

# 希望護照

HOPE PASSPORT



## 4 GOOD! FOR GOOD! 做個認真的病人 您會更健康



在台灣，癌症已連續39年蟬聯十大死因之首，每4分鐘就有一個人罹癌，每年有近70萬個家庭必須面對癌症的挑戰。

向來人們總習慣用「不會是我」的態度在面對癌症。因此，當您確認罹癌時，常會因驚慌、失措、沮喪、不安……等情緒，讓身體背負更沈重的精神壓力。

然而，隨著醫學不斷進步，癌症已經不是絕症。「癌症希望基金會」特別設計了這本「希望護照」，期望幫助您做個認真的病人，學習 4 GOOD 抗癌關鍵：「瞭解它」、「別怕它」、「治療它」、「打敗它」。在治療過程中，可更順利地與醫護人員溝通，把握治療契機，您會發現，其實癌症治療沒有想像中的困難！

當您準備好做一位「認真的病人」時，您將不會孤軍奮鬥，「癌症希望基金會」陪您打贏這場抗癌勝仗！讓您更健康的生活！

讓我們一起加油！

癌症希望基金會 董事長

A handwritten signature in black ink, appearing to be the name '王明' (Wang Ming), written in a cursive, flowing style.

# 4 GOOD! For Good!

## 是的，我要更健康地活著！

從確診那天開始，我們的身體最需要的就是 4 GOOD！

### GOOD 1 瞭解它 學習抗癌！要知己知彼，不盲從！

#### ● 掌握癌症身份證

- \* 癌症類別：腫瘤長的部位（如長在乳房、肺等），及屬於什麼細胞型態
- \* 癌症期別：腫瘤大小、淋巴結侵入的狀況、遠端器官轉移的發生
- \* 基因型態：腫瘤是否有特殊基因

