



Canadian
Cancer
Society

Société
canadienne
du cancer

白血病 (血癌)

瞭解你的診斷

Leukemia

Understanding your diagnosis



同心合力、戰勝癌症

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

白血病

瞭解你的診斷

當你一旦聽聞罹患癌症時，你可能感到孤單和恐懼；你亦會因為要吸收大量的資訊和將要面對種種的抉擇而感到徬徨。

本冊子內的簡介可以為你和家人提供對白血病*的初步認識，讓你有更清晰的瞭解後，便能掌握箇中的情況，並與你的醫護團隊一起選擇最適當的護理。

* 本冊子是有關成年人罹患白血病的情況，如欲索取有關兒童罹患白血病的資料，請致電 1 888 939-3333，與我們的癌症諮詢專線聯絡。

何謂癌症？

癌症是來自細胞的病症。我們的身體是由數以百萬計的細胞所組成，各種組織及器官分別由細胞組合而成，例如：肌肉及骨骼、肺及肝等。細胞內的基因控制著細胞的生長、工作、繁殖及死亡。在正常的情況下，細胞會服從命令，我們便能保持健康。

但是，有時候有些細胞的指示出現紊亂，導致發生失常的情況，這些細胞會不受控制地增長和分裂。

大部分器官裡的不正常細胞會形成硬塊或腫瘤，但是免疫系統或血液裡的不正常細胞通常不會形成實體瘤，這些癌細胞大多數在血液、骨髓、和淋巴系統裡循環。

何謂白血病？

白血病是從骨髓裡的幹細胞開始發病的癌症。骨髓負責製造血細胞，這種柔軟、海棉狀物質滿佈在大部分的骨骼中央（血細胞就是在這裡製造的）。血幹細胞（即未成熟的血細胞）會生長成為骨髓幹細胞 (*myeloid stem cells*) 或淋巴幹細胞 (*lymphoid stem cells*)。

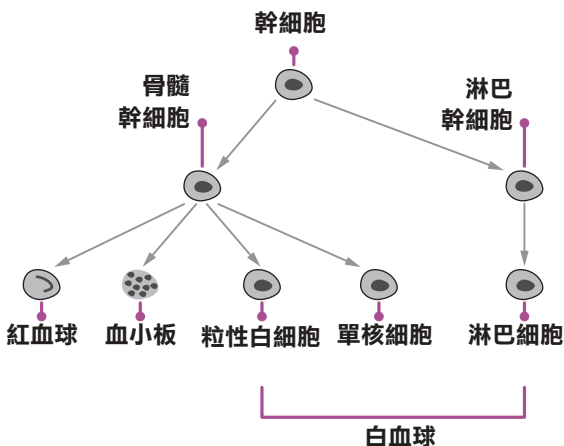
骨髓幹細胞會生長成為三種成熟血細胞的其中一種：

- **紅血球** (*red blood cells*) 把氧氣輸送到身體的所有組織。
- **血小板** (*platelets*) 會在受損的血管形成凝塊，以阻止流血。

- 白血球消滅細菌和幫助抵抗感染，稱為**粒性白細胞 (granulocytes)** 和**單核細胞 (monocytes)**。

淋巴幹細胞會生長成為**淋巴細胞**

(*lymphocytes*)。淋巴細胞是屬於另外一種白血球，通常出現在淋巴結和淋巴系統，例如：脾臟和血液。這種細胞所製造的抗體能幫助抵抗感染。



當骨髓裡的血幹細胞開始製造不正常的血細胞時，便會形成白血病。這些不正常的細胞稱為**白血病細胞 (leukemia cells)**，它會隨著時間超越正常血細胞的數目，令白血球、紅血球、和血小板不能好好地運作。

白血病的種類

白血病一共分為幾種不同的種類。首先，白血病是根據其發病的幹細胞種類而分類：

- **骨髓性白血病 (*myelogenous leukemias*)** 是從不正常的骨髓幹細胞開始發病的。
- **淋巴球白血病 (*lymphocytic leukemias*)** 是從不正常的淋巴幹細胞開始發病的。

白血病會根據其發展和生長速度再進一步分類：

- **急性白血病 (*acute leukemias*)** 是突然間在數天或數星期之內開始發病的。白血病細胞在血液裡的數目驟然間飆升，而導致血液不能如常運作。急性白血病的病程會惡化得很快，所以需要立即治理。
- **慢性白血病 (*chronic leukemias*)** 要經過數月或數年慢慢地生長，而且在早期的時候不會引起任何的症狀，症狀會隨著血液或骨髓裡的白血病細胞數目上升才開始湧現。

