



Canadian Cancer Society
Société canadienne du cancer

有關癌症要提出的問題

Questions to Ask about Cancer



同心合力、戰勝癌症

1 888 939-3333 | cancer.ca

本小冊子改編自為乳癌婦女編撰1997年印製的手冊。這本手冊由**阿特蘭大乳癌資訊計劃**與下列機構合作編製：卑詩省/育空地區乳癌資訊計劃、乳癌資訊網 - 草原省份/西北地區、安省乳癌資訊交換計劃及魁省乳癌資訊交換網絡。本會對這手冊進行了修改，供各種癌症患者使用。

目錄

2	引言
3	與你的醫護團隊溝通
4	確診
6	手術
8	關於癌症
10	手術後身體康復
12	非手術治療
14	放射療法
16	化療
18	荷爾蒙療法
20	生物療法
22	輔助療法及另類療法
24	肢體重建
26	情緒康復
28	患癌後的保健與安康
30	詞表
34	資源

引言

癌症確診常常引起許多問題。找到這些問題的正確答案很重要 - 這些答案會幫助你做出恰當的決定。隨著你與醫護團隊傾談以及自己進行資料蒐集，你對癌症的認識會提高，此小冊子可以為你提供幫助。

本小冊子針對幾個重要題目，建議你可以提出的一些關鍵問題，並留有空白頁供你記錄答案。你不須要問所有問題，只須選擇適合自己情況的問題，並加上你自己所關心的問題。每個人患癌的經歷都是獨一無二的，通過記錄自己的資料，你就可以有永久的記錄，在有需要時可以翻看。

在患癌期間你或許會遇到許多新詞匯。在本小冊子裏你會見到有些詞匯是以**粗體**排印，其含義可在小冊子末尾的**詞表**找到。

與你的醫護團隊溝通

癌症治療講求團隊合作。許多不同的醫療專業人員 - 例如醫生、護士、社工、藥劑師和物理治療師 - 在你患病期間會給你協助。另外，你若有需要的話，還有許多其他醫護人員會向你伸出援手。

你的醫護團隊對癌症有深入認識，但如果你不向他們提出要求的話，他們不會知道你需要幫助。不必害怕、難為情或猶豫，坦誠地告訴醫護團隊你的需要。

你是醫護團隊中最重要一員。由於每個人的情況是獨特的，因此治療方案也是需要量身訂造，你也不例外。你可通過下列方式來參與制定自己的護理：

- 參與對你有影響的決定。
- 用適合你的方式來認識癌症及你的治療。
- 與醫護團隊討論你擔心或憂慮的事情。
- 按時赴醫生、診所和醫院的約見。
- 寫出想向醫護團隊提出的問題，下次覆診時就不會忘記。
- 詢問醫護團隊，如果你有必須迅速解答的問題，在覆診前如何聯絡他們。

如果醫生沒有聆聽或回答你的問題，你有權諮詢其他人的意見。如果這樣做不起作用的話，你可以轉換一位更樂意解答你的問題醫生。

② 確診

1. 我患的是什麼**癌症(cancer)**？
2. 怎麼治療這種癌症？
3. 什麼檢查可以確定癌症是否已擴散？我何時可以做這些檢查？
4. 何謂**淋巴結(lymph nodes)**？它們有什麼功能？哪些淋巴結可能會受癌症影響？
5. 我是否須要對治療方案立即做決定？我是否可以考慮一下，並且獲取更多資料？
6. 這是個重大決定，我如何徵詢他人意見？
7. 治療後，癌症復發機會有多大？
8. 我如何能與其他同種癌症患者取得聯絡？有無支援小組我可以參加？或者是否有支援計劃你可以告訴我？
9. 我在哪裏可以得到更多有關這種癌症的資料？
10. 何謂**臨床試驗(clinical trials)**？我如何在社區內找到臨床試驗的資料？
11. 我若選擇不接受治療，情況會怎樣？
12. 治療會否影響我的**生育能力(fertility)**？