#### ● 尋求相關資源

除了醫師和個管師外，可到醫院的「癌症資源中心」或上「台灣癌症資源網」找尋所需的資訊及資源。

### GOOD 2 別怕它 正面迎戰！跟醫生討論，不恐慌！

#### ● 相信實證醫學

遵循實證醫學證據及醫生臨床經驗，所制定的治療計畫。

### ● 有效醫病溝通

能與醫生溝通自己及家屬的期待，主動參與決策以達成雙方的共識。

### ● 第二意見諮詢

癌症的診療較複雜，在治療方式確定前，也可備妥腫瘤病理切片及相關檢查報告，尋求第二意見。

### ● 慎選診療醫院

為維護自身醫療保障，可上網查詢國民健康署癌症診療品質認證醫院，尋求診治。

## GOOD 3 治療它 精準治療！要配合醫囑，不馬虎！

### ● 對症下藥，打造專屬治療

癌症治療現走向個人化，醫療團隊根據病人整體狀況、癌症期別及細胞型態、特殊基因等，結合臨床醫學的科學研究及跨領域科技，準確擬定最佳的個別化治療，提升治療成效。

### ● 自我管理，掌握治療契機

治療期間做好自我管理，掌握自己的身體狀況，主動尋求協助找到緩解副作用及自我照護的方式，以降低治療對生活的影響。

## GOOD 4 打敗它 邁向康復！要堅持治療，不中斷！

### ● 治療貴在堅持

治療過程中，堅持不中斷是很重要的！若有任何不適的症狀或其他考量，應與醫護人員討論，不要隨意自行停止治療。

### ● 飲食滿分抗癌加分

營養對癌症病人的重要性不言可喻，請把握「以均衡飲食為基礎」、「營養素的攝取比例要適當」、「善選食材」三大原則。

### ● 規律運動，身體心理都健康

規律運動可幫助防止肌肉萎縮、減少治療副作用、提高生活品質。建議養成20-30分鐘的運動習慣；走路、慢跑、快走、游泳、登階或騎腳踏車等有氧運動都是好的選擇。

### ● 保持充足的睡眠，儲存體力好抗癌

充足睡眠和規律作息是維持健康的不二法門！睡眠是增強免疫力最好的方法，理想睡眠長度是七至八小時。

掌握更多資訊，一起勇敢抗癌

免費專線：0809-010-580（鈴一鈴·我幫您）

|       |         |      |  |
|-------|---------|------|--|
| 姓名    |         | 電話   |  |
| 診斷日期  | 年 月 日   | 診斷名稱 |  |
| 診斷年齡  | 歲       | 就診醫院 |  |
| 治療醫師  | 外 科 :   |      |  |
|       | 放射腫瘤科 : |      |  |
|       | 血液腫瘤科 : |      |  |
|       | 其他科別 :  |      |  |
| 個管師   | 姓名 :    | 電話 : |  |
|       | 名稱 :    | 電話 : |  |
| 其他單位  | 名稱 :    | 電話 : |  |
|       | 名稱 :    | 電話 : |  |
|       | 名稱 :    | 電話 : |  |
| 緊急連絡人 | 姓名 :    | 電話 : |  |
| 備註    |         |      |  |



希望 希望  
是可以依循的路徑  
是可以看見的方向

是從心深處發出的召喚  
是從周圍擁抱過來的溫暖

發揮每一分的努力  
聚集每一寸的光亮  
生命雖然極為脆弱  
卻也是無比堅強

希望 希望  
是溫柔的羽翼  
撫慰我們惶惑的心房

希望 希望  
是強健的翅膀  
帶領我們遠離憂傷

～席慕蓉～

# GOOD1 瞭解它

## 學習抗癌！要知己知彼，不盲從！

癌症治療會因部位、細胞型態、分期及您的年齡及健康狀況而擬定，因此認識自己的癌症身份證是抗癌的第一步，可從切片報告找到下列資訊：

- 切片報告日期：\_\_\_\_\_
- 癌症部位：\_\_\_\_\_
- 癌症細胞型態：\_\_\_\_\_
- 腫瘤大小：\_\_\_\_\_
- 淋巴轉移：無 有；手術取\_\_\_\_顆淋巴，\_\_\_\_顆有感染
- 遠處轉移：無 有，部位：\_\_\_\_\_
- 癌症期別：原位癌 I期 II期 III期 IV期 不詳
- 細胞分化程度：低惡性度 G1 中惡性度 G2  
高惡性度 G3 不詳
- Ki 67指數：\_\_\_\_\_ %
- 慢性病史：肝炎／肝硬化 糖尿病 高血壓 腦中風  
腎臟疾病 心臟疾病 癌症：\_\_\_\_\_
- 其他：\_\_\_\_\_





- 其他檢測：可依照您的荷爾蒙受體或基因型態，精準計劃更適合您的個人化治療。

| 項目 (A->Z) | 結 果  | 項目 (A->Z)    | 結 果   |
|-----------|--|--------------|---|
| ALK       | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  | MET          | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-) |
| BRAF      | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  | NTRK         | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-) |
| BRCA      | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  | PDGFRA       | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-) |
| CD 20     | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  | PIK3CA       | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-) |
| CD 30     | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  | RET          | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-) |
| EGFR      | <input type="checkbox"/> (+) : 19, 20, 21 <input type="checkbox"/> (-)   | ROS1         | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-) |
| ER / PR   | ER <input type="checkbox"/> (+) : ___% <input type="checkbox"/> (-)<br>PR <input type="checkbox"/> (+) : ___% <input type="checkbox"/> (-) | <b>PD-L1</b> | <input type="checkbox"/> ___%                             |
| HER-2     | <input type="checkbox"/> (+) : 1+, 2+, 3+ <input type="checkbox"/> (-)   |              |   |
| KIT       | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  |              |   |
| FGFR      | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  |              |   |
| FLT3      | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  |              |   |
| KRAS      | <input type="checkbox"/> (+) <input type="checkbox"/> (-)  |              |   |

### ● 尋求正確照護資訊

主動尋求疾病資訊及資源，參與治療，學習做一位聰明認真的病人。「台灣癌症資源網」，網站內容包含：癌症預防篩檢、就診醫院、治療、康復至安寧療護等相關資訊；希望讓癌症資源能以「快、易、通」的方式，傳遞給有需要的人。

