



member organisation

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。

《理監事》

理事：王正旭
常務理事：成佳釗、黃少新、郭秀麗、謝政毅
理事：林志炫、林育蓉、洪志宏、唐紹慈、席慕蓉
常務監事：葉坤輝、陳志毅、陳周斌、陳政明、簡呂明月
監事：曹朝榮、黃華齡、莊國偉、潘純穎

《執行團隊》

秘書長：蘇連理
行政財務部：李素卿、陳世和、許麗卿
公共事務組：張時、方榆棠、彭久鳳
病友服務部：北區／吳翠娥、殷麗蘭、劉怡秀
李欣華、江依凌
中區／戚麗玲、唐瑋瑩
南區／陳玉蓮、王靜瑜、蔡秀嵐

發行單位：中華民國癌症希望協會
執行編輯：張時、方榆棠、彭久鳳
法律顧問：莊國偉
美術編輯：美樂廣告設計有限公司
會址：10058台北市中正區德沂街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 癌症資源中心成立·癌友服務再啟新頁

本期焦點

- 2版 活動看板—第二屆《彩繪希望》比賽開跑
- 3版 希望花絮—08愛俱樂部 將「癌」化作「愛」
- 4版 希望花絮—泰雅體驗營 愛與希望的青春記事
- 5版 希望電影院—沒有不能說的秘密
- 6版 希望情報網—放射碘治療後的隔離處理
- 7版 新版網站火熱上線了！



特別企劃

深耕希望
專業關愛

癌症資源中心成立·癌友服務再啟新頁

從1982年起，癌症持續蟬連國人死亡原因的首位；每隔八分多鐘，台灣就會有一個癌症新病例產生；至今，領取癌症重大傷病卡的人數已超過30萬人。癌症對國人生命的掠奪以及對家庭造成的衝擊，成為台灣社會的重大議題。

癌症是個複雜的全身性疾病，在現有環境下，病人及家屬與醫療團隊之間的知識落差大，導致病人面對治療選擇時，常因知識不足而影響到治療決定，讓醫療團隊難以施展專業，為病人採取合宜有效的醫療措施。

「社團法人中華民國癌症希望協會」從2002年2月成立以來，提供癌症病友及家屬資訊、心理支持、及社會支援等服務，以提供罹病家庭全程的身心照護，提昇其生活品質，促使他們儘早恢復社會角色及功能以回歸社區。我們從台北、台中、高雄服務中心出發，並陸續與高雄醫學大學附設醫院（2002年）、慈濟大林分院（2003年）、高雄榮民總醫院（2004年）、羅東博愛醫院（2004年）、慈濟花蓮分院（2005年）、奇美柳營分院（2006年）、基隆長庚醫院情人湖院區（2007年）、中國醫藥大學附設醫院（2007年）等8家醫院合作設立「癌症資源中心」，於醫院規劃明顯的服務空間，協助罹癌家庭於診療、追蹤或進入安寧療護，均能連結完整的支援，讓所有行經癌症幽谷的朋友，不論身處何處，均可以獲得溫暖的守護、依靠及喘息。

希望協會集合專業與關懷的心意，串聯成一張綿密完整的服務網絡，自始提供癌症病友及家屬便捷又正確的癌知教育管道，運用知識的力量遠離癌症的威脅。

友及家屬便捷又正確的癌知教育管道，運用知識的力量遠離癌症的威脅。

我們不僅提供病友正確的癌症資訊、以建立正確的治療觀念，並協助度過治療階段的不適，以提高接受正統治療的比率，進而提升治癒率。針對癌症治療可能產生的副作用（如落髮）或者身體障害（如乳房切除），提供體貼的解決方案，使病人維持良好的身體形象以及生活品質，以增強面對癌症的信心，並協助病人運用社會相關資源抗癌。

癌症資源中心的設立，可說是更進一步落實我們對癌症病友及家屬的關懷，以廣度、深度並進的實際行動，支持他們勇敢抗癌！

希望協會集合專業與關懷的心意，串聯成一張綿密完整的服務網絡，自始提供癌症病

基隆長庚情人湖院區

基隆長庚醫院自1985年成立以來，一直是大基隆地區最重要的醫療照顧單位。2006年11月，特別成立情人湖新院區、並設立現代化的癌症治療中心，除了增加腫瘤內科病床數及設備之外，另外花費鉅資購買最新的直線加速器，成立放射腫瘤科。

2007年8月，基隆長庚醫院情人湖新院區與希望協會合作，成立「癌症資源中心」，以結合社區資源，提供更完善的服務給癌症家庭。

目前的服務內容有：提供癌症資訊、醫療諮詢、資源轉介、圖書借閱、康復用品服務如頭巾贈送等。



全省癌症資源中心

- ◆ 基隆長庚醫院
電話：(02) 2432-9292 * 2029
- ◆ 羅東博愛醫院 腫瘤中心
電話：(03) 954-3131
- ◆ 花蓮慈濟醫院
電話：0800-200985
- ◆ 佛教大林慈濟醫院 腫瘤中心
電話：(05) 264-8000 * 5671
- ◆ 柳營奇美醫院
電話：(06) 622-6999 * 72122
- ◆ 高雄醫學大學附設中和紀念醫院 癌症中心
電話：(07) 313-6199
- ◆ 高雄榮民總醫院 癌症防治中心
電話：(07) 342-2121 * 3080

