



## 本會宗旨

推廣正確的癌症防治觀念，宣導正規癌症治療。  
協助癌症病人及家屬坦然適應疾病，維護良好生活品質。

## 理事長：王正旭

理事：毛傳凱、成佳樂、林志炫、侯明錦、施聰吉  
盧嘉善、唐祖慈、張廷彰、黃少華、黃華齡  
黃麗蓮、靳秀麗、葉坤輝、簡志忠

## 監事主席：黃俊升

監事：曹朝榮、莊國偉、葉琇珠、潘純嫻

## 秘書長：蘇運璽

行政財會部：陳世和、許謙卿

會務發展組：胡鳳棠

公共事務組：郭姿均、方榆柔

病友服務組：北區／吳翠嫻、王美慧、劉怡秀、王靜瑜、李啟華

中區／戚繼玲、郭心怡、唐遠濤

南區／陳玉蓮、姚第恒

發行單位：中華民國癌症希望協會

執行編輯：郭姿均、沈怡君

法律顧問：莊國偉

美術編輯：美果廣告設計有限公司

會址：10050台北市中正區羅斯街3巷5號1樓

電話：02-33226286，傳真：02-33221719

網址：www.ecancer.org.tw

台灣郵政台北誌字第62號執行登記為雜誌交寄

## 特別企劃

## ● 1版 他山之石—香港癌症基金會參訪實錄

## 本期焦點

- 2版 活動花絮—協會與喜佳公司邀藝人接力做愛心頭巾
- 3版 希望之星—分享快樂抗癌膠囊~劉坪
- 4版 醫見橋—子宮頸癌疫苗並非萬靈丹
- 5版 希望回響—癌症病友愈變美美麗
- 6版 希望書坊—女性癌症營養與保健
- 7版 活動看板—1001個希望暑假活動來囉！



## 特別企劃

## 他山之石—香港癌症基金會參訪實錄

文／郭姿均

為了能夠讓協會的服務更茁壯，今年五月初，協會組成考察團赴香港癌症基金會實地取經，期待了解已有廿年經驗的香港癌症基金會如何推動癌症服務及照護等相關事務，經過二天的密集拜訪，協會參與人員都感到行程緊湊與充實。

## 名人加持募款活動

香港癌症基金會每年服務的癌症病人約有三萬八千人，香港癌症基金會成立於1987年，在一家公立醫院設立癌症病人資源中心及在社區中設有黃大仙、中環二家癌協綜合服務中心。香港癌症基金會是一個民間公益組織，每年需要三千萬港幣經費，但其募款及整合企業資源的能力令人佩服，每年的周年慈善晚宴更是香港的盛事，社交商賈名媛聚集，最特別的是每年晚宴主題都有許多大型企業贊助，LVMH、Prada都曾贊助過，其每年十月推動的粉紅革命的乳癌宣導活動，也廣受張曼玉及周慧敏等女星支持。



## 星巴克級的貼心服務

協會此次參訪黃大仙及中環服務中心發現，香港的服務中心設有很多貼心的服務，例如黃大仙中心地點很親民，就在住宅區內，服務中心還有大型的歐式廚房，有島型的料理檯（見圖1），可以讓志工及病友一起享受烹飪的樂趣，並送湯水至病人家中，場地也適合教導病友實地烹煮健康

的防癌飲食；中心並開辦很多活動及講座免費給癌症病人參加，如氣功、中醫湯水、防癌抗癌飲食、瑜珈、社交舞、香薰減壓班、身心康復課程等，而且很多師資都是來自社會人士義務支持。



中環服務中心因地處商業金融重鎮，有許多外商人士，因此也提供英語服務，中環服務中心整體設計就像「星巴克」咖啡館（見圖2），讓人忍不住想進去小歇，實際上，新穎的中環中心設有咖啡座，備有二部電腦，供癌友上網查詢資料，還有靜謐的小房間可以讓癌友冥想及做瑜珈。

## 病友也是好幫手

香港癌症基金會與多個癌症病人自助組織及社區服務中心保持緊密的關係，目前延伸的服務網路已有十四個癌症病人自助組織，連結的病患有八千多人，有乳癌、喉癌、鼻咽癌、子宮頸癌、腸癌、胃癌、胰臟癌、肺癌、食道癌、肝癌、攝護腺癌、淋巴瘤、血癌及膀胱癌等。有些病友組織成立早於香港癌症基金會，香港癌症基金會能夠整合病友組織，給予經費補助，並輔導他們壯大，並擅用病友組織，有些病友接受基金會專業訓練後，還擔負起電話諮詢（當地稱癌協熱線）的工作，充分發揮自助互助。