## GOOD 2 別怕它

### 正面迎戰！跟醫師討論，不恐慌！

確診後，當務之急是確認癌症的治療；此階段請先試圖冷靜下來，整理自己的情緒，害怕並不能解決問題。正式面對癌症，透過與醫師討論並主動蒐集相關癌症的治療資訊，羅列個人的治療選項及考量因素，醫護之間根據治療的優缺點做決策，達到治療共識。







● 療程：共            次，每            週一次    ● 起訖日期：

| 日期                | 藥名/劑量 | 副作用紀錄/出現日期   | 備註事項          |
|-------------------|-------|--------------|---------------|
| 範例：<br>2017/01/01 | ○○○/  | 01/10 腹瀉 1級  | 01/21<br>回診抽血 |
|                   | ○○/   | 01/15 皮膚疹 2級 |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |

※副作用紀錄 參照38頁



● 療程：共      次，每      週一次    ● 起訖日期：

| 日期                | 藥名/劑量       | 副作用紀錄/出現日期                  | 備註事項          |
|-------------------|-------------|-----------------------------|---------------|
| 範例：<br>2017/01/01 | ○○○/<br>○○/ | 01/10 腹瀉 1級<br>01/15 皮膚疹 2級 | 01/21<br>回診抽血 |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |

※副作用紀錄 參照38頁



● 療程：共            次，每            週一次    ● 起訖日期：

| 日期                | 藥名/劑量 | 副作用紀錄/出現日期   | 備註事項          |
|-------------------|-------|--------------|---------------|
| 範例：<br>2017/01/01 | ○○○/  | 01/10 腹瀉 1級  | 01/21<br>回診抽血 |
|                   | ○○/   | 01/15 皮膚疹 2級 |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |
|                   |       |              |               |

※副作用紀錄 參照38頁



● 療程：共      次，每      週一次      ● 起訖日期：

| 日期                | 藥名/劑量       | 副作用紀錄/出現日期                  | 備註事項          |
|-------------------|-------------|-----------------------------|---------------|
| 範例：<br>2017/01/01 | ○○○/<br>○○/ | 01/10 腹瀉 1級<br>01/15 皮膚疹 2級 | 01/21<br>回診抽血 |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |
|                   |             |                             |               |

※副作用紀錄 參照38頁



| 起訖日期 | 部 位 | 治療歷程  |       |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------|-----|-------|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|
|      |     | 1     | 2     | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
|      |     | 11    | 12    | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|      |     | 21    | 22    | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
|      |     | 31    | 32    | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
|      |     | 總劑量   | 副作用紀錄 |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      |     | 1     | 2     | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
|      |     | 11    | 12    | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|      |     | 21    | 22    | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
|      |     | 31    | 32    | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
|      | 總劑量 | 副作用紀錄 |       |    |    |    |    |    |    |    |    |





| 起訖日期 | 部 位 | 治療歷程  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|------|-----|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|      |     | 1     | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
|      |     | 11    | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|      |     | 21    | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
|      |     | 31    | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
|      |     | 總劑量   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      |     | 副作用紀錄 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      |     | 1     | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
|      |     | 11    | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|      |     | 21    | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
|      |     | 31    | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
|      |     | 總劑量   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      |     | 副作用紀錄 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |





守候明天的陽光  
在長路上 要懷抱希望  
親愛的朋友  
讓我們互祝平安  
合力驅散這短暫的黑暗

在長路上 要懷抱希望  
親愛的朋友  
讓我們互相扶持  
一起守候那明天的陽光

路沒有盡頭 黑暗終會遠颺  
親愛的朋友 讓我們擁抱希望  
一起來守候 守候明天的陽光

～席慕蓉 毛傳凱～

GOOD 4  
打敗它

邁向康復！要堅持治療，不中斷！

當確定了最適合自己的治療計畫後，就不要隨意中斷或停止治療，堅持到底，並調整自己的飲食、運動、睡眠做起，積極與醫護人員合作。同時，接下來的定期追蹤也是很重要的，一般除了抽血檢驗之外，還會定期做影像學檢查或內視鏡檢查。