白血病一共有四種主要的種類：

- 急性骨髓性白血病
(acute myelogenous leukemia AML)
- 急性淋巴球白血病
(acute lymphocytic leukemia ALL)
- 慢性骨髓性白血病
(chronic myelogenous leukemia CML)
- 慢性淋巴球白血病
(chronic lymphocytic leukemia CLL)

因為每一種白血病的發展和生長過程都不同，所以治療的方法亦不一樣。你的醫生要確定你患上哪一種的白血病是很重要的，好讓你能接受最有效的治療方法。

白血病的成因

白血病並沒有單一的成因，但有些因素會增加罹患的風險。

- 日漸衰老
- 曾經因為癌症或其他狀況而需要接受放射療法或化學療法
- 暴露於高輻射之中，例如：原子塵
- 暴露於化學物之中，例如：苯
- 吸煙
- 患有遺傳性疾病（例如：唐氏綜合症）或異常（罹患CML的人士通常有稱為費城染色體 *Philadelphia chromosome* 的不正常染色體）
- 家族病歷—患有遺傳性基因缺憾或家族裡有成員曾患有CLL
- 患有血液科疾病，例如：骨髓衰竭異常綜合症 (myelodysplastic syndrome，亦稱為MDS)
- 曾有病毒感染，例如：人類T細胞白血病細胞/淋巴瘤病毒 (HTLV-1)

有些人雖然沒有上述的風險因素，但是仍然罹患白血病。

白血病的症狀

當白血病細胞的數目開始上升和你的骨髓再不能製造身體所需的正常細胞時，症狀便會漸漸產生；而體內正常的白血球、紅血球、或血小板數目減少亦會引起很多症狀。就急性白血病而言，症狀出現和變壞的速度均很快。

急性白血病 (AML 和 ALL) 會令你的身體沒有足夠的白血球 (這狀況稱為嗜中性白血球減少症 *neutropenia*)，因此，你將不能有效地抵抗感染。如果你的身體沒有足夠的紅血球 (貧血 *anemia*)，你可能感覺非常疲倦、氣喘、或面色蒼白。沒有足夠的血小板 (血小板減少症 *thrombocytopenia*) 則會引起不正常的出血，你可能很容易出現瘀傷或發現皮膚呈現細小的紫或紅點，特別在你的手和腳。其他急性白血病的一般症狀包括：

- 發燒
- 體重無緣無故地下降
- 一般性的不適
- 喉嚨痛
- 齒齦腫脹
- 使渾身濕透的盜汗
- 頭痛
- 嘔吐
- 視力出現問題
- 骨骼或關節疼痛
- 淋巴結腫脹，但並不痛楚

在早期的慢性白血病 (CML 和 CLL)，白血病細胞差不多可以正常地運作和不會引起任何的症狀，所以通常在定期血液檢查時才發現這疾病。當症狀真的出現時，起初一般都較溫和，但漸漸會變壞。慢性白血病的一般症狀可能包括：

- 疲勞
- 一般性的不適
- 食慾不振
- 體重無緣無故地下降
- 使渾身濕透的盜汗
- 淋巴結腫脹，但並不痛楚

很多時候上述的症狀並非因為白血病所致，其他的健康問題亦會引起這些症狀，例如：感冒或感染；所以要進行測試來確診。

診斷白血病

當醫生與你討論過你的病歷及為你進行身體檢查後，如果懷疑你患有白血病，醫生便會安排一些特別的測試，以確定診斷無誤。這些測試亦可用作分辨白血病的種類；你可能需要接受下列一種或以上的測試。

驗血 Blood tests：進行血液樣本化驗，看看血液裡各種細胞的數目和外表是否正常；驗血結果還可以顯示你的腎臟、肝臟、和其他器官的功能，這些測試或許可以證實你是否患有白血病。

影像研究 Imaging studies：影像研究能夠仔細地檢查組織、器官、及骨骼。透過X光、超聲波、CT掃描、或 MRI (即磁力共震)，你的醫護團隊可以探視癌細胞的位置，以及是否牽涉你的器官，例如：脾臟、肝臟、或淋巴結。這些測試通常不痛，亦不需要麻醉。