第二屆彩繪希望 比賽開跑

徵求以癌症為主題的畫作 揮灑生命畫筆的光與熱

為了鼓勵癌症病患和照顧醫療者透過繪畫來抒發他們的心路歷程，「中華民國癌症希望協會」和台灣「禮來」公司在衛生署國民健康局指導下，今年舉辦第二屆《彩繪希望》比賽，舉凡癌症病人、病人的親友照顧者，以及照顧病人的醫療人員都能參加，只要將親身經歷癌症和陪伴癌症病人的歷程用繪畫表現，輔以簡短的文字敘述，就能參賽。

獲獎作品將於明年於國內巡展，並送往倫敦參加《禮來癌症藝廊》全球比賽。台灣「禮來」公司政府行銷處處長劉英毅表示，《禮來癌症藝廊》是「禮來」藥廠對癌症病人的承諾，希望病人、家屬和陪伴癌症病人的醫護人員，都能從繪畫當中揮灑他們的情感，無論是抗拒、恐懼、歡欣或期盼，希望他們能藉此獲得力量，達到藝術治療的效果。

《禮來癌症藝廊》是兩年一度的比賽，2006年第二次舉辦，當年共有43個國家、超過二千件作品參賽，台灣的作品首次參賽，即榮獲醫療人員組最佳水彩作品獎。今年，《彩繪希望》的獲獎作品，將參加2008年第三屆《禮來癌症藝廊》比賽。

報名方式

《彩繪希望》活動洽詢專線：02-33226286轉27或28（每周一至週五的上午九點至下午六點）。您亦可理上希望協會網站<http://www.ecnacer.org.tw>「彩繪希望」專區，下載活動說明與參賽報名表。

參賽對象

1. 癌症病友
2. 病患親友
3. 醫療團隊（醫師、護士、社工、志工等）

作品規格

包括油畫、水墨、版畫、水彩、素描、粉蠟彩等平面畫作，但不包括電腦繪圖。作品尺寸須小於43×66公分，並附上作品名稱及100字內的作品概念簡述。

獎品

分癌症病友、親友及醫療團隊三組，每組選取前三名及佳作五名。

- ◆第一名：獎金 新台幣20,000元
- ◆第二名：獎金 新台幣10,000元
- ◆第三名：獎金 新台幣5,000元
- ◆佳作：精美紀念獎座

◎各組前三名及佳作作品將由主辦單位報名《禮來癌症藝廊》全球比賽，獲獎者有機會免費前往倫敦受獎。

75歲王阿嬤沉醉國畫 擺脫第四期大腸癌陰霾

採訪／張璩文

巨大癌樹依然在《蔭下》卻是歡樂時光

王阿嬤去年參賽作品《蔭下》，是她參觀嘉義糖廠時，觀賞大樹的心情寫照，她看到大樹，想起生病的人應該放開心胸，親近大自然，來到樹下接觸人群，世界還是一樣美好。

十多年前，王阿嬤因為氣喘易感冒，好幾年每逢八月就燉煮紅面番鴨補身體，後來她出現血便，一開始以為大概是食補太燥引發痔瘡，二、三年過去也不以為意，直到親戚偕她去醫院健檢，才發現罹患了第四期的大腸癌，並已轉移至肝臟。

「一歲也死，百歲也得死」，王阿嬤對生死看的很開，還來不及傷心，第三天就到醫院接受開刀，切除了大腸和部分肝臟，並接受為期一年的化療。術後幾乎是能下床之後，阿嬤就重拾畫筆，她說：「以前畫圖有得失心，怕畫不好；生病之後反而真正領略畫圖的樂趣，全神貫注在畫畫上，不會想東想西，自然也沒煩惱。」



■ 王阿嬤及其畫作

現年75歲的王阿嬤（簡淑媛女士），七年前意外發現罹患第四期的大腸癌，已經轉移到肝臟，她毫不猶豫立刻接受開刀和術後化療，至今七年了，日前接受追蹤檢查，完全沒有復發跡象。

王阿嬤的兒子、基隆長庚醫院癌症中心主任王正旭說，「母親的樂觀和配合治療是克服癌症的主要原因，而繪畫帶給她心靈寄託，也是擺脫癌症陰霾的一大功臣」。

「看冊我會愛睏，但是畫圖我的眼睛會睜很大，怎樣都袂愛睏」，王阿嬤一語道破自己對繪畫的熱情。從十四年前習畫至今，她已完成上百幅國畫，牡丹是她的強項，甚至還有人出價要向她買畫，讓業餘習畫的阿嬤相當驚喜。

2006年，阿嬤參加第一屆《彩繪希望》比賽，榮獲佳作殊榮，她的作品經由主辦單位送往英國參加全球的《禮來癌症藝廊》比賽，成為罕見的國畫參賽作品。



■ 王阿嬤一家

阿嬤呼籲病友走出罹癌陰影

身兼癌症希望協會理事長的王正旭醫師說，病患在養病過程的心理寄託很重要，繪畫尤其能發揮這項作用，這是一個人就能從事的活動，而且給病患動力和目標去追求生命美好的事物；正面積極的情緒與態度，已被證實可有效延長癌症病人的壽命。