鼓勵您進入「**健保快易通 - 健康存摺**」APP，查詢您的檢查報告並做記錄喔！





- 這裡所使用的標準值為參考台大和長庚醫院所用數值，而不同醫院正常值會有不同，應以您就診的醫院為主。

| 檢查日期                |  |         |         |
|---------------------|--|---------|---------|
| 項 目                 | 正 常 值                                    | 檢 查 結 果 | 檢 查 結 果 |
| WBC / 白血球           | 3.54~9.06 $10^3/uL$                      |         |         |
| ANC / 嗜中性白血球        | > 1500 $mm^3$                            |         |         |
| Hb / 血色素            | 男13.5~17.2 g/dL<br>女10.8~14.9 g/dL       |         |         |
| Platelet / 血小板      | 男148~339 $10^3/uL$<br>女150~361 $10^3/uL$ |         |         |
| SGOT 穀草轉氨酶<br>/ 肝功能 | 8~37 U/L                                 |         |         |
| SGPT 谷丙轉氨酶<br>/ 肝功能 | 0~41 U/L                                 |         |         |
| BUN / 腎功能           | 7~25 mg/dL                               |         |         |
| Cr / 腎功能            | 0.6~1.3 mg/dL                            |         |         |
| LDH / 乳酸脫氫酶         | 140~271 U/L                              |         |         |
| ALP / 鹼性磷酸酶         | 34~104 U/L                               |         |         |
| 其他項目                |  |         |         |





- 這裡所使用的標準值為參考台大和長庚醫院所用數值，而不同醫院正常值會有不同，應以您就診的醫院為主。

| 檢查日期                |  |         |         |
|---------------------|--|---------|---------|
| 項 目                 | 正 常 值                                    | 檢 查 結 果 | 檢 查 結 果 |
| WBC / 白血球           | 3.54~9.06 $10^3/uL$                      |         |         |
| ANC / 嗜中性白血球        | > 1500 $mm^3$                            |         |         |
| Hb / 血色素            | 男13.5~17.2 g/dL<br>女10.8~14.9 g/dL       |         |         |
| Platelet / 血小板      | 男148~339 $10^3/uL$<br>女150~361 $10^3/uL$ |         |         |
| SGOT 穀草轉氨酶<br>/ 肝功能 | 8~37 U/L                                 |         |         |
| SGPT 谷丙轉氨酶<br>/ 肝功能 | 0~41 U/L                                 |         |         |
| BUN / 腎功能           | 7~25 mg/dL                               |         |         |
| Cr / 腎功能            | 0.6~1.3 mg/dL                            |         |         |
| LDH / 乳酸脫氫酶         | 140~271 U/L                              |         |         |
| ALP / 鹼性磷酸酶         | 34~104 U/L                               |         |         |
| 其他項目                |  |         |         |







體重下降是營養不良的指標之一，體重下降越多也會影響到治療的療效及存活率。通常治療期所需的熱量及蛋白質量會比平常多，一般在不刻意減重情況下，一個月內體重下降超過5%，就是營養不良的警訊，建議立即尋求專業諮詢。

### 體重下降計算方式

$$\frac{(\text{平常體重} - \text{目前體重})}{\text{平常體重}} \times 100\%$$

**舉例** 一個月前的體重55公斤，目前體重52公斤

$$\frac{(55 - 52)}{55} \times 100\% = 5\% \text{ (要補充營養了)}$$

| 日期 | 體重 | 與前次變化 | 日期 | 體重 | 與前次變化 |
|----|----|-------|----|----|-------|
|    | kg | %     |    | kg | %     |
|    | kg | %     |    | kg | %     |
|    | kg | %     |    | kg | %     |
|    | kg | %     |    | kg | %     |