此行我們也參觀威爾斯醫院癌症病人資源中

心，癌症病人可以先在資源中心等待休息，享受按摩椅的舒壓，待門診叫號快到時，護理人員會打電話通知資源中心，癌友再到門診看診，不需耗費時間在診間枯等。

## 捐款者表揚

有趣的是，香港是一個鼓勵及獎勵公益活動興盛的地方，醫院裡隨處可見大額捐款者的芳名錄（見圖3），如果台灣的醫院能夠創造一個對捐款者的友善空間，能夠給予願意做善事的企業家一個小地方可以彰顯其愛心的地方，未來醫院可以改善及進度的空間應該可以更跨進一步，不單財源只仰賴醫療費用收入，實際上這種類似的做法，在美國也屢見不鮮，有些私人醫院是將捐款姓名刻印製成大型壁飾，也成為有趣的裝飾藝術。



## 參訪後感

香港癌症基金會成立已經廿年，令人欽佩的是，有別於國內的公益團體人員不穩定性，該基金會有很多服務超過十年以前的工作人員，而且他們為了能夠讓上班族也享有中心的各項服務，除總部行政人員外，第一線的中心服務人員上班時間從週一至週五的上午九點至晚上十點，周六上午九點至六點，工作人員必須輪值夜班及假日班，這必須有無比的愛心及奉獻精神。

香港癌症基金會 [www.cancer-fund.org](http://www.cancer-fund.org)



# 貝佳斯愛心義賣關懷女性健康

文／郭姿均  
圖／貝佳斯提供



■台北宣導活動現場

今年母親節時，協會與貝佳斯、財團法人乳癌學術研究基金會及高雄市新興衛生所共同打造盛大的乳癌宣導活動，貝佳斯並提撥商品販售部分所得捐贈給協會，捐款十萬元。

貝佳斯以礦物溫泉泥聞名，貝佳斯董事長梁木春關心女性健康，因此特別在母親節化妝品檔期時，提款商品銷售金額捐贈給協會。

乳癌為我國女性癌症發生率第一的癌症，近年來死亡率節節高昇，且罹患的年齡層有日趨年輕化的傾向！此次二場乳癌

宣導活動分別在台北SOGO及高雄SOGO舉行，協會邀請和信醫院一般外科主治醫師林忠羣及高雄市新興區衛生所所長鄭文聰在會場教導女性如何注意乳房健康，貝佳斯的男性工作人員也熱情登場，戴上乳房模型為現場活動增添趣味性。協會也設計「恐怖摸摸箱」教導女性如何分辨硬塊及正確的自我檢查方式。

近期，全國貝佳斯百貨專櫃為響應關懷癌症病患，將設置零錢箱，民眾到貝佳斯專櫃選購美膚保養品時，也可以隨手捐贈發票及零錢，發揮小小心意，便可以一起幫助癌症家庭。



■高雄乳癌宣導活動台上下熱鬧一片

## 護波充電站

### 一分鐘關心您

您擔心自己是高危險群嗎？若有下列任何一項，要更關愛自己喔：

- 一側乳房曾罹患過乳癌。
- 母親或姊妹曾罹患過乳癌。
- 沒有生小孩或者是大於三十歲以上才生第一胎者。
- 初經在十二歲以前，停經在五十五歲以後者。
- 停經後長期補充女性賀爾蒙者。
- 飲食偏向高脂肪或肥胖者。

### 愛的叮嚀

- 定期自我檢查：停經前婦女請於每月月經結束後7天內，定期自我檢查，以熟悉自己的身體狀況，停經後婦女，每月固定一天自我檢查。
- 定期乳房篩檢：三十五歲以上婦女更應每年定期到醫療院所進行乳房超音波或乳房X光攝影檢查。

## 活動花絮

# 協會與喜佳公司邀藝人接力做愛心頭巾

文／郭姿均  
圖／吳翠娥攝



為呼籲大眾關懷癌症病患，協會與知名縫紉公司一喜佳公司發起一項「愛的頭巾」活動，現場喜佳動員上百名會員製作頭巾，同時多名藝人也到場助陣，為場面注入活力，現場加油聲與裁縫機聲此起彼落，熱鬧非凡。

協會邀請藝人于台煙、彭佳慧、林立青、林建寰等人一同參與接力製作百條頭巾，同時喜佳的會員也完成五件百片愛心花藍壁飾義賣品捐贈協會，傳達會員對癌症病患的關懷。

協會秘書長蘇連環指出，癌症病患常因為掉髮、落髮，頭髮稀疏而減少外出機會，協會長期募集布料及人力製作頭巾贈送給病患，但受限於人力及資源有限，頭巾的來源常青黃不接，因此，協會也期望藉助喜佳會員的巧手，能夠設計出更多美麗、多樣化的頭巾，可以提供癌症病患不同時期搭配使用。