從「我能活下去嗎」到「我可以活得多好」

過去國人總是聞癌色變，事實上，癌症的治療愈來愈進步，現在診斷出癌症的病人，都還有很長的人生路要走，這是人生的轉折點，而不是人生旅途的終點。有許多癌症病人因為早期發現、早期治療，恢復得相當好，幾乎回歸正常生活，有人回到工作崗位，有人繼續追求人生尚未完成的夢想。所以癌症病人該關心的，不再只是「我能活下去嗎？」，而是「我可以活得多好」？

去年第一屆《彩繪希望》佳作、由「和信治癌中心」醫院藥師方麗華所繪的《更生之舞》，描繪乳癌病患重獲新生於海濱嬉戲的景況，即榮獲《禮來癌症藝廊》全球醫療人員組的最佳水彩作品。而在《彩繪希望》榮獲親友照顧者第一名的《爸爸的雙手》，由吳品儀描繪罹患口腔癌的阿爸的面容，也獲得衛生署國民健康局青睞，作為口腔癌防治的宣導作品。

在11月6日第二屆「彩繪希望」記者會上，王阿嬤不僅分享她的心情和畫作，也展示出她參加第一屆《彩繪希望》的得獎作品。希望透過她老人家拋磚引玉，為本屆活動號召更多的畫作來共襄盛舉。



將癌化作愛

「0」「8」「愛」這個LOGO富有深意的。

「0」代表圓滿的「愛」，當罹癌時生命歸「0」並衍伸出「愛」；「8」是一個人，也像一個葫蘆，給癌友帶來福氣；福氣凝聚在一起，就被「愛」圍起來。看出來了嗎？

*感謝 郭猜鳳 女士設計

9月15是世界淋巴瘤日。今年的915，也是癌症希望協會第一個輔導成立的病友會「08愛俱樂部」正式開跑的一天。

歷時半年，利用許多週末假期，希望協會與俱樂部幹部們籌畫出一個提供病友們相互扶持、關懷的加油站，期望能陪伴更多人以積極樂觀的態度對抗淋巴瘤，讓他們知道有個專屬後援會在旁加油打氣，抗癌的路能走得更堅定。

這群幹部以自身的經驗出發，勾勒出「給你希望，讓生命再現光彩！」的願景：在在提醒要用樂觀笑死癌細胞，絕對沒有過不去的關卡，你也不再只有一個人！俱樂部所展現的「08愛」三個字，代表「淋巴瘤」，但要將「癌」化作「愛」。未來他們將關懷探訪病友、透過自身經驗分享，提供心理支持、舉辦相關醫療講座及策劃病友聯誼等活動，這些點點滴滴只為同樣身為淋巴瘤的病友們提供更多實質的幫助。

現任會長葉北辰，台大心理系畢業，四年前正值人生的精華期，卻發現自己罹患淋巴瘤，生性樂觀的他一直認為年輕就是本錢，因為不抽菸、不喝酒、作息正常且喜好籃球的他認為：一定可以比別人更堅強地抵抗病魔的侵襲。但一路歷經化療、康復觀察、再復發的階段，讓堅強的他體悟到要治療癌症，絕對不是獨自一人就可以完成，而是需要眾多醫護人員、親友、病友間的相互鼓勵。

副會長吳玉華是醉心古文之美的中文老師，也是一個可愛小男孩的

媽，一發現罹癌，就是第四期的病友。她還來不及難過，隔天就開始治療；而且被診斷出罹癌的下午，就主動搜尋相關資源，一找就找到了協會。她認為在這種時候能找到可以依靠的肩膀真好，所以當她恢復了，也積極幫助別人。她的七歲寶貝田瀚特別作了首詩鼓勵她：「希望協會幫了我，照顧媽媽不虛弱。媽媽常跟朋友說：找到希望快樂多。」

就在對生命充滿熱忱的這兩人帶領下，「08愛俱樂部」正式開跑。915的這天，不只有幹部與癌症希望協會的同仁，更有許許多多的病友及家屬齊聚一堂。從一開始的陌生，經過自我介紹、分組玩團體競賽「支援前線」、甚至搶答大合唱，整個場子氣氛轉趨熱絡。這是一個好的開始，有這樣的互相扶持，他們的康復之路一定能走得更好！

幹部介紹



中秋節病房關懷·傳遞愛與希望



■ 范漢城董事長（左二）和秀麗姐（右），為病友致上秋節問候。

中秋節，通常是一家人團圓烤肉、談天的時光，但有些病友為了對抗癌症，不得不待在醫院過節。

為了讓病友們知道他們並不是孤軍奮鬥，於是在中秋節前夕，希望協會理事新秀麗與台灣「喜佳」公司董事長范漢城，帶

著頭巾與甜點一一分送給病友，並勉勵他們要吃得好、妝扮美美的，康復後也可以來希望協會當志工。

范董事長和「喜佳」的縫紉老師與學員們，協助協會的「真心奉線」活動，為因治療落髮、身心俱疲的病友們縫出美麗與信心。「喜佳」的縫紉老師免費教導每位自備布料的學員車縫頭巾（都是透氣、舒適且保暖的日本布料喔），凡是製作出兩頂頭巾的學員，「喜佳」公司就回贈一顆手縫線。就這樣「你出一點心、我出一些力」，竟然募集到了七百多頂美顏頭巾。