- 這裡所使用的標準值為參考長庚醫院所用數值，而不同醫院正常值會有不同，應以您就診的醫院為主。

| 檢查日期                |                              |      |      |
|---------------------|------------------------------|------|------|
| 項 目                 | 正常值                          | 檢查結果 | 檢查結果 |
| CEA<br>癌胚抗原         | < 5 ng/ml                    |      |      |
| CA15-3<br>癌抗原15-3   | < 30 U/ml                    |      |      |
| CA125<br>癌抗原125     | < 35 U/ml                    |      |      |
| CA19-9<br>糖鏈抗原19-9  | < 37 U/ml                    |      |      |
| AFP<br>胎兒蛋白         | < 15 ng/ml                   |      |      |
| PSA<br>前列腺特異抗原      | < 4 ng/ml                    |      |      |
| β-HCG<br>人類絨毛膜性腺刺激素 | < 5 IU/L                     |      |      |
| CgA<br>血清嗜鉻粒蛋白A     | 男 0~76 mcg/L<br>女 0~51 mcg/L |      |      |





- 這裡所使用的標準值為參考長庚醫院所用數值，而不同醫院正常值會有不同，應以您就診的醫院為主。

| 檢查日期                |                              |         |         |
|---------------------|------------------------------|---------|---------|
| 項 目                 | 正 常 值                        | 檢 查 結 果 | 檢 查 結 果 |
| CEA<br>癌胚抗原         | < 5 ng/ml                    |         |         |
| CA15-3<br>癌抗原15-3   | < 30 U/ml                    |         |         |
| CA125<br>癌抗原125     | < 35 U/ml                    |         |         |
| CA19-9<br>糖鏈抗原19-9  | < 37 U/ml                    |         |         |
| AFP<br>胎兒蛋白         | < 15 ng/ml                   |         |         |
| PSA<br>前列腺特異抗原      | < 4 ng/ml                    |         |         |
| β-HCG<br>人類絨毛膜性腺刺激素 | < 5 IU/L                     |         |         |
| CgA<br>血清嗜鉻粒蛋白A     | 男 0~76 mcg/L<br>女 0~51 mcg/L |         |         |





●建議您可以正常、異常、穩定、增大或轉移來填寫

| 項 目        |    | 日期 | 結果 | 日期 |
|------------|----|----|----|----|
| X 光片       | 部位 |    |    |    |
|            | 部位 |    |    |    |
| 乳房攝影       |    |    |    |    |
| 乳房超音波      |    |    |    |    |
| 腹部超音波      |    |    |    |    |
| 骨骼掃描       |    |    |    |    |
| 核磁共振 (MRI) | 部位 |    |    |    |
|            | 部位 |    |    |    |
| 電腦斷層攝影     | 部位 |    |    |    |
|            | 部位 |    |    |    |
| 正子攝影 (PET) |    |    |    |    |
| 其他 _____   |    |    |    |    |
| 其他 _____   |    |    |    |    |







●建議您可以正常、異常、穩定、增大或轉移來填寫

| 項 目        |    | 日期 | 結果 | 日期 |
|------------|----|----|----|----|
| X 光片       | 部位 |    |    |    |
|            | 部位 |    |    |    |
| 乳房攝影       |    |    |    |    |
| 乳房超音波      |    |    |    |    |
| 腹部超音波      |    |    |    |    |
| 骨骼掃描       |    |    |    |    |
| 核磁共振 (MRI) | 部位 |    |    |    |
|            | 部位 |    |    |    |
| 電腦斷層攝影     | 部位 |    |    |    |
|            | 部位 |    |    |    |
| 正子攝影 (PET) |    |    |    |    |
| 其他 _____   |    |    |    |    |
| 其他 _____   |    |    |    |    |



| 結果 | 日期 | 結果 | 日期 | 結果 | 日期 | 結果 |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    |