② 手術

1. 在消除癌症方面我有什麼選擇？
2. 根據我的情況，你會建議哪種手術？為什麼？我將會接受的手術名稱叫什麼？
3. 我是否須要為手術做一些準備？
4. 你會否切除淋巴結？如果會，為什麼？我是否可以選擇進行**前哨淋巴結活組織切片檢查(sentinel lymph node biopsy)**？
5. 如果切除淋巴結，會有什麼**副作用(side effects)**？
6. 我的疤痕會在哪裏？它會是什麼樣子？
7. 我是否須要留院？如果要，會多久？
8. 手術會否影響我日常的活動？如果會，要持續多久？
9. 我是否須要休假？多少時間？
10. 可能會有**哪些副作用**？通常可以怎樣控制？
11. 是否會有**長期影響**？
12. 我在家裏是否需要護理？手術後有什麼社區資源可以幫助我？
13. 手術後我是否需要更多治療？如果需要，是什麼治療？
14. 我是否需要**肢體重建(reconstruction)**？我現在是否須對重建手術立即做決定？

② 關於癌症

1. 我的**腫瘤(tumour)**有多大？
2. 我患的癌症屬於哪一期(**stage**)？它代表什麼？
3. 切除了幾個淋巴結？它們是否顯示有癌症？
4. 癌症有沒有擴散到其他地方？
5. 癌症屬於第幾級(**grade**)？它的生長速度如何？
6. 治療後，癌症復發機會有多大？

② 手術後身體康復

1. 手術後我是否會有疼痛或不適？會維持多久？如何加以控制？
2. 手術切口需要多久才能癒合？怎樣護理切口才是最佳方法？我是否須要拆去縫線或縫釘？
3. 我若用引流管，它會留在那裏多少時間？我應該怎樣護理它？
4. 有什麼症狀 - 腫脹、發燒、噁心等等 - 可能是身體出現問題的先兆？如果覆診前有疑慮，我應該聯絡誰人？
5. 手術後要多久才覆診？手術後我會相隔多久見醫生一次？
6. 我應該避免參與什麼種類的活動？要持續多久？
7. 是否有一些特別運動可以為幫助我康復？我是否須要接受**物理治療(physiotherapy)**？
8. 在家裏我是否需要幫助？我應該向誰尋求關於洗澡、煮食和打掃衛生等日常活動方面的幫助？
9. 何謂**淋巴水腫(lymphedema)**？我有沒有出現淋巴水腫的危險？如何避免？
10. 若出現淋巴水腫，我怎麼辦？

❓ 非手術治療

1. 何謂**化療**(chemotherapy)？
2. 何謂**放射療法**(radiation therapy)？
3. 化療或放射療法是否能增加我存活機會？如何增加？
4. 這些治療有什麼短期和長期影響？
5. 我將會在手術前還是後接受治療？我將會在手術前或後多久開始治療？
6. 對於我所患的這種癌症，有沒有其他非手術治療？

② 放射療法

1. 我是否須要接受放射療法？它對我有什麼幫助？
2. 放射療法有什麼好處和風險？
3. 我將會接受哪一種放射療法？
4. 放射療法是怎麼樣的？會痛嗎？
5. 那種放射療法將會怎樣進行？相隔多久進行一次？每次治療需時多久？
6. 我是否須要留院？如果要，時間多長？
7. 治療會在什麼地方進行？誰為我進行治療？
8. 治療會出現什麼副作用？通常可以怎樣控制？
9. 出現什麼副作用我須要立即報告？致電給誰？
10. 接受治療前我是否須要遵從一些特別指示，例如不進食？
11. 在接受放射療法期間或治療完成後，是不是須要遵從一些特別指示？
12. 治療期間的皮膚護理，我要知道什麼？塗香水、體香劑或護膚液可以嗎？
13. 接受治療的部位需要多久才復原？
14. 放射療法會否影響我日常的活動？如果會，要持續多久？
15. 治療期間在日常活動方面我是否需要幫忙？
16. 我是否須要休假或調整工作時間表？
17. 我是否須要支付治療費用？

② 化療

1. 我是否須要接受化療？它對我有什麼幫助？
2. 化療有什麼好處和風險？
3. 我一次會服食多少藥物？那種化療的名稱叫什麼？那些藥物的名稱叫什麼？
4. 那種化療將會怎樣進行？相隔多久進行一次？在什麼時間內？
5. 我是否須要留院？如果要，時間多長？
6. 治療會在什麼地方進行？誰為我進行治療？
7. 治療會出現什麼副作用？在何時開始？通常可以怎樣控制？
8. 出現什麼副作用我須要立即報告？致電給誰？
9. 會有長期影響嗎？怎樣可以控制？
10. 我會發胖還是消瘦？
11. 我會否脫髮？如果會，多快會出現？我可以在何處找到假髮、頭髮飾物或頭巾？這些東西的費用是否由醫療保險支付？
12. 在接受化療期間或治療完成後，是不是須要遵從一些特別指示？
13. 化療會否影響我日常的活動？如果會，要持續多久？
14. 治療期間在日常活動方面我是否需要幫忙？
15. 我是否須要休假或調整工作時間表？
16. 我是否須要支付治療費用？