另外，希望協會也為食慾不佳的病友研發出含有營養補充品「亞培倍力素」的甜點，希望他們能吃得開心，儲備更多能量度過治療期。有趣的是，家屬也搶著吃，最後一個甜點也沒剩。

令人欣慰的是，從一個病友口中得知：害怕治療期間會掉頭髮的她很需要頭巾，卻不知道哪裡買得到；所以，她收到的頭巾，真是最好的中秋節禮物！

范董事長另外捐贈五台縫紉機，分送協會的北中南三處服務中心，並協助開班教授病友製作頭巾，嘉惠更多有需要的病友。

喜佳傳愛·病友窩心 頭巾縫製班滿滿滿！



同是喜佳會員也是希望協會志工的愛佳姐開心的在協會車頭巾，喜佳公司除貢獻會員的愛心頭巾外，還捐贈了5台縫紉機，讓協會志工也能於服務中心製作「愛的頭巾」唷！

宏利人壽「80金曲，希望起飛」

星光幫名師齊聚一堂
宣誓當癌症家庭孩子的「守護天使」



「80金曲，希望起飛」系列慈善活動，包括了北、中南四場簽唱會及一場演唱會，由協會理事林志炫領軍帶領台灣當紅「星光名師」袁惟仁、黃小琥、錦繡二重唱與戴愛玲，一同為癌症家庭開嗓！

志炫開心的說：「我今天不是星光大道的評審，而是中華民國癌症希望協會的理事，我希望能號召更多演藝圈的朋友，用大家的影響力找出更多為癌症家庭出力的朋友！」

事實上，活動開跑不到一週，所有門票早已被熱情的民眾搶購一空。演唱會上五位實力派歌手不但要演唱本活動精選的80年代金曲，還要加碼演出個人成名曲，希望為低收入癌症家庭籌募百萬基金，共同守護台灣癌症家庭的孩子們。本系列活動包括全台義賣CD簽唱會及演唱會，義賣所得將全數捐為台灣101個低收入戶癌症家庭的孩子籌募百萬助學基金，讓這些因為家人罹癌造成經濟重大衝擊的孩子們，不致因家庭因素影響學業發展。

「101個希望」第一年獎助25位癌症家庭子女，包括國小、國中與高中組，目前協會已將獎助訊息多方發佈，希望能將此服務提供給需要協助的孩子。

泰雅體驗營 愛與希望的青春記事

文/陳芸芸



「泰雅體驗營」是希望協會專為癌友家中正值青春期的孩子所舉辦的活動，藉由團隊活動讓癌友子女有正確的癌症知識，並讓參與者認識自己、探索情緒與增進人際互動。活動以青少年喜歡的童軍技能、大地活動與團體動能等方式進行，於過程中培

養學員獨立自主與互助合作的精神。

首先登場的是由協會中區主任戚繼玲主講的「防癌知識大挑戰」，目的在讓這群孩子對如何保護自己與協助照顧罹癌的親人，都有了更深一層的認識。第一天的晚餐在救國團安排的「野炊活動」中，發現了許多的中華小廚師。在這樣的驚人絕技的背後，是一顆顆體貼細緻的

心，因為沒辦法分擔父母身體上的病痛，所以默默的讓自己變成家中的超級小幫手。

「漆彈活動」這是所有活動中大家最期待的！能夠全副武裝當個野戰高手，大家都很开心！接下來的「支援前線」活動，個個秉持著「犧牲小我，完成大我」的志氣，就因為這種願意承擔與分享的心，造就了一場前所未有的華麗時尚秀！而另一場「偽裝秀」是利用木炭和水，教導大家如何在叢林中為自己與戰友完成一個最棒的偽裝，最後一個個變裝小黑人，為彼此留下難忘的回憶！

由諮商師吳健豪帶領的團體動能活動，在「貓抓老鼠」與「合作遊戲」過程中，不僅藉由身體的活動與盡情的笑釋放了壓力，也學到合作的重要性。最後老師帶領大家靜下心來，做一張卡片送給最愛的人，在柔和的音樂旋律中，每個孩子細心的藉由文字與圖畫來傳遞關懷與愛，一字一句都代表著心底最真的祝福！

晚上的超迷你營火晚會，由於聖帕颱風的突然來襲，更縮短了彼此能夠相處的時間，正如突然而來的癌症，雖然改變了他們的生活，反而更加深了他們珍惜、疼愛彼此的意念！三天的活動雖然時間不長，但期望能藉此提供學員一個管道抒發壓力，並且用愛、關懷與團體的力量，重新充電再出發！