NOTE



我希望

我希望 有希望 點亮我方向  
顛簸的夜路伴一輪月光

用希望 的眼光 開啟一扇窗  
忘記曾意亂心慌

每一段思量 每一吋光亮  
渺小卻驚奇的不同凡響

每一張臉龐 每一雙眼眶  
都寫著不同的生命樂章

我希望 用希望 和愛人分享  
用喜悅的心情釋放憂傷

用堅強 的翅膀 搭在你肩上  
跟著我跳舞歌唱



作曲：林志炫／作詞：樓南蔚

## 一. 副作用毒性分級表

| 項目<br>分級 | 噁心                     | 嘔吐                | 口腔炎<br>(嘴破)            | 食慾不振                      | 腹瀉                      |
|----------|------------------------|-------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 一級       | 沒胃口，飲食習慣未改變。           | 不需醫療。             | 無症狀或輕度，不需醫療。           | 飲食習慣未改變。                  | 排便次數增加，一天少於4次。          |
| 二級       | 食量減少，無體重減輕、脫水或營養不良。    | 需醫療、需門診點滴注射。      | 中度疼痛或潰瘍，不影響進食；需調整飲食種類。 | 食量改變，無體重減輕或營養不良，需補充口服營養品。 | 排便次數增加，一天4~6次，影響日常生活。   |
| 三級       | 進食不足，需要鼻管餵食、點滴注射或住院治療。 | 需要鼻管餵食、點滴注射或住院治療。 | 嚴重疼痛、已影響進食。            | 明顯體重下降、營養不良，需要鼻管餵食或點滴注射。  | 排便次數增加，一天超過7次，日常生活無法自理。 |
| 四級       |                        | 危及生命。             | 危及生命，需緊急處置。            | 危及生命，需緊急處置。               | 危及生命，需緊急處置。             |

治療時，可能會出現不同的副作用，但大多在治療結束後會慢慢復原，請不要太擔心。記得，副作用程度會因人而異，且大多數是可以透過藥物緩解、改善的，若您出現三或四級程度的副作用，請提早回診讓醫師處理，千萬不要輕忽喔！

| 放射皮膚炎                       | 丘疹、膿疱疹                              | 疲憊                  | 末梢神經病變<br>(手腳麻) | 手足症候群<br>(手腳紅腫)         |
|-----------------------------|-------------------------------------|---------------------|-----------------|-------------------------|
| 輕度紅斑或乾性脫屑。                  | 範圍小於全身10%。                          | 休息後可緩解。             | 輕微症狀。           | 輕微發紅，無疼痛。               |
| 中度紅斑；片狀濕性脫屑，局限於皮膚皺褶處；中度水腫。  | 範圍佔全身10-30%，影響日常生活；或範圍超過全身30%，輕微症狀。 | 休息後無法緩解，可能影響日常生活。   | 中度症狀，可能影響日常生活。  | 發紅、腫脹、疼痛，可能影響日常生活。      |
| 發生皮膚皺褶處以外的濕性脫屑；輕微創傷或磨損造成出血。 | 範圍超過全身30%，日常生活無法自理，需抗生素治療。          | 休息後無法緩解，日常生活受到嚴重影響。 | 嚴重症狀，日常生活無法自理。  | 嚴重皮膚紅腫、疼痛、潰爛等，日常生活無法自理。 |
| 危及生命；皮膚壞死、潰瘍或自發出血；需植皮。      | 危及生命。                               |                     | 危及生命，需緊急處置。     |                         |

資料來源：美國國家癌症組織不良事件一般毒性標準第五版 (CTCAE V5)

## 二. 保險相關權益

### 1. 全民健保—重大傷病證明

只要確認罹患癌症(切片報告證實有惡性腫瘤)，大多醫院都會協助辦理重大傷病卡，會直接註記在健保IC卡上。有重大傷病證明後，您的癌症相關就診項目及治療就可以免部份付擔。若有重大傷病證明之問題，可以詢問就診醫院或各地健保業務組。申請與換發注意事項查詢：



### 2. 勞工保險失能給付

針對一些器官的失能，勞保有失能給付，您可以在醫院診斷為永久失能或永不能復原之日起，兩年內檢附「勞保失能給付申請書」、「勞保失能給付申請書」、給付收據、及相關檢查報告及影像向勞保局提出申請。

因勞保失能種類及給付標準細項眾多，請參考勞工保險局全球資訊網之「勞工保險失能給付標準」，洽詢電話：(02)2396-1266轉2250。



### 3. 衛生福利部—急難紓困救助

當家中負擔家庭主要生計者死亡、失蹤、罹患重傷病、

失業或因其他原因無法工作，導致家庭生活陷於困境，可申請馬上關懷急難救助，通報後24小時內訪視小組即會進行實地訪視，送核定機關當日核定後24小時內發放關懷救助金1~3萬。洽詢電話：直撥1957。