活組織切片檢查 Biopsy：要確實診斷癌症，便需要進行活組織切片檢查。確診白血病則要從骨髓抽取細胞化驗，通常從髌骨背後抽取。這些細胞會放在顯微鏡下檢視，如果在骨髓發現白血病細胞的話，它們將被進一步化驗，以瞭解它們的生長速度。有兩種方法拿取骨髓樣本。

- 進行**骨髓穿刺檢查 (bone marrow aspiration)** 時，醫生會利用一支幼針拿取骨髓樣本。
- **骨髓活組織切片檢查 (bone marrow biopsy)** 是利用一支較粗的針來拿取骨髓樣本和一小塊骨骼。

兩種活組織切片檢查均會在受影響的部位作局部麻醉；當細胞被吸進注射器時會令你有點痛楚，但是祇會維持數秒而已。骨髓穿刺檢查和骨髓活組織切片檢查通常會在診所或在醫院以門診方式 (你將無需住院) 進行。

如果你的淋巴結經已脹大，可能要進行**淋巴結活組織切片檢查 (lymph node biopsy)**。你的身體佈滿著淋巴結，它們是淋巴系統或免疫系統的一部分。進行淋巴結活組織切片檢查時，可能會切除部分或整個的淋巴結。若針管

可以很容易直達脹大了的淋巴結，那麼祇需作局部麻醉；但如果脹大了的淋巴結位於胸口或腹部的深處，便可能需要作全身麻醉（你將失去知覺）。

腰椎穿刺術 (lumbar puncture)：可能要進行腰椎穿刺術（亦稱為抽骨髓 *spinal tap*）才能確定白血病有沒有擴散到你的神經系統。在脊骨的兩條椎骨中間插入一支針，然後抽取少量的腦脊液 (cerebrospinal fluid)，以檢查骨髓細胞；腦脊液是包圍著脊柱和腦部的液體。這檢驗會作局部麻醉，而整個腰椎穿刺術需要大約30分鐘。檢查後你必須平臥一至兩小時，以減低出現頭痛的機會。

細胞遺傳學 Cytogenetics：骨髓樣本會進行細胞遺傳學測試（亦稱為染色體分析 *chromosome analyses*），以找尋細胞裡的染色體是否有變化。染色體屬於細胞的一部分，包含著基因的資料。不同種類的白血病通常都有明顯的遺傳異常狀況，這會導致白血病細胞裡的染色體結構改變。這些測試可以協助辨別你可能罹患的白血病種類，以及哪一種治療方法最適合你。

分類和副型

一旦不幸被診斷患有白血病，你的醫護團隊會集合所需的資料，然後界定白血病的副型。副型是根據白血病細胞在顯微鏡下所顯示的獨有特性而定，例如：ALL會根據哪一種的淋巴細胞（B細胞或T細胞）已成癌，以及這細胞的成熟程度來分辨副型。

獲悉你是屬於哪一種副型是很重要的，這有助根據你罹患的白血病副型*來安排你的治療方案。

白血病的治療

你的醫護團隊將考慮你的一般健康情況以及白血病的種類和副型，然後才建議最適合你的治療方法。你與醫護團隊應該一起合作，作出最後的抉擇；如有任何問題及顧慮，應立即與他們商量。

治療對每一個人的影響都不同，所以很難預料你會出現哪一種的副作用。你的醫護團隊會向你詳述每一項療程，亦會告訴你出現哪些副作用便需要立刻匯報，有些則可留待下一次醫療約見時才陳述。如果發現不尋常的副作用或症狀，請盡快與其中一位醫護團隊成員聯絡。

* 白血病有很多不同的方法分類和有多種副型。如欲索取某一種白血病副型的資料，請致電 1 888 939-3333，與我們的癌症諮詢專線聯絡。

病人通常害怕治療所產生副作用。但是，副作用也可以妥善處理和用藥物去預防。如果你有憂慮或疑問，可以告訴你的醫護團隊，他們會提供你所需要的照顧和資料。

罹患白血病可能需要接受下列一項或以上的治療。

化學治療 (化療) Chemotherapy：化學療法可能以服食藥丸或注射方式進行。化療藥物會干擾癌細胞的生長和擴散能力，但是它們不單止攻擊癌細胞，而且亦使到健康的細胞受損。雖然健康的細胞會隨著時間慢慢復元，但是你可能還會因為治療而經歷像噁心、嘔吐、食慾不振、四肢乏力、脫髮、和容易受到細菌感染等副作用。