1001個希望 兒童EQ夏令營



在熱情仲夏，當孩童笑語出現在中華民國癌症希望協會北區服務中心，為期四天的兒童人際EQ成長團體就此展開。

這一群寶貝因為家中的父母罹患癌症，使他們來到這裡相聚。暑假中他們破例的早起，一雙雙惺忪的眼睛，牽著媽媽、奶奶、阿姨的大手，來到協會報到，不禁讓人想多關心一點、多疼他們一點。

當抵達預定場地台北市心理衛生中心，孩子們逐漸顯露真實性情，猶如脫韁野馬，踴躍地回答老師發問的問題。

老師請每位學員取個新名稱，卡通、昆蟲、植物、偶像明星各種暱稱紛紛出籠，這些新身分也成了共同的回憶。

畫圖跟創意劇場是四天歡樂時光的主軸，自己、歡樂回憶、害怕、生氣、恐懼都變成躍於紙上的素材。期望自己是太陽、將自己畫得跟真人一模一樣、讓自己可愛卡通化；最喜歡和家人過生日、最愛和家人看電視、最歡樂是與全家一起暢談；害怕地震、恐懼停電等；透過團體的開心分享、難過抒發，全以繪畫及交談的形式一點一滴地流入彼此的心中。

寶貝成員們的創意劇場讓大家笑破肚皮，抱枕變龜殼，用座墊蓋成溫馨房間、座椅組合成汽車、長枕頭是美味士林大香腸與牛排，大家演戲功力一流。創意的戲劇時間，笑聲中學會表現自我、與他人交往、紓解悲傷、處理突發狀況。無論開心、難過，成員彼此成為最大的支持助力、最歡樂的開心果。

在緊密相處的四天後，孩子們離情依依，留電話、拍照，作好離別準備。我們期盼日後再聚，更盼孩子越加成長茁壯。這次的團聚只是孩子們短暫的中途休息站，在中途站孩子們充電、人生路上繼續勇往直前。

希望寶盒 商品名：Temodal 帝盟多

學名：Temozolomide 劑型：膠囊

給藥途徑 口服。

健保藥品給付規定及適應症

限經手術或放射線治療後復發之腦部惡性神經膠質瘤病人。

副作用

- 1.常見：噁心、嘔吐、食慾不振、掉髮、頭痛、便秘、疲倦虛弱。
- 2.少數會有骨髓抑制症狀，如：白血球下降（發燒、寒顫或感染）、廣泛性血小板減少（可能有的症狀，如：貧血、解血便、皮膚點狀出血），及痙攣、下背痛或出現全身肌肉酸痛情形。

注意事項

- 1.宜空腹使用，至少飯前一小時或是睡前服用。
- 2.注意不可咬碎或將膠囊剝開服用。
- 3.膠囊如不慎打開，如皮膚或黏膜接觸粉末，請立即用清水沖洗。
- 4.如出現皮疹、癢或蕁麻疹，關節肌肉異常疼痛，臉、眼臉、唇或舌週腫脹等過敏反應時，應立即停藥並告知醫師。

*整理/郭心怡

**活動看板****希望OK吧~卡拉OK小聚**

癌症治療的日子，相信您一定會感到身體上的不舒服，有時想要找地方唱唱歌，又擔心KTV環境太雜；想要找人說說話，卻不知道可以找誰談一談。沒問題，找「希望OK吧」就對了！

為了讓癌症病患與家屬有一個放鬆的空間，希望協會特別開放每週兩個時段，作為「希望包廂~卡拉OK小聚」的時間。歡迎您一起來放鬆一下心情！

在這裡可以：

- * 一展歌喉、輕鬆的唱唱歌
- * 放鬆自己、悠閒的聽聽歌
- * 有人陪伴、隨意的聊聊天
- * 轉個念頭，「今天」就是你找到希望的日子...

時間：每週二、週五下午2至4時（遇國定假日暫停）

★至今年12月底為試辦期間，以作為未來時間調整之依據。

地點：台北服務中心

對象：癌症病患或家屬

洽詢電話：02-3322-6286（請先來電登記）

希望廚房**芋頭米粉湯****材料**

濕米粉80克、去皮芋頭30克、
油蔥少量、蝦皮少量、芹菜少量

調味料

高湯適量、植物油5克、鹽少許

作法

- 1.芋頭洗淨、去皮、切小丁；芹菜洗淨、去葉，切細末。
- 2.熱鍋後開大火將油放入，待油熱後，爆香油蔥、蝦皮，即可加入水、高湯、芋頭丁，帶芋頭煮至軟後，再放入米粉同煮，加鹽調味，最後灑上芹菜末即可。