② 荷爾蒙療法

1. 何謂荷爾蒙療法(hormonal therapy)？
2. 我是否需要荷爾蒙療法？
3. 荷爾蒙療法有什麼好處和風險？
4. 我將會接受哪種荷爾蒙療法？如果是藥物，它的名稱叫什麼？
5. 那種療法將會怎樣進行？多久一次？在什麼時間內？
6. 治療會出現什麼副作用？怎樣可以控制？
7. 出現哪種副作用時我要立即報告？致電給誰？
8. 會有長期影響嗎？怎樣可以控制？
9. 我會發胖還是消瘦？
10. 接受這種治療期間，有什麼事情是我應該或不該做的？
11. 荷爾蒙療法會否影響我日常的活動？如果會，要持續多久？
12. 我是否須要支付治療費用？

❓ 生物療法

1. 何謂生物療法(biological therapy)？
2. 我是否需要生物療法？
3. 生物療法有什麼好處和風險？
4. 我將會接受哪種生物療法？那種藥物名稱叫什麼？
5. 那種療法將會怎樣進行？多久一次？在什麼時間內？
6. 治療會出現什麼副作用？怎樣可以控制？
7. 出現哪種副作用時我要立即報告？致電給誰？
8. 會有長期影響嗎？怎樣可以控制？
9. 接受這種治療期間，有什麼事情是我應該或不該做的？
10. 生物療法會否影響我日常的活動？如果會，要持續多久？
11. 我是否須要支付治療費用？

② 輔助療法及另類療法

1. 何謂輔助療法(complementary therapy)? 何謂另類療法(alternative therapy)?
2. 輔助療法是否有助我的治療? 我可以在哪裏找到這些療法? 你會建議哪一種?
3. 在什麼時候與傳統癌症治療聯合使用是安全的?
4. 這種療法的安全使用量是多少?
5. 使用這種療法是不是有已知的風險或好處?
6. 你會否幫助我追尋這種療法的好處和副作用?
7. 對於我的癌症可能會有幫助的其他輔助療法, 你有沒有什麼建議?
8. 我是否須要支付治療費用?

② 肢體重建

1. 何謂肢體重建？我需要嗎？
2. 哪種重建手術適用於我？
3. 建議我接受的那種手術叫什麼名稱？你可以解釋一下那療程嗎？
4. 肢體重建有什麼好處和風險？
5. 我可以在何處同其他曾接受肢體重建的人取得聯繫？
6. 根據我的情況，進行重建手術最佳時間是什麼時候？
7. 在肢體重建之前、期間及之後，我會經過什麼步驟？
8. 我將留院多長時間？我將需要多長時間才可康復？
9. 在重建手術後我會否恢復正常功能？
10. 這療程是否由醫療保險支付費用？如果不是，它的費用是多少？如有需要，我是否可獲得財務援助？
11. 何謂義肢(prosthesis)？我需要嗎？
12. 我怎樣取得義肢？它的費用是否由醫療保險支付？

② 情緒康復

1. 在手術或其他治療後，我會有什麼感受(例如悲傷、憤怒、脆弱、失控)？
2. 如有需要，我可以從哪裏獲得幫助以妥善處理我的感受？
3. 我的家人和朋友會覺得怎樣？他們的舉止會怎麼樣？
4. 我的家人可以獲得哪些支援？
5. 我怎樣同朋友和家人談及癌症和我的治療？
6. 伴侶或配偶通常會有什麼反應？我們可以怎樣互相扶持？
7. 我可以怎樣同伴侶談及我身體的變化？
8. 我可以怎樣重拾性慾？
9. 治療已經使我覺得局促不安和內心不充實，我怎樣能再次感到身心健全？