民眾若想自行設計頭巾送給癌友，有幾個原則要注意：病患需要的頭巾因季節不



■協會志工媽媽也參與愛心頭巾競賽，不亦樂乎！



同，厚薄不一，但重點必須吸汗、棉質為佳，而且病患因為掉髮，頭巾的深度要夠深，才能覆蓋住後面的頭部，否則會露出光光的頭皮。協會歡迎民眾自行設計製成的頭巾可以逕行寄至111台北市臨沂街三巷五號一樓 公共事務組收。

同時喜佳公司董事長范漢城也允諾為癌症病友開辦縫紉教室，讓病人學習體驗拼布的樂趣，欲參加者也可電洽 02-33226286-26



# 自印抗癌快樂書·分享快樂抗癌膠囊—劉坪

文/郭姿均



■ 希望之星—劉坪 女士

右胸發現有硬塊，當時因為駝鳥心態，看到很多名人如郭台銘夫人、鄧美儀相繼過世，非常排斥西醫的化療。」加上父母親及三妹都是被癌症奪走生命，對癌症束手無策，如今覺得，當年自己的想法與資訊不足，才會對治療猶豫不決。

當時經過一段時間因吃中藥硬塊並未縮小，找醫師檢驗，結果發現竟是乳癌第二期。劉坪回憶說，因為媳婦臨盆在即，為了怕家人擔心，她隱瞞病情，心中五味雜陳到美國陪伴媳婦待產，結果小孫女與她同天生日，看著可愛的小女娃，激起她治療求生的鬥志，決定要忍受化療的痛苦，感覺人生就像枯木逢春。

劉坪生病時，曾聽過一些名人抗癌的故事，讓她決定勇於接受治療。平日喜好畫畫、陶藝的劉坪在開刀後、準備化療前，安排很多活動，試圖轉移自己的不舒服，例如她帶很多半成品回家，可以消磨化療時不能外出的時光。

劉坪分享治療時經驗，她說，接受過八

次化療，卅次放射性治療，時間長達一年，第一次化療後最難熬過，因為右胸開刀，手臂又摘除淋巴腺，左邊打化療，又裝上人工血管，非但無法洗澡，睡覺時也難以翻身，雙手都疼痛難耐，她曾虛弱到腰無法伸直，但她自己告訴自己，「我一定要走出去」，所以她到公園去，看到很多人跳舞、唱歌、溜狗及溜鳥，幾天後也加入民族舞蹈的行列，也結交了很多朋友，二周後第二次化療，反應非常好，可見心情是疾病最好的良藥。

她還說，她有朋友因為怕做化療，誤信偏方，勞民傷財過了一年，病入膏肓，後來下決心欲回醫院治療時，已為時己晚，還是回天乏術。

她用樂觀態度說「有病就要治，雖然化療讓我感覺很虛弱，也會嘔吐，但比起懷孕初期的孕吐，還算能夠忍受」。近年，她投入寫作，泅泳於文學，分享她的抗癌人生，出版非賣品〈抗癌的快樂媽媽〉，出版二千本免費送給病友，希望鼓勵病友走出癌症的陰影。

市面上已有很多相關的抗癌日記，鼓勵癌友勇於跨過面對人生的障礙賽，劉坪曾經是經營製鞋業成功的女強人，她在商場上的豪氣也表現在自己生病這件事上，她自掏腰包出書鼓勵癌友勇敢面對病魔。

雖然已是祖母級，臉上合宜的淡妝使她散發出自信的風采，她說，「二年多前在

## 活動看板

### 一路上有你

#### 癌症病友 情緒支持團體

活動時間：

96/9/17 (一) ~ 96/11/5 (一)

上午9:30-11:30 · 連續八週

招收對象：癌症病友

活動地點：北屯區柳陽東街23號

帶領人：繆慧敏【台中觀音線心理協談主任】

報名電話：(04)2227-3337~10 唐小姐

◎ 活動免費、需繳交保證金500元，團體結束後全數退回，請假超過三次不予退費。



## 希望友愛

### 紅利點數也可以累積愛心 癌症希望協會需要您

- ♥ 想要讓您的紅利點數變成滿滿愛心，給需要幫助的人嗎？即日起至96/12/31，您使用「兆豐商銀」消費所累積的紅利點數，每1,000點即可兌換60元愛心捐款捐贈給「中華民國癌症希望協會」。
- ♥ 您也可以上本行網站www.megacard.com.tw下載信用卡捐款表格，以「兆豐商銀」信用卡單筆捐贈或長期固定捐贈；擴大您的愛心，幫助更多癌症病患戰勝癌症，擁抱希望！如想進一步了解癌症希望協會，請上網址：[www.ecancer.org.tw/hope/](http://www.ecancer.org.tw/hope/)