◎本文/圖均摘自二魚文化〈癌症期間飲食處方〉一書 *整理/彭久薰

邁向康復~口腔癌及咽喉癌學習營

對象：口腔癌及咽喉癌之病友與家屬

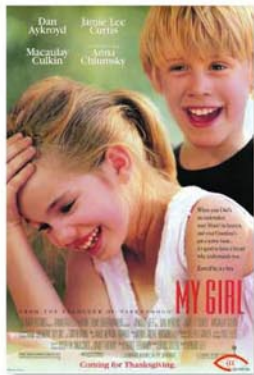
主題：口腔癌及咽喉癌的治療趨勢及照護

日期/2008	地點
1/11	●台中 榮總
1/15	●林口 長庚
1/19	●台北 NGO會館
1/22	●大林 慈濟
1/23	●高雄 長庚

洽詢電話：0809-010-580

希望電影院**沒有不能說的秘密**

文/鄭凱芸·協會社工督導
圖/The Internet Movie Database



某個周末的下午，無意間轉到電影頻道，發現正在播放一部將近二十年前看過的電影《小鬼初戀》(My Girl)，當時觀看的心情已經非常模糊，但我相信是帶著看「小鬼當家」系列電影的心情在欣賞，除了麥考利金俏皮自然的演技外，應該喚不出這部影片想要傳達的真正意涵。重新看過這部影片後才知道，不同的年紀看同一部電影竟有如此不同的體會，至於這部電影是誰主演的，已經不重要了...

這部電影從一個十一歲女生薇坦的眼睛來看生死議題。當年，薇坦的母親因為難產而死，她對母親的記憶僅來自父母年輕時的照片。父親從事殯葬的行業，11年的生命歲月中，死亡已經是她再熟悉不過的主題，也讓她深深相信母親的過世是她造成的。

父親一直很擔心「死」這件事，會成為薇坦關注的全部，總是小心翼翼地將薇坦隔離在死亡話題之外。但也因為這樣的小心翼翼，父親

從未與薇坦討論過母親、討論過生死。死亡對薇坦而言，不再只是生命的某個歷程或階段，而是秘密、不可碰觸的神秘地帶、敬而遠之的未知世界。但是，這樣的保護與隔絕並未將薇坦置於死亡之外，反而當她最好的朋友小湯因意外過世時，把她從另一個世界推向死亡的面前...，長久以往，她對死亡所有的揣測與臆想，都在這個時候爆發了；死亡，這個秘密出土了！

每個家庭或多或少都有一些不足為外人道的秘密，甚至家庭成員都不知道、或其實大家都知道卻從不提。這些家庭秘密，可能為了保護自己或保護其他家人而被謹慎地保守著。在東方社會中，死亡一直是一種禁忌，特別是對小孩，他們常常被阻隔在死亡事件之外，即便是父親或母親遭逢死亡，他們仍被封不動地保護著，似乎等待所有的儀式完成後，一切都將回復到正軌。

常常我們愈是要隱瞞實情或對真相視而不見，真相愈會在不經意的情況下被挖掘出來。就像薇坦的父親，他最終還是必須正視出土的秘密，並且學習如何用一種適當的力道將薇坦推向死亡的真面目。

影片的最後，薇坦和她新交的好朋友一起騎著單車離去，看著她們童稚的背影，我看見一個生命的復原力，死亡在她年輕的歲月劃上一個刀疤，卻無法阻礙她繼續前進的力量，反而給了她重新詮釋死亡的機會，死亡也因此換上了新的面貌。

如果相信生命自有它的韌性，我想，世界上應該沒有什麼是不能說的秘密吧！

放射碘治療後的隔離處理

Q 治療骨癌時，我要在隔離室吃護士給的藥，並且還要全身穿隔離衣。在治療期間人人怕我，而我也遵照醫生的話，和別人說話要保持距離，可是大家好像都怕我，甚至怕到看到我頭會痛、皮膚會癢。治療快一年半了，我到現在才知道，讓我好傷心。

請問我吃¹³¹I放射碘後，要如何保持跟家人的距離？

A 三軍總醫院 譔鴻遠醫師回答：

根據問題所提及之接受放射碘治療，推測應該是甲狀腺癌轉移到骨骼而接受¹³¹I治療（屬於一種放射線同位素的治療）。由於¹³¹I具有兩類放射線：貝他與伽瑪射線，前者可以在近距離內（亦即接受者體內）殺死腫瘤組織，而後者雖無明顯的殺傷力，卻會徒增施藥者或是病患週遭的人的放射暴露量，因此，部分醫護人員會穿著防護鉛衣，而且也會建議病患在接受治療後一段時間內（視體內留存之放射碘量而定），不要與他人有親密接觸（通常建議一公尺以上）。

不過，從科學的角度來看，這些穿透病患而釋放出來的伽瑪射線，並不會讓周遭的人有頭痛或是皮膚癢的情形，這多半是來自心理因素的成分較多。



◆ 本文由 **Tci** 台灣癌症資訊全人關懷協會提供
◆ 歡迎上TCI癌症諮詢網站 www.totalcare.org.tw

疼痛小語貼心提醒

免於疼痛，是每一個人的權利，進行疼痛治療是對個人權利的尊重。疼痛治療的目的是希望能有效的控制疼痛，使您覺得有活力、睡得好、可與親友家人保持良好互動、維持良好食慾及不會覺得憂鬱焦慮。