② 患癌後的保健與安康

1. 我何時會恢復正常體能水平？
2. 我覆診時間是怎麼安排的？我將會見哪位醫生？
3. 我是否要定期接受檢驗？多久一次？
4. 出現什麼症狀我須要立即報告？致電給誰？
5. 我是不是可以在生活方式上作出改變，以減低癌症復發的風險？
6. 有什麼食物是我可以或不可以吃的？我可以在哪裏獲得飲食方面的忠告？
7. 我可以在何處找到有關減壓方法的資訊？
8. 我的家人是否有較大風險患上癌症？關於患癌風險我應該告訴他們什麼？他們需要**基因檢測(genetic testing)**嗎？
9. 為幫助減低患癌風險和確保可及早偵測出癌症，我的家人可以怎樣做？
10. 我是否有患上另一種癌症的危險？
11. 如需要財務援助，我可以聯絡誰？

詞表

[A]

另類療法 alternative therapy

用來代替傳統療法的治療方法。

另類療法不屬於對癌症的傳統治療，因為它們未經科學方法證實是安全或有效的。

採用特別飲食代替化療或其他傳統治療來治理癌症，是另類療法的一個例子。

[B]

生物療法 biological therapy

採用對身體免疫系統有幫助的天然或人造物質進行治療的方法。

[C]

癌症 cancer

癌症是超過二百種疾病的統稱，成因是不正常細胞不受控制地生長。癌細胞可入侵及破壞健康組織。大部分癌症可擴散到身體其他部位。

化療 chemotherapy

利用藥物去治療癌症。

臨床試驗 clinical trial

通過研究來檢測新的治療或方法，以減低患癌風險及控制癌症；這些治療或方法可能比現有的更勝一籌。

輔助療法 complementary therapy

與傳統療法一起使用的治療方法。

輔助療法可能幫助患者面對疾病、治療或副作用，但不單是針對治療疾病本身。

用草藥治療來減低化療的副作用，是輔助療法的一個例子。

[F]

生育能力 fertility

生產小孩的能力。

[G]

基因檢測 genetic testing

檢驗脫氧核糖核酸(DNA)以尋找可能顯示有較大危險患上特定疾病或失調症的基因突變。

級別 grade

對腫瘤的一種描述，指癌細胞在顯微鏡下的形態及活動情況。它描述癌細胞與正常細胞有什麼不同、癌細胞的生長及分裂速度、以及癌細胞擴散的可能性。

[H]

荷爾蒙療法 hormonal therapy

利用增加、阻斷或去除荷爾蒙來治療癌症的方法。

荷爾蒙療法是用來減慢或停止一些依靠荷爾蒙生長的癌細胞的成長。荷爾蒙療法包括利用藥物、手術或放射療法來改變荷爾蒙的水平。

[L]

淋巴結 lymph node

淋巴結是個細小、豆形的器官，貯藏了淋巴細胞以及過濾淋巴液裏的異物，例如細菌和癌細胞。

淋巴結分佈在全身，集合較多淋巴結的部位為腋下、腹股溝(鼠蹊)及頸部。

淋巴水腫 lymphedema

稱為淋巴的體液不正常地積聚所引致的腫脹。

當附近的淋巴管或淋巴結受到阻塞，或者被手術切除或受到放射治療，就會出現淋巴水腫。

[P]

物理治療 physiotherapy

利用特別的運動或體能活動去治療疼痛、疾病或創傷。

義肢 prosthesis

人造肢體，用來取代失去的肢體。

[R]

放射療法 radiation therapy

以高能量的射線或粒子來破壞或摧毀癌細胞。這包括X光、伽瑪射線、電子及其他能源。

放射療法可以是內置式(短距離放射治療或系統式治療)或外置式(外部放射治療)。

肢體重建 reconstruction

再造身體部位的手術。

[S]

前哨淋巴結活組織切片檢查 **sentinel lymph node biopsy**

切除及檢查前哨淋巴結。前哨淋巴結是癌細胞可能會擴散到的第一個淋巴結。

有時可能有多過一個前哨淋巴結，那麼每一個都會被切除來作癌細胞檢驗。

副作用 **side effect**

醫學治療所引致的不想要或令人不快症狀。

分期 **stage**

形容癌症在體內蔓延的情況。

期數是根據腫瘤大小、擴散程度、牽涉的淋巴結、以及疾病是否已擴散到身體其他部位而定。每種癌症是以本身的準則來評定期數。

[T]

腫瘤 **tumour**

腫瘤是不正常生長的細胞。腫瘤可以是非癌變的(良性)或癌變的(惡性)。

加拿大防癌協會

幫助你了解癌症

本會癌症資訊服務處受過培訓的資訊專家，會通過電話耐心回答你的問題，以及因應你的需要，為你搜尋以下各方面的資料：

- 疼痛處理
- 副作用
- 自我形象
- 性慾
- 情緒支援
- 假髮、裝飾小假髮及頭飾
- 許多其他與癌症有關的問題

你也可能認為這些加拿大防癌協會的小冊子是有用的：

放射療法：給癌症病人的指引(*Radiation Therapy: A guide for people with cancer*)提供有關放射療法、可能有什麼副作用及怎樣加以控制的資訊。