#### 4. 教育部－學產急難慰問金

教育部運用學產基金針對學生（大學以下）遭遇急難事故給予慰問，於事由發生三個月內或符合重大傷病標準之有效期限內提出申請；需同時符合財產條件：家庭年所得合計低於一百萬元，不動產價值低於一千萬元整。洽詢電話：直撥1957。



#### 5. 私人保險：醫療險、癌症險等

各家保險公司的保單內容皆不相同，您可以從保單中瞭解符合申請的項目，或詢問您的業務保險員，爭取該有的保障。若有疑問，本會有提供保險諮詢，預約專線：0809-010580。

※更多保險訊息可上『台灣癌症資源網』搜尋





## 三. 相關資源

| 分類       | 機構名稱          | 聯繫方式                |
|----------|---------------|---------------------|
| 政府<br>機關 | 中央健保署         | 0800-030-598        |
|          | 勞工保險局         | 0800-078-777        |
|          | 衛生福利部國民健康署    | www.hpa.gov.tw      |
|          | 國家衛生研究院癌症研究所  | www.nhri.org.tw     |
| 民間<br>單位 | 癌症希望基金會       | 0809-010-580        |
|          | 兒童癌症基金會       | 02-2331-9953        |
|          | 康泰醫療教育基金會     | 02-2365-7780        |
|          | 台中開懷協會        | 04-2462-5990        |
|          | 台灣癌症基金會       | 02-87879907         |
|          | 肝病防治學術基金會     | 0800-000-583        |
|          | 乳癌防治基金會       | 02-2392-4115        |
|          | 乳癌病友協會        | 02-2368-8068        |
|          | 切膚之愛咱e厝癌友服務中心 | 0809-025-123        |
|          | 癌友新生命協會       | 02-2695-5598        |
| 安寧照顧基金會  | 0800-008-520  |                     |
| 國外<br>機構 | 美國癌症協會        | www.cancer.org      |
|          | 香港癌症基金會       | www.cancer-fund.org |

## 四. 網站資訊

---

快下載「希望護照APP」  
癌友記錄小幫手



【抗癌攻略】-  
權威專家與您攜手抗癌



營養師教你用正確飲食，  
向副作用說掰掰！



【希望廚房】- 鳳書上菜



希望健身房- 癌友運動處方





| 政府<br>免費<br>四癌<br>篩檢<br>你做了嗎? | 癌症種類 | 篩檢對象                                  |
|-------------------------------|------|---------------------------------------|
|                               | 大腸癌  | 50~74歲民眾                              |
|                               | 乳癌   | 1. 45~69歲女性<br>2. 40~44歲具乳癌家族史之高危險群   |
|                               | 子宮頸癌 | 1. 30歲以上婦女<br>2. 拒絕抹片高危險群婦女           |
|                               | 口腔癌  | 1. 18歲以上嚼檳榔的原住民民眾<br>2. 30歲以上吸菸或嚼檳榔民眾 |



| 篩檢方式      | 篩檢頻率   | 備註  |
|-----------|--------|---|
| 糞便潛血免疫法檢查 | 2年1次   | 健保特約醫療院所  |
| 乳房X光攝影    | 2年1次   | 通過衛生福利部認證乳房X光攝影醫院                                 |
| 子宮頸癌抹片檢查  | 3年至少1次 | 健保特約子宮頸抹片檢查醫療院所                                   |
| HPV自採服務   |        | 國民健康署提供符合名單，透過衛生局所提供HPV自採服務；HPV檢測結果陽性者，後續應接受抹片檢查。 |
| 口腔黏膜檢查    | 2年1次   | 含耳鼻喉科或牙科之健保特約醫療院所                                 |