治療疼痛的方式

- 使用止痛藥物：止痛藥是治療疼痛最重要方法之一，止痛藥物的劑型包含：口服（短效或長效）、針劑、吩坦尼皮膚貼片。
- 復健及運動：輕度運動量的動作和伸展運動可減輕疼痛並改善健康狀態。
- 冷/熱敷或按摩：幫助疼痛部位放鬆以減少肌肉張力，但需請教醫師以避免壓迫性骨折。
- 放射線治療：常常備用來緩解因癌症轉移至身體其他部位的疼痛。
- 神經阻斷術：藉由外科手術的方法，阻斷從神經送至腦部的疼痛訊息，特別是當沒有其他方法可以解除疼痛時，這會是另一個選擇。

活動花絮

繪畫療養 畫出生命力

文·圖/郭育誠·莫淑蘭



為了讓癌症病友在挫折的困境中獲得團體的支持，展開美好的新生；為了增強癌友的信心，透過美育來提升生命的品質，癌症希望協會舉辦了「投入繪畫療養工作坊」，透過藝術學習，讓更多的病友參與和瞭解，如何透過繪畫探索自我、如何以繪畫抒發潛藏的疑問。

工作坊是由協會的夫妻檔志工郭育誠和莫淑蘭老師主持，兩位均為義大利米蘭藝術學院學成歸國的藝術家，回國後繼續從事熱愛的創作，也專研藝術治療與美術教學。八週的課程在兩位老師的帶領下，第一、二週是用繪畫自我探索，包括每週心情圖畫日誌，欣賞各種藝術的美感以增添自己的光彩；第三、四週課程運用媒材創作，將心中的

寶藏整理出成長印象，珍惜環境與個人的關係，提昇生活的美好；第五、六週運用美感經驗舒展情緒，藉由作品將情緒感受具象化，看看自己面對困境的想法與轉變；第七、八週以多元化的藝術活動增進非語言的溝通與了解，讓心靈有想像的自由空間，對困境處置的可能表達出未來的憧憬。

兩位老師鼓勵學員，美術療育的重點不在創作技巧，而是過程中受療者、治療師和作品的互動關係，無論在任何地方，也不分年齡大小，可以說好玩又隨興，不怕畫不好畫不像。學員們因此放下技巧的擔心投入創作能樂在其中，也漸漸發現自己特質與創造的潛力。

八週的工作坊期間，學員們透過作品自由自在地流露心路歷程，一幅幅畫作都是學員用專注的神情、一筆一劃表達出來的，是對生命酸甜苦辣的交織，對照完成的畫面連接對未來的創意和憧憬，最後成為支持自己的動力與寶藏。

作者 莫淑蘭·郭育誠 經歷

- 台大、三總、台北榮總安寧病房及北榮精神科青少年美術療育師
- 國立台北教育大學心諮系藝術治療講師
- 關懷腦癌兒童協會美術營老師

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** 銀行代號017 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。

新版網站火熱上線了!
<http://www.ecancer.org.tw>



協會很努力及很幸運地榮獲行政院研考會補助,獲得經費得以重新設計網站,新網站的功能更貼近病友的使用需求,可以下載衛教資料,也可以轉寄給別人,同時如果想要獲得協會最新的活動訊息,更可以訂閱電子報,不怕漏接任何好康的活動。

癌症e學院中有希望畫室、營養補給班及美麗守護班等您來上課,癌友部落格更是您分享心情的好去處。新版網站的資料會陸續擴充中,也敬請期待,並給我們鼓勵與加油!

希望有愛

捐款定時定額自動扣,上路囉!

若您想要每月捐一筆錢給「中華民國癌症希望協會」,但又不想使用信用卡(或是沒有使用信用卡),該如何處理呢?

即日起,希望協會與中國信託合作建置了一套作業方式,您可以透過銀行定時、定額代收代付系統(Automated Clearing House,簡稱ACH),來達成您每個月從自己的銀行帳戶中扣款,捐給希望協會,而且過程方便、迅速又可靠。

若您有意採用ACH作業系統捐款給希望協會,請進入協會網站首頁<http://www.ecancer.org.tw>,再點選「公益捐款」項下的「捐款方式」,您可以將授權書下載後影印成三份,填寫後寄回協會;或者直接來電(02)33226286轉26與承辦人員聯絡,我們會協助您完成所有的手續。

感謝來自各界源源不絕的愛,希望會刊版面擠不下了! 您的捐贈,請上協會網站查詢。

為了不讓您的善行義舉成了遺珠之憾,原於會刊登出的捐款芳名錄,自本期起移往登錄在希望協會的網站上。您可進入網站首頁<http://www.ecancer.org.tw>,點選「公益捐款」項目下的「愛心芳名錄」,即可查詢到您的捐贈項目,不僅紀錄清清楚楚,而且篇幅無限喔。並再次謝謝您對協會的支持!