化療和其他療法：給癌症病人的指引(*Chemotherapy and Other Drug Therapies: A guide for people with cancer*)提供有關化療、荷爾蒙藥物療法、生物療法和標靶療法的資訊，以及關於可能有什麼副作用和怎樣加以控制的資訊。

面對癌症、食得健康：均衡飲食指引(*Eating Well When You Have Cancer: A guide to good nutrition*)能幫助你在治療期間管理自己的營養。

與癌症共存：給癌症病人及其護理員的指引(*Living with Cancer: A guide for people with cancer and their caregivers*)能幫助你在患癌期間妥善應付實際和情緒問題。

輔助療法：給癌症病人的指引(*Complementary Therapies: A guide for people with cancer*)會幫助你更清楚了解可用到的輔助療法。

性慾與癌症：給癌症病人的指引(*Sexuality and Cancer: A guide for people with cancer*)會幫助你更清楚了解癌症及其治療如何影響你的性慾。

這些刊物備有印刷版本，並可見於本會的網址：www.cancer.ca。

注意：這些標題在此小冊子出版之時是準確的。

與曾有此經歷的人傾談

你如患上了癌症並希望與曾有類似患癌經驗的人傾談，本會可幫助你與受過培訓的義工聯繫 - 親身、通過電話或在小組環境下。

聯絡加拿大防癌協會：

- 致電免費長途電話：1 888 939-3333
(失聰/聽覺不靈人士專線：1 866 786-3934)
星期一至五，上午9時至下午6時。
- 電郵：info@cis.cancer.ca。
- 網址：cancer.ca
- 聯絡你當地的加拿大防癌協會辦事處。

本會的服務是免費和保密的。



建議瀏覽的網址

卑詩癌症中心(BC Cancer Agency)

www.bccancer.bc.ca/PPI/TypesofCancer/default.htm

美國國家癌症研究所(National Cancer Institute)

www.cancer.gov/cancertopics

美國癌症協會(American Cancer Society)

www.cancer.org

麥米蘭基金會(Macmillan Cancer Support)

www.macmillan.org.uk/Cancerinformation/Cancertypes/AtoZ.aspx

加拿大防癌協會分會辦事處

卑詩省及育空地區

565 West 10th Avenue
Vancouver, BC V5Z 4J4
604 872-4400
1 800 663-2524
inquiries@bc.cancer.ca

阿省/西北地區

325 Manning Road NE, Suite 200
Calgary, AB T2E 2P5
403 205-3966
info@cancer.ab.ca

沙省

1910 McIntyre Street
Regina, SK S4P 2R3
306 790-5822
ccssk@sk.cancer.ca

緬省

193 Sherbrook Street
Winnipeg, MB R3C 2B7
204 774-7483
info@mb.cancer.ca

安省

55 St Clair Avenue W, Suite 500
Toronto, ON M4V 2Y7
416 488-5400

魁省

5151 de l'Assomption Blvd.
Montreal, QC H1T 4A9
514 255-5151
info@sic.cancer.ca

紐賓士域省

PO Box 2089
133 Prince William Street
Saint John, NB E2L 3T5
506 634-6272
ccsnb@nb.cancer.ca