如果白血病已擴散到神經系統的話，可能會直接把化療藥物注射入腦脊液，這稱為**鞘內注射化療 (intrathecal chemotherapy)**，進行這程序時會作局部麻醉。

幹細胞移植 stem cell transplant：有時候會使用高劑量的化療藥物治理復發或復發風險高的白血病。高劑量化學療法在消滅白血病細胞的同時亦會破壞骨髓細胞，所以需要移植幹細胞來補充損失了的骨髓。所有的血細胞是在骨髓和血管裡的幹細胞製造的。

接受高劑量化學療法之前，首先會拿取你自己或與你骨髓配對的捐贈者的幹細胞，待化療後便會把幹細胞移植入你的血液裡；新的幹細胞將可在數星期內開始製造血細胞。

幹細胞移植是一項具有風險和複雜的程序。因此，幹細胞移植會在特定的移植中心或醫院進行，由一隊受過嚴格訓練的醫護專業人士負責，而副作用可以非常嚴重和可能對生命構成威脅。所以幹細胞移植後，你將會接受緊密的監察，離院後亦需要在一段時間內接受仔細的跟進護理。你可能需要幾個月才可以從幹細胞移植完全康復過來。

放射療法 (電療) Radiation therapy：外置式電波放射療法 (*external beam radiation therapy*) 是使用一座龐大的儀器來小心調校放射性電波。電波穿過的細胞會被破壞，不論正常的細胞還是癌細胞。要視乎身體哪一部分需要接受電療，副作用亦相應不同。你可能感覺較平常疲倦、出現腹瀉、或發現電療位置的皮膚有所改變 (可能變紅或一觸即痛)。

有些種類的白血病可能會利用電療治理或預防它擴散開去。如果你需要接受幹細胞移植的話，你可能要進行全身的放射療法，以消滅骨髓細胞，這稱為全身性放射療法 (*total body irradiation*)。

生物療法 Biological therapy：生物療法是利用你的免疫系統抵抗癌症，或幫助控制因其他癌症治療而引起的副作用。這療法會使用身體的天然物質或由身體的天然物質所製成的藥物，來增強身體抵抗疾病的能力。

治療白血病共有兩種生物療法：單克隆抗體 (*monoclonal antibodies*) 和干擾素 (*interferon alfa*)，這兩種療法均以注射方式進行。有時候會採用單克隆抗體治療 CLL、ALL 和 AML，也可能使用干擾素來治療 CML (雖然 CML 患者大多會採用癌細胞生長抑制劑治理)。這些藥物通常會引起像流行性感冒般的副作用，例如：發冷、發燒、肌肉疼痛、虛弱、和噁心；而較嚴重的副作用則很罕見，可是有些人會出現嚴重的皮膚疹、呼吸困難、或低血壓，副作用通常在治療結束後消失。請緊記與你的醫護團隊商量，有關這項治療的風險和益處。

標靶療法 Targeted therapy：標靶療法是利用藥物攻擊某一種類的癌細胞，但同時不會損害健康的細胞，*癌細胞生長抑制劑 (cancer growth inhibitors)* 便是其中一種標靶療法。這種藥物能夠干擾癌細胞的生長和分裂能力，CML、ALL 和 AML 患者可以使用癌細胞生長抑制劑治理。這些藥物可以是口服藥丸或膠囊，副作用大多在治療開始時的數月內出現，當漸漸習慣療程後便可能有所改進。

戒備式等待 Watchful Waiting：沒有任何症狀的 CLL 患者可以考慮選擇戒備式等待這種治療方法。你的醫護團隊將會緊密監察白血病的狀況，你的醫生會定期為你作身體檢查，而你亦需不時接受其他的測試。如果出現白血病的徵兆或情況有所改變的話，便可能需要考慮進行積極療法，例如：化療或電療。當症狀受到控制後，你和你的醫生可以決定再採用戒備式等待。

手術 Surgery：慢性白血病很少利用手術治理，但有些慢性白血病患者需要把脾臟切除。脾臟位於腹部，與胃部、左腎、和結腸連接。慢性白血病可能令脾臟脹大，脹大了的脾臟會引起不適和疼痛，亦會破壞紅血球和血小板而導致貧血和出血。若化療或電療未能使脾臟收縮的話，便可能要動手術把它切除，稱為**脾切除術 (splenectomy)**；這手術要在全身麻醉下進行（你將失去知覺）。