捐款人名單更正

- 【捐贈期間】:2007年6月1日至6月30日
- 【捐贈紀錄】:陳正朗NT1200、郭永祿NT1500、無名氏NT1500
謝雅芳NT1500、林當榕NT1500、黃馨平NT1500、李淑英NT1500

感謝您

1. 謝淑珍女士捐贈立攝氏一箱。
2. 捐贈假髮:吉格旺股份有限公司一批;蘇居士、蔡金蓮、林美珠、吳敏華、卓玉麗、楊一娟、李先和、天一假髮、簡媽朋友和不具名善心人士等個別捐贈。

98-04-43-04 **郵政劃撥儲金存款單**

收款帳號 19665036	金額 仟萬 佰萬 拾萬 萬 仟 佰 拾 元
通訊欄 (限與本次存款有關事項)	收款戶名 社團法人中華民國癌症希望協會
姓名	寄款人
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
姓名	金額	金額
通訊處	金額	金額
電話	金額	金額

經辦局收款戳

寄款人注意事項

- 一. 帳號、戶名及寄款人姓名、通訊欄請詳細填明,以免誤寄。抵付票據之存款,務請於交換前一天存入。
- 二. 每筆存款至少需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帶任何文件。
- 五. 本存款金額業經電腦登錄後,不得申請撤回。
- 六. 本存款單提供電腦影像處理,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。
- 七. 本存款單帳號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,請檢附本收據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章者無效。

生病是一時・美麗是一輩子



十月九日的午后，在台北市鬧中取靜的「植村秀」大安店，有一群帶著好奇或探險的心情、更想讓自己變得有點不一樣的女人，在希望協會的邀約下，進行了一場溫馨又美麗的彩妝 Party！

這群兼具內、外在美的女人，正是協會的老朋友或新朋友。她們或許有著不同的心情故事、經歷過不足為外人道的病痛煎熬，但是，享受人生、把握當下和珍愛自己的心卻是一樣的。

皮膚變得乾燥、膚色變深、指甲凹凸不平、面有菜色加上病容，常是癌症病友接受化學治療及放射線治療所導致的副作用，有病友因而不肯外出，甚至封閉自我，遠離康復之路。因此，希望協會與知名彩妝公司合作，提供癌症病友專屬的彩妝教學服

務，並且為強化病友行動力，還免費送給參與課程的病友一份物超所值、內含基礎彩妝的「美麗包」。

上課當天，植村秀彩妝顧問Anton老師，以風趣、淺顯的互動教學炒熱了氣氛，他並且邀請學員當麻豆，現場限時造型，從基礎清潔與保養、粉底修飾與防曬、修飾眉型與眼影、最後抹上唇彩大功告成，把大家速速領入美麗的殿堂。

如果想進一步熟悉彩妝或保養的技巧，您也可以上協會網站的「癌症e學院」，助您溫故更知新！

歡迎到各區服務中心索取「美麗手札」及「好氣色美麗寶典」。

www.hopelearnbank.com.tw



自從婚後專心當家管，幾乎鮮少化妝，跟年輕時愛漂亮打扮的我，差別很大。再者，以前我的臉就屬於混合型肌膚，還蠻難伺候的，更別說是做完放、化療後，膚質變得更為敏感。每當換季或體質稍有改變，便很容易長出一些有的、沒的，所以平時我喜歡保持自然一也就是不化妝。

上課當天，臉上不巧又長了有的、沒的痘痘、疹子，當了一個膚質並不是很好的模特兒。但是，當老師幫我從基礎打底到細緻的眉眼唇彩妝，頓時變美了許多。雖說是示範，但實際上妝速度很快，老師講解也相當詳細。

下課後，當天傍晚我頂著妝去幼稚園接兒子下課，園長看到我

都忍不住稱讚「媽媽，你今天很漂亮耶」！呵呵，應該是我兒子入學一年多來，她第一回見到我有化妝吧。

雖說沒什麼重要場合，但偶爾跟日本或韓國女性看齊，畫個妝改變心情，也讓別人賞心悅目，何樂而不為。我自己是覺得有沒有修飾眉型，精神度差很多，所以課後我購買了眉筆，用來修飾我日後的妝容。

有件事要跟大家分享：以往化妝後的肌膚容易使我長痘痘，結果這次我發現不知是因為改變了卸妝方法，還是因為彩妝品還不錯的關係，第二天我的皮膚都沒亂長東西耶，更增加我持續美麗的信心喔！

—Becky—

握過癌一贈海北 張曉風

生了癌 你就得把日子來挨
刀，挨 藥，挨 化療，挨 痛，挨 煩，挨 氣，挨
但不要淒淒哀哀 也不要哼哼唉唉
更不要狹狹隘隘 再加上不要癡癡騷騷
風生雨變霧靄靄 雲散天青即無礙

生了癌 並不代表你比人矮 生了癌 沒必要自憐又自艾
生了癌 並不等於打入塵埃 生了癌 別去想成墜落懸岩
只要讓心的輪胎灌滿愛
你自能橫絕千里直行到日色曖曖
不管別人給我的顏色 我奉還給別人的是一臉和藹
對自己愛 對家人愛 對外人愛 對萬事萬物愛
這樣 無論是生是死 你自能握過癌
這樣 無論是生是死 你自能握過癌

—96.10—

後記：癌本唸「嚴」，因恐與災字混其意，故一般改念「挨」。此音和哀、捱、矮、隘、愛同音，故試為朗頌詩如上，以贈友人海北。海北恂恂君子，不意兩度逢癌，亦大千世界之一奇緣。受之不甘，卻之無計，身為友人只好以歪詩一首助他一笑付之吧！

張曉風

目前任教陽明大學，寫作三十餘年，作品有小說、戲劇和