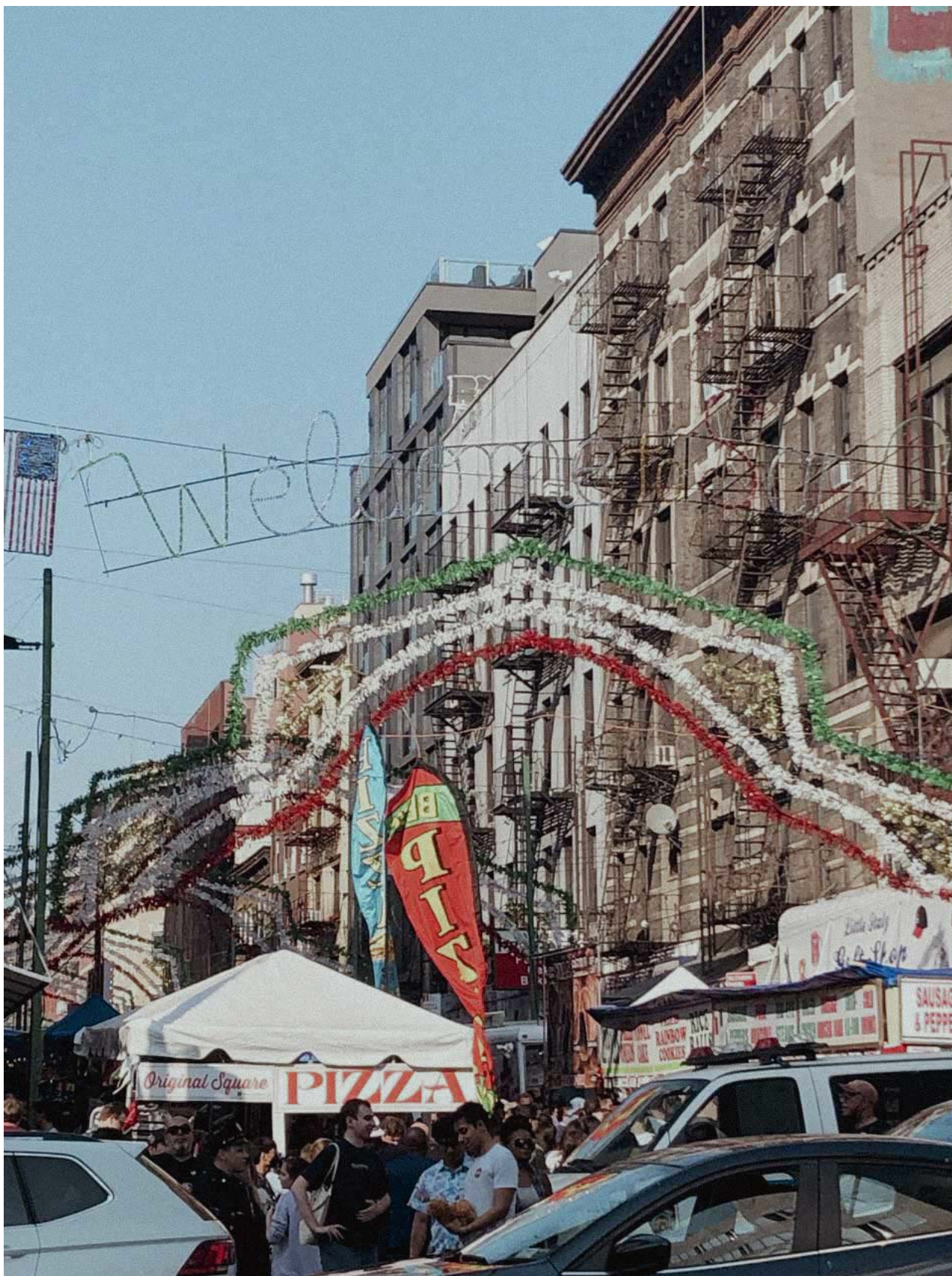
Arena，40至54岁，2022年6月移民美国纽约

算是幸运吧？

2022年6月得到一个机会，公司将我调职，离开乌烟瘴气的香港，飞越半个地球，首次踏足纽约——乘搭直航的话，飞机的航线是条直线。

纽约是个国际大都会，在香港生活和工作多年的我并没感到太大的文化差异。衣食住行普遍都没问题，直至我要求医。

有天忽然肚痛，痛下又停下，痛了两日。第三日开始肚肩同头痛，肠胃一路搅，持续几日，最后我还是要去睇医生。



摄影：Arena



摄影：Arena

摄影：Arena

医生：How are you feeling?

我：Last week my tummy started to feel pain, dull pain（一早问了人，“阴阴的痛”叫做 dull pain），no fever, no vomit. A few days ago I started to have headache and diarrhea, not sure what happened.

医生：Can you describe the pain more?

我：... Dull pain... my intestines... kept moving... loudly... not very painful but... dull pain... it stops from time to time but happens again...
（我心谄：“阴阴的”，“慢下慢下咁痛”啊！“肠搞埋一堆，叽哩咕噜”咁啊！）

医生：I see. Scale 1 to 10 with 1 the lowest, what's the pain level?

我：（啊啊啊！无 pain level 啊！都话“阴阴的”嘍！痛下又停下，“噤住噤住”咁呀！）5 ...

医生：Okay. You lay down and I'll check.

然后他就按我的胃，按我的盲肠，按我的大肠。

医生：We are looking for a sharp pain here.

我：... ok...（乜 x 嘢 sharp pain 啊？说了是 dull pain！识唔识英文？“阴阴的”咁啊！！）

医生：Good, no sharp pain! So does your stomach feel pain? Or anywhere else?

我：My stomach is fine. I've headache but it's not serious. Mostly it's my... abdominal... in dull pain...



摄影：Arena

前后我大约讲了十次 dull pain，讲到个人都 dull 埋，最后我得到一些胃药。

第二日我忍不住再找了一个 ABC 医生（即是一开口就会说自己广东话“识听唔识讲”的医生），而我亦尽情地表达我“阴咩阴咩痛”，“喺住喺住佷佷下咁”，同埋“啲肠叽哩咕噜咁叫”。不知道他明不明白，不过最后我康复了。

学了英文这么多年，病起来时看医生讲不中怎样痛、怎样不舒服、怎样辛苦。平时生活不觉得语言原来很大件事，返工跟同事吹水“倾唔埋咪唔倾嘍”（合不来就不聊），但睇医生焗住（逼住）要讲。“哑子吃黄莲”就是我在美国睇医生的最大感受。

你觉得自由的生活是？

只要不伤人，就可以随心所欲地过，居住地的环境很重要。

[#你而家喺边？](#) [#医疗](#) [#香港大离散](#) [#香港移民](#) [#香港](#)

本刊载内容版权为端传媒或相关单位所有，未经[端传媒编辑部](#)授权，请勿转载或复制，否则即为侵权。