手術後你可能有些疼痛或出血，但這些副作用祇是暫時性和可以受到控制的；而切除脾臟可能會增加你受感染的風險。

臨床治療試驗 Clinical treatment trials：臨床治療試驗是研究治癌的新方法，例如：新的藥物、新的治療方法、或將現有的治療方法組合運用。這都要經過緊密監察，以確保臨床試驗對參加者是安全的。請徵詢你的醫生，看看有沒有適合你情況的臨床試驗，好讓你有多一個治療的選擇，這是一舉兩得，既利己也利人的機會。

輔助療法 Complementary therapies：輔助療法是配合傳統治療的療法。這有待進一步研究，方可證實它的成效和瞭解它的運作。

另類療法 (alternative therapies) 是替代傳統治療的療法。另類療法並未經科學方法證實對癌症是否安全或有效，所以是否對你有害或對治療有成效，就仍然是未知之數。

在你決定選用輔助療法和另類療法之前，應該盡力瞭解清楚，這是很重要的；並與醫護團隊商討，以免因此而影響測試結果及定期的治療。

接受治療之後

定期覆診有助你和你的醫護團隊監察治療後的進度和康復的情況。初期可能由醫護團隊裡其中一位專科負責主理，其後便會由你的家庭醫生跟進。

每個人的覆診時間表都不同。療程後的第一年你可能見醫生的次數較頻密，特別是當你接受幹細胞移植後，免疫系統可能需要一年或以上才能復元。隨著時間過去，覆診的次數會逐漸減少。如果有新症狀和持續的症狀，應立即向你的醫生匯報，並不需要等待下一次的醫療約見。

在治療期間和治療之後會定期拿取血液樣本，以檢查你的白血球、紅血球、和血小板的水平。當你的白血球偏低時，你將要好好保護自己免受感染；你可能要服用抗生素和其他藥物來預防感染。你的醫生可能建議你避免到人多的地方和接近患有感冒和其他傳染病患者；如果不幸受到感染或病倒了，便應立即與你的醫生聯絡，你可能需要住院接受治療。

有些白血病患者會感覺沒精打彩和疲勞，這可能由於貧血所致（紅血球偏低）。貧血可以利用輸紅血球治理，而輸血小板則可以幫助減低嚴重出血的風險。

完成癌症治療或許使你百感交集。你可能因為療程結束而感到高興，亦期待重拾正常的活動；可是，同一時間你或會感覺焦慮。如果你正為治療即將完結而憂心，請與醫護團隊商量；他們樂意在這過渡時期提供幫助。

與癌共存

請緊記有很多資源是為癌症病患者和其護理者而設的。

你的醫護團隊：如果你需要實際的幫助或情緒的支援，醫護團隊的成員可以建議在你的社區裡適合你的服務，或轉介你約見癌症中心的職員和精神科專業人士。

家人及朋友：你的摯親可以給你很大的支持。盡量接受別人的幫助，當有人對你說：「請告訴我怎樣才能幫助你」，那便坦誠相告所需。或許他們可以作跑腿、燒一頓飯和接送你到醫務所等。

有相同經歷人士的支持：請考慮參加支援小組，或與癌症康復義工傾訴，可以約見會面或利用電話或上網形式進行。與有相同經歷人士交談和從他們身上學習，會對你很有幫助。嘗試不同的方法，看看哪一個最適合你。

你自己：要保持開朗。面對癌症的最佳方法是保持身心樂觀；當然每一個人都不同，所以要找尋適合自己的方法。你並不需要整天強裝開心或笑臉迎人，甚至強迫自己逃避觸及患癌的痛苦經歷；相反，你可以積極參與一些既輕鬆又喜愛的活動，讓你的思想、心靈及身體能夠煥然一新，從而戰勝癌症。