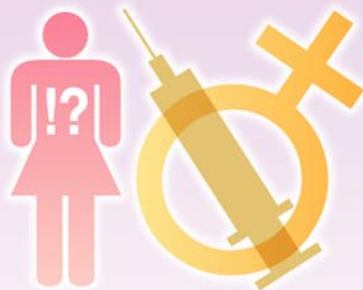
注意事項：

1. 紅利變捐款，僅限透過本行之「紅利商城」兌換（商品標號96040101）。
2. 本活動資訊為本行專為本行信用卡持卡人提供優惠服務，有關捐款之相關問題請洽「中華民國癌症希望協會」，癌症希望諮詢專線 0809-010580，地址：台北市臨沂街3巷5號1樓。
3. 紅利點數兌換部份，凡兌換將以您的名義直接捐贈「中華民國癌症希望協會」，協會將於次月寄出收據給您，謝謝您的愛心。定期定額部份：本行僅提涉及代墊款項之資金關係。



# 子宮頸癌疫苗並非萬靈丹

文／謝政毅・北醫附設醫院血液腫瘤科主治醫師



根據國健局最新資料顯示，子宮頸癌每年奪走八百多名女性的生命，與女性子宮頸癌最相關的“人類乳突病毒”所研發出來的疫苗去年上市，也成為最有話題性的疫苗。

這個疫苗經過多年臨床研究結果證實，確能降低子宮頸癌發生的風險，因此通過美國食品藥物管理局核發許可，此疫苗建議施打年齡為9歲至26歲無性經驗的女性，若已有性接觸，接種前需先接受子宮頸抹片檢查，確定無臨床異常的抹片報告，這個疫苗的問題也挑戰公衛史及疫苗史上極具爭議的一頁。以下幾個角度值得深思：

無庸置疑的是，此疫苗是史上最貴的疫苗，美國現今一支市價約300美元，需三次注射，而且目前建議接種對象多是不具經濟能力的年輕學生，或是剛就業的女性，自費令人卻步，經濟的門檻已經形成，且違背疫苗應便宜且普遍的原則。

此外，中、小學女生的注射是自主性的決定（或家長代為決定？）還是要由政府或學校強制規定？這疫苗所要預防的病變，可不同於麻疹、天花、白喉、或流感。並肩坐在教室的同學不會因一人得病，便輕易傳染給全班、乃至全校，因為其傳染途徑大不相同，有人譏笑說除非性交握手那樣方便頻繁，不然這種涉及個人性自主的疾病，如何以強制手段規範全面接種呢？

美國德州州長於2007年3月片面決定入學前強制接種，引來州議員及學校家長的質疑及撻伐，疫苗既無法清除已感染的病毒，也不可逆轉或治療已變異的細胞，且

目前有效預防期限5~10年，10年後狀況不明。而且注射後仍要定期抹片，更有違社會一般對疫苗的理解。

另外，有衛道人士認為此疫苗會誤導青少年無懼濫交，而且對其後續保護力感到疑慮；而家長及反對黨議員認為政府圖利廠商，懷疑其必要性。

在像美國如此富裕的國家，有廣泛的子宮頸抹片檢查，美國婦女高張的自我健康覺醒，疫苗的需要性並不迫切，反而是抹片無法普及的貧窮或開發中國家，才是真正需要大規模注射，但是昂貴的疫苗卻是他們無法負擔。

另外女權主義者主張不該利用此疫苗來標籤女性，男性才是真正散播此病毒的始作俑者，甚至有人鼓勵同性戀者接種，可以預防菜花及肛門癌。在民眾需求、廠商利益及公衛政策等交互影響下，相信這個疫苗的爭議話題，短時間內仍不會畫上休止符。

## 希望電影院

# 當幸福來敲門

文／鄭凱芸・協會社工督導  
圖／摘自雅虎電影



記得自己還在強說愁的年紀就開始尋找生命帶著欣賞一部勵志小品的心情看「當幸福來敲門」，卻發現它並不是一部典型的好萊塢影片，沒有誇張的劇情轉折，也沒有華麗精緻的動畫效果，靠著威爾史密斯的內斂演技與小男孩的真情流露，動人地刻化了一位父親對生命的態度與堅持。

還記得觀看時的心情，總以為一個小時過後就會看到這對父子開始享受努力、堅持後的幸福生活，一直在期待那種讓觀眾大快人心、拍手叫好的情節，但直到最後五分鐘，幸福才開始對他們輕輕地敲門，不喧嘩、不張揚地走進他們的生活。導演以非常平實的手法處理了本來可以灑狗血的勵志親情倫理劇，所有帶給我的激盪與震撼都像這部影片的呈現方式一樣，清淡而深刻。

小男孩說：「這個世界上沒有時光機」，父親說：「你閉上眼睛，現在恐龍就在我們的周圍…」，後來小男孩張開了眼睛，進入了父親的想像世界，彷彿他們置身於侏儸紀時代，此時，這個世界到底有沒有時光機已經不重要了，因為他們仍有能力在苦難與試煉中找尋不同的風景。生活中不斷的挫折、努力過後不斷的失敗，但威爾史密斯仍然願意相信前方不遠處會有屬於他們的幸福，我驚嘆是怎麼樣的生命態度能夠展現這種對未來的相信？