提

醒

卡

發行單位：財團法人癌症希望基金會

地 址：10058台北市中正區八德路一段46號5樓

電 話：02-33226287

傳 真：02-33221719

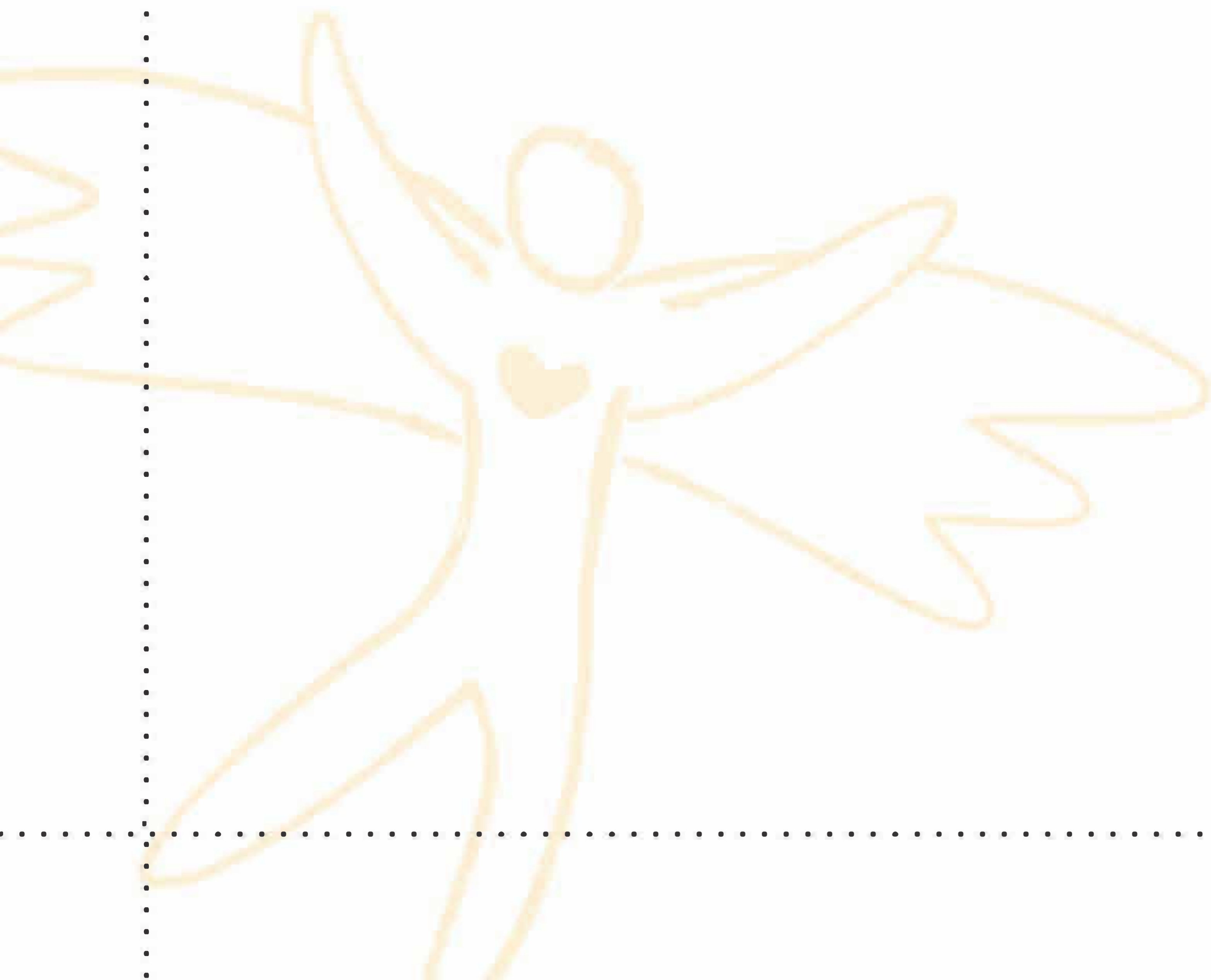
法律顧問：莊國偉

執行編輯：癌症希望基金會編輯群

美術製作：美果有限公司

印 刷：品鋒印刷有限公司

發行日期：2023年9月 六版八刷（3000本）





**H**  **PE**