加拿大防癌協會 幫助你認識癌症

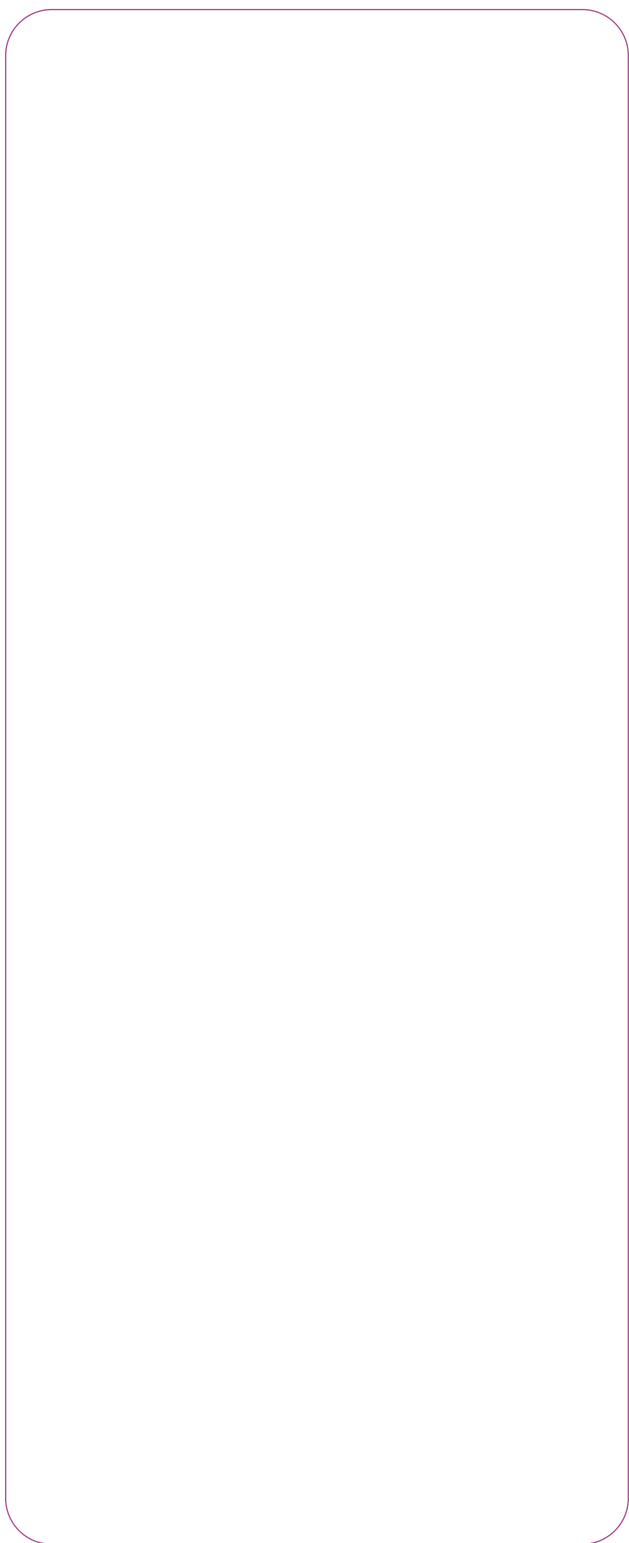
你對白血病已有了初步的認識，你可能想再深入瞭解多一點。如欲索取有關白血病的詳細資料，請與加拿大防癌協會聯絡，我們的服務是免費和保密的。

如果你想與有相同癌症經歷的朋友傾談，我們可以助你聯絡一位受過訓練的義工，以面談、電話、或小組會面方式進行。

請以下列方式聯絡加拿大防癌協會：

- 逢星期一至五早上九時至下午六時，致電 **1 888 939-3333**，與諮詢專員查詢
- 電郵 **info@cis.cancer.ca**
- 瀏覽網址 **www.cancer.ca**
- 聯絡你居住地區的加拿大防癌協會辦事處





本會的工作

加拿大防癌協會一直是抗癌先鋒，這有賴義工及職員的努力耕耘，以及大眾的鼎力捐助，本會服務包括：

- 資助各項最有價值的癌症研究項目
- 倡導健康的公共政策
- 宣傳健康的生活模式，以減低患癌風險
- 提供癌病資訊
- 支援癌病患者及其親友

如欲捐助本會或索取更多有關癌症的資料或服務，歡迎隨時聯絡我們。



Canadian Cancer Society Société canadienne du cancer

同心合力、戰勝癌症

1 888 939-3333 | www.cancer.ca

這是加拿大防癌協會印製的一般性防癌資訊，並非用以取代專業醫療人員的意見。此中文譯本若與英文原文有任何差異，一切均以英文原文為準。

本冊子資料內容可隨意複印，毋須本會批核，但必須註明為
加拿大防癌協會2008:《白血病：瞭解你的診斷》。

© Canadian Cancer Society 2008 | Translated 2009