回顧自己的人生，總是容易拿著放大鏡檢視不順遂的生命片段，然後開始抱怨上帝，抱怨上帝讓好人受苦、讓壞人得志，直到一位老師告訴我，「我們不知道答案是什麼，唯有耐心地等待，答案或許就會出現」。等待，威爾史密斯的等待讓他等到了幸福，而等待似乎已經不只是等待了，它還代表了一種相信，一種對等待之後會有意想不到祝福的堅定相信。原來，等待不是雙手拖著腮幫子，等待不是雙眼無神地看著遠方，等待是一種相信的能力，唯有相信幸福，才有等待幸福的力量。

當幸福進入威爾史密斯父子的生活之後，另外一場充滿戲劇張力的劇情可能才要開始，因為，幸福不能攔阻生命的意外與挑戰，苦辣酸甜的滋味原本就是生命的本質。我不確定除了幸福之外，還會有什麼來敲門，但我願相信，幸福一定還會再來！！





# 美麗守護班回響～

## 癌症病友愈變愈美麗

文 / 文文 (乳癌患者)



罹癌迄今六年整，因個人體質因素，約二、三年的光陰就必需回醫院重新接受化學治療的洗禮。一個階段性的化療與放射治療，總是會把我從“小甜甜”的媽媽變成“大番薯”或是“史瑞克”；由美女變成“無眉女”…等等外在的改變。不但得隨時接受別人異樣的眼光，更著實地加深罹癌的傷痛。

“誰說癌症治療時期不能美美的？”由癌症希望協會主辦〈美麗守護班-彩妝〉的課程深深地吸引了我，來自不同醫院的病友群聚在一起，大家專心聆聽講師分析目前彩妝的種種成份以及對皮膚所造成的影響外，並詳細指導學員如何畫眉形、眼影；如何上粉底、刷腮紅；如何讓唇形更加立體有形。最後還親自逐一地幫學員畫簡單的彩妝，頓時所有的癌友煥然一新，皆有好臉色、好氣色。藉由彩

妝的修飾暗沈的皮膚也能營造出自然紅潤的效果，大大地提升癌友的信心與活力。

彩妝固然可以幫助修飾“外在”的形體，但“內在”的心靈是必須靠自己、家人…等力量重新建立起來。罹癌並不可怕，可怕的是自己無法走出陰霾。早晨梳洗時，以微笑面對鏡中的自己說聲“嗨！早安”，告訴自己今天將是美好的一天，用愉快的心情來面對一切。容貌的改變與化療的不適皆為短暫性，樂觀、堅忍、自信與積極的態度必能衝破難關，迎向重生的未來。

感謝癌症希望協會設身處地為癌友精心規劃課程。現在的我再也不是“無眉女”。簡單的彩妝加上滿滿的自信心，誰看得出來我是一個癌症病患呢？加油吧！親愛的癌友，一起為幸福、美滿的人生共勉之。

### 活動看板

## 淋巴癌學習營

當罹患癌症之後，您是否徬徨無助？  
面對漫長的治療過程，您是否想了解如何照顧自己？  
癌症希望協會邀請您積極學習，共同邁向康復之路！

#### 活動地點/活動日期

- 台北 96年7月14日 (星期六)  
台北市立聯合醫院仁愛院區檢驗大樓六樓教室  
(台北市仁愛路四段10號)
- 台中 96年8月4日 (星期六)  
維他露基金會二樓簡報室  
(台中市雙十路一段123號)
- 台南 96年8月25日 (星期六)  
成大醫院501教室  
(臺南市勝利路138號)
- 高雄 96年9月8日 (星期六)  
科學工藝博物館多媒體室 (地下室三樓)  
(高雄市三民區九如一路720號)

活動時間：上午9:30~12:00

#### 講師介紹

台北：黃聖懿醫師/臺大醫院·腫瘤醫學部主治醫師  
台中：邱昌芳主任/中國醫藥大學附設醫院·血液腫瘤科主任  
台南：曹朝榮院長/台南奇美醫院柳營分院  
高雄：劉大智醫師/高雄醫學大學附設醫院·血液腫瘤內科主治醫師

活動全程免費 請事先報名

報名專線 0809-010-580

### 希望友愛

復華銀行 邀您  
線·上·捐·款 做公益

發揮您的愛心  
讓世界更溫馨。

即日起，至2007年12月31日止，  
至本行網站參加「捐愛心·送溫馨」  
線上捐款活動，就可以獲贈好禮三重送！



www.fuhwabank.com.tw



好禮 1 單筆捐款滿1,500元，就送您「  
美國精梳工作室」純毛玩偶乙只  
(最高市價880元)！

好禮 2 捐款就送「聖瑪莉餅乾」、「  
霸王牛肉麵」、「大會旅行社」、  
「陳柏安手工精油香皂」…等，  
總價值高達數千元的消費折扣券，  
讓您吃、喝、玩、樂享優惠～