諾華斯高沙省

5826 South Street, Suite 1
Halifax, NS B3H 1S6
902 423-6183
ccs.ns@ns.cancer.ca

愛德華王子島

1 Rochford Street, Suite 1
Charlottetown, PE C1A 9L2
902 566-4007
info@pei.cancer.ca

紐芬蘭及拉布拉多省

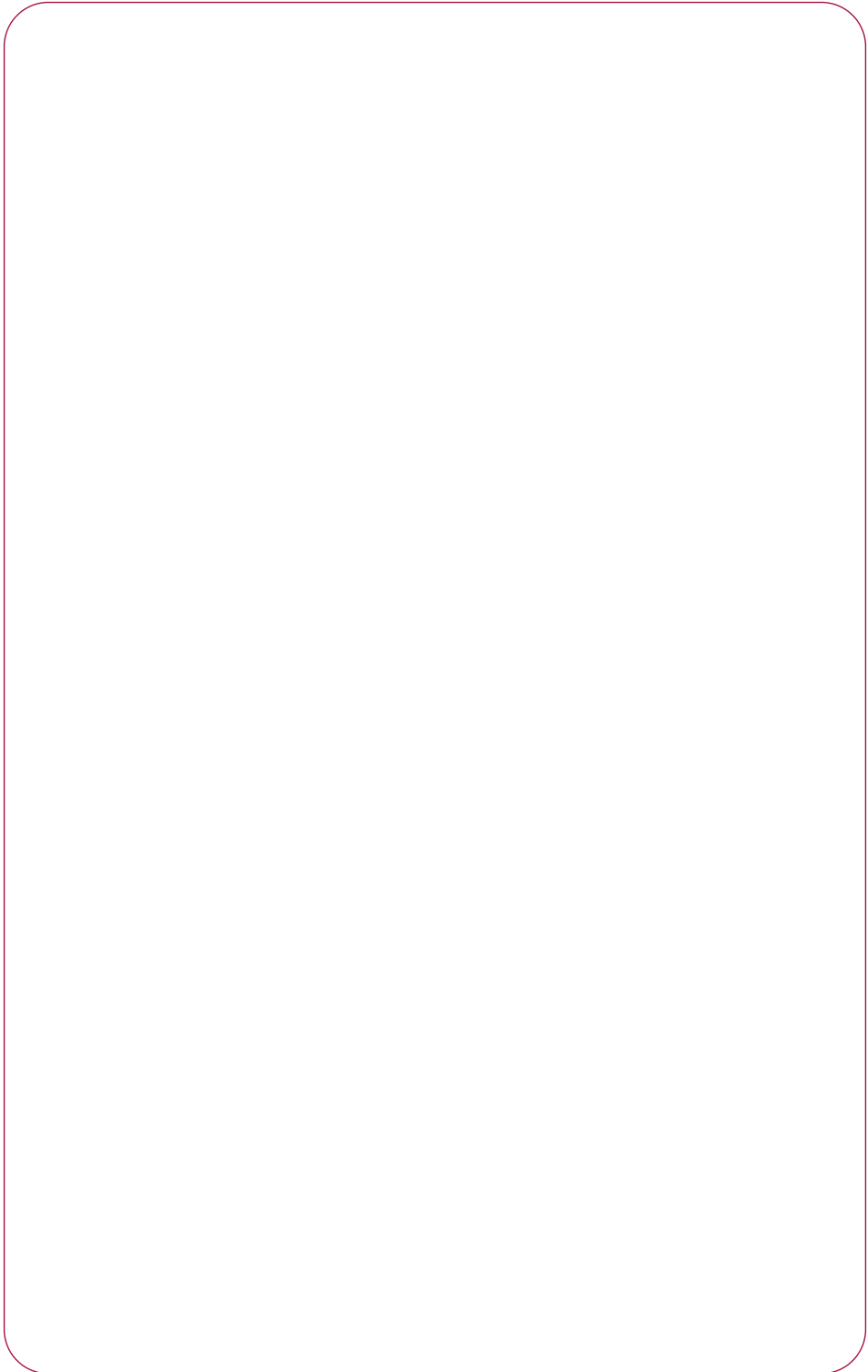
PO Box 8921
Daffodil Place, 70 Ropewalk Lane
St John's, NL A1B 3R9
709 753-6520
ccs@nl.cancer.ca

我們希望聽到你的意見

如果對這本小冊子有任何意見或建議，請電郵至：

publicationsfeedback@cancer.ca。





本會的工作

加拿大防癌協會通過下列工作去對抗癌症：

- 竭盡所能，預防癌症
- 資助研究，戰勝癌症
- 讓本國癌症病人獲得賦權、資訊和支持
- 倡議公共政策，改善加拿大人的健康
- 團結國民，對抗癌症

如欲索取有關癌症和本會服務最新資料，或捐款，請聯絡本會。



Canadian Cancer Society
Société canadienne
du cancer

同心合力、戰勝癌症

1 888 939-3333 | cancer.ca

失聰/聽覺不靈人士專線: 1 866 786-3934

這是加拿大防癌協會印製的一般性資訊，
並非用以取代專業醫療人員的意見。

此刊物的資料內容可隨意複印，毋須本會批准，但必須註明為
加拿大防癌協會2011：《有關癌症要提出的問題》。