好禮 3 每筆捐款，復華銀行都再贈您多  
贈5元給基金會，讓您的捐款更  
有價值！

HOPE 中華民衆 癌症希望協會  
HOPE SOCIETY for CANCER CARE

活動洽詢專線：0800-001-123





# 美麗守護班回響～

## 癌症病友愈變愈美麗

文 / 文文 (乳癌患者)



罹癌迄今六年整，因個人體質因素，約二、三年的光陰就必需回醫院重新接受化學治療的洗禮。一個階段性的化療與放射治療，總是會把我從“小甜甜”的媽媽變成“大番薯”或是“史瑞克”；由美女變成“無眉女”…等等外在的改變。不但得隨時接受別人異樣的眼光，更著實地加深罹癌的傷痛。

“誰說癌症治療時期不能美美的？”由癌症希望協會主辦〈美麗守護班-彩妝〉的課程深深地吸引了我，來自不同醫院的病友群聚在一起，大家專心聆聽講師分析目前彩妝的種種成份以及對皮膚所造成的影響外，並詳細指導學員如何畫眉形、眼影；如何上粉底、刷腮紅；如何讓唇形更加立體有形。最後還親自逐一地幫學員畫簡單的彩妝，頓時所有的癌友煥然一新，皆有好臉色、好氣色。藉由彩

妝的修飾暗沈的皮膚也能營造出自然紅潤的效果，大大地提升癌友的信心與活力。

彩妝固然可以幫助修飾“外在”的形體，但“內在”的心靈是必須靠自己、家人…等力量重新建立起來。罹癌並不可怕，可怕的是自己無法走出陰霾。早晨梳洗時，以微笑面對鏡中的自己說聲“嗨！早安”，告訴自己今天將是美好的一天，用愉快的心情來面對一切。容貌的改變與化療的不適皆為短暫性，樂觀、堅忍、自信與積極的態度必能衝破難關，迎向重生的未來。

感謝癌症希望協會設身處地為癌友精心規劃課程。現在的我再也不是“無眉女”。簡單的彩妝加上滿滿的自信心，誰看得出來我是一個癌症病患呢？加油吧！親愛的癌友，一起為幸福、美滿的人生共勉之。

### 活動看板

## 淋巴癌學習營

當罹患癌症之後，您是否徬徨無助？  
面對漫長的治療過程，您是否想了解如何照顧自己？  
癌症希望協會邀請您積極學習，共同邁向康復之路！

#### 活動地點/活動日期

- 台北 96年7月14日 (星期六)  
台北市立聯合醫院仁愛院區檢驗大樓六樓教室  
(台北市仁愛路四段10號)
- 台中 96年8月4日 (星期六)  
維他露基金會二樓簡報室  
(台中市雙十路一段123號)
- 台南 96年8月25日 (星期六)  
成大醫院501教室  
(臺南市勝利路138號)
- 高雄 96年9月8日 (星期六)  
科學工藝博物館多媒體室 (地下室三樓)  
(高雄市三民區九如一路720號)

活動時間：上午9:30~12:00

#### 講師介紹

台北：黃聖懿醫師/臺大醫院·腫瘤醫學部主治醫師  
台中：邱昌芳主任/中國醫藥大學附設醫院·血液腫瘤科主任  
台南：曹朝榮院長/台南奇美醫院柳營分院  
高雄：劉大智醫師/高雄醫學大學附設醫院·血液腫瘤內科主治醫師

活動全程免費 請事先報名

報名專線 0809-010-580

### 希望友愛

復華銀行 邀您  
線·上·捐·款 做公益

發揮您的愛心  
讓世界更溫馨。

即日起，至2007年12月31日止，  
至本行網站參加「捐愛心·送溫馨」  
線上捐款活動，就可以獲贈好禮三重送！



www.fuhwabank.com.tw



好禮 1 單筆捐款滿1,500元，就送您「  
美國精梳工作室」純毛玩偶乙只  
(最高市價880元)！

好禮 2 捐款就送「聖瑪莉糖包」、「  
霸王牛肉麵」、「大會旅行社」、  
「陳柏安手工精油香皂」…等，  
總價值高達數千元的消費折扣券，  
讓您吃、喝、玩、樂享優惠～

好禮 3 每筆捐款，復華銀行都再贈您多  
贈5元給基金會，讓您的捐款更  
有價值！

HOPE 中華民衆 癌症希望協會  
HOPE SOCIETY for CANCER CARE

活動洽詢專線：0800-001-123



## 希望寶盒

學名：Bortezomib 商品名：Velcade 萬科  
給藥途徑：靜脈注射



## 健保藥品給付規定

自96/6/1起，限用於經兩種化學治療藥物治療無效之多發性骨髓瘤病人，經醫師評估後可依審核條件申請。

## 作用

屬標靶治療藥物，是藉由蛋白酶體抑制劑，抑制蛋白解體以阻撓癌細胞功能使其因無法分裂而死亡。

## 副作用

- 疲倦、不適、虛弱、噁心、腹瀉、嘔吐血小板減少及週邊神經病變等，不過大部分的副作用皆可以調整劑量的方式來作控制。
- 少數較嚴重的副作用包括：急性肝炎、間質性肺炎、血管性水腫等。

## 注意事項

1. 此藥物由肝臟代謝，因此有嚴重肝功能障礙者禁用；若肝功能有異常者，請事先告知醫師。
2. 與高血壓藥併用時可能會導致低血壓，故使用高血壓藥物者，應事先告知醫師。
3. 此藥會影響血糖升降，所以有糖尿病的病人要小心監測血糖值。
4. 此藥極易造成周邊神經病變，當用藥後發覺有皮膚感覺疼痛或失去反射功能時，要隨時告知醫師適度調整藥物劑量。

\*整理/郭心怡

## 專業叮嚀

## 疼痛小語



疼痛是一種主觀的感受，從來沒有人可以分擔別人的疼痛，因此只有您自己知道到底有多痛。疼痛要如何說出口呢？

下列的疼痛評量尺可以形容您目前疼痛程度，0分代表最不痛，10分表示我們這一生最疼痛的程度，您可以從0~10分中間選擇一個適合代表您疼痛程度的分數，讓醫護人員了解您的疼痛。

您覺得有多痛？



\*整理/郭姿均

## 希望書房



## 女性癌症 營養與保健

總審閱：章樂綺 博士

作者：台北榮民總醫院  
楊雀戀、舒宜芳  
李涵熙

出版社：華成圖書

出版日期：2007年4月

## 內容簡介

由台北榮總營養部團隊精心規劃，透過日常作息及飲食習慣，讓您了解女性癌症防治的正確觀念！

營養師依據不同營養需求，精心搭配提供37道食譜，供三餐選擇！

子宮頸癌、乳癌、卵巢癌、結腸直腸癌高居女性癌症發生率及死亡率的前幾位。癌症發生的原因很多，其中肥胖是提高女性癌症發生機率的因素之一，營養師依據癌症照護經驗，針對治療過程的攝食與營養需求，精心搭配出4種一日三餐範例及37道食譜。讓患者透過規律的生活、均衡的飲食，持續運動、避免肥胖，以達到最佳的療養效果！

## 本書內容包含

- 女性常見的癌症
- 女性癌症與飲食影響
- 正確的癌症療養觀念
- 精緻三餐組合範例+食譜
- 女性癌症的治療與營養保健

\*整理/方榆柔

## 希望廚房

## 魚香茄子



## 材料

茄子80克、絞肉20克、蒜末少許

## 調味料

植物油10克(2茶匙)、鹽少許

## 作法

1. 將茄子洗淨後、切塊；過熱油後瀝乾備用。
2. 將油放入鍋中，開大火，待油熱後將蒜末放入爆香，蒜香味溢出後放入絞肉、茄子加入拌炒，再加入鹽調味即可。

◎本文/圖均摘自二魚文化〈癌症期間飲食處方〉一書

\*整理/方榆柔



活動看板



1001個希望 暑假活動來囉!!

透過團體營隊活動、繪畫和角色扮演等方式讓癌症病友子女有正確的癌症知識與情緒宣洩...

兒童人際EQ遊戲治療成長團體

參加對象：居住北部地區經確診罹患癌症病友之國小一年級至三年級之就學子女...

防癌特攻隊—曾文蟲蟲生態營

參加對象：居住南部地區經確診罹患癌症病友之國小四年級至六年級之就學子女...

泰雅風情體驗營

參加對象：居住中部地區經確診罹患癌症病友之國一至國三之就學子女...

藝術創作團體

緣起：一旦罹患癌症，不但個人的工作及家庭生活面臨巨大改變，個人的心理更是處在錯綜複雜的情態中...

時間：96/8/3-96/9/21每周五下午1:30-3:30，為期八週
地點：北區癌症希望協會團體地板教室
招生對象及人數：確立診斷為癌症病人，預計招收8-15人

希望友愛

- 感謝~東聖國際有限公司捐贈手工特製手鍊及項鍊、笛音壺，供協會義賣。
感謝~吳玉華、蕭曉儒、周淑文、石秀惠、馬志蕙、吳秀鳳及王榕麗等人捐贈假髮。
感謝~胡秀貞女士捐贈布料製作癌友頭巾。

捐款人名單 4月27日-5月31日

Table with multiple columns listing donors and their contribution amounts. Includes names like 林芳德, 洪麗真, 許景南, etc.





全國免費諮詢專線

0809-010580 (鈴·鈴·我幫您)

希望小站能為您做什麼？

- 提供癌症教育出版品 ● 圖書借閱服務
- 醫療諮詢服務 ● 心理諮詢服務
- 資源轉介服務 ● 病友成長團體
- 康復用品服務 \*假髮租借 \*頭巾贈送 \*義乳、胸衣配置 \*醫療輔助用品租借

希望小站服務據點

服務時間：AM 8：30~PM 6：00

\* 各小站服務的項目略有不同，若有需要請先來電詢問。

北區服務中心

聯絡電話：(02) 3322-6286  
10058台北市中正區臨沂街3巷5號1樓  
\* 捷運忠孝新生站1號出口

中區服務中心

聯絡電話：0809-010-580

南區服務中心

聯絡電話：(07) 222-5590  
80054高雄市新興區中正三路25號4樓

羅東博愛醫院 腫瘤中心

聯絡電話：(03) 954-3131

花蓮慈濟醫院

聯絡電話：0800-200985

佛教大林慈濟醫院 腫瘤中心

聯絡電話：(05) 264-8000 \* 5671

奇美醫院柳營分院

聯絡電話：(06) 622-6999 \* 72122

高雄醫學大學附設中和紀念醫院 癌症中心

聯絡電話：(07) 313-6199

高雄榮民總醫院 癌症防治中心

聯絡電話：(07) 342-2121 \* 3080

捐款方式

● 郵政劃撥 戶名 / 社團法人中華民國癌症希望協會 帳號 / 19665036

● 銀行轉帳 兆豐國際商業銀行忠孝分行 帳號 / 005-09-01770-6  
戶名 / 社團法人中華民國癌症希望協會  
請填妥下列表格，傳真或寄回中華民國癌症希望協會。

● 信用卡授權 傳真 / 02-3322-1719 地址 / 10058台北市中正區臨沂街3巷5號1樓  
\* 相關辦法歡迎來電洽詢 · 電話 / 02-3322-6286

中華民國癌症希望協會 信用卡授權書 (請將本表格放大傳真，謝謝！)

捐款人基本資料

姓名 / 公司名			
性別		生日	
身分證字號		統一編號	
通訊地址			
電話 ( )		傳真 ( )	
電子郵件			
信用卡別	<input type="checkbox"/> VISA	<input type="checkbox"/> Master	<input type="checkbox"/> JCB <input type="checkbox"/> 聯合信用卡 <input type="checkbox"/> 其他
發卡銀行		有效期限	西元 年 月
信用卡號	_____ - _____ - _____ - _____		
信用卡末三碼	___ ___ (信用卡背面簽名處上方)		
捐款金額	<input type="checkbox"/> 單次捐款 金額：_____ 元		
	<input type="checkbox"/> 每月固定捐款 期間：自民國 年 月至 年 月 金額： <input type="checkbox"/> 500元 <input type="checkbox"/> 1000元 <input type="checkbox"/> 其他 _____ 元		
授權人簽名	(請與信用卡簽名相同)		
捐款收據	<input type="checkbox"/> 年底時一次開立 <input type="checkbox"/> 按月寄發		
收據抬頭	<input type="checkbox"/> 同捐款人 <input type="checkbox"/> 其他		

✂ 請依照黑色虛線所標示位置整齊剪開使用，謝謝。

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單

收款帳號	19665036	金額新台幣 (小寫)	仟萬 佰萬 拾萬 萬 仟 佰 拾 元
通訊欄 (限與本次存款有關事項)	社團法人中華民國癌症希望協會		
收款戶名	寄款人		
姓名			
通訊處	□□□-□□		
電話			
經辦局收款戳			
虛線內備供機器印錄用請勿填寫			

◎本收據由電腦印錄，寄款人請勿填寫。

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號  
存款金額  
電腦記錄

經辦局收款戳

寄款人注意事項

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名、通訊欄請詳細填寫，以免誤寄。抵付單據之存款，應請於交換前一天存入。
  - 二、每筆存款至少當在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
  - 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
  - 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件，請以正確工整書寫並請勿折疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符。如有不符，各局應請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
  - 五、本存款單號碼與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
  - 六、本存款單號碼與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
  - 七、本存款單號碼與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
  - 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。
- 交易代號：  
0501 現金存款、0502 現金存款無收據  
0503 票據存款、0505 大宗存款  
2212 託收票據存款

劃撥存款收據收執聯注意事項

- 一、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款人帳詳情時，請檢附本收單及已填妥之查詢函交原存款郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收據郵局收訖者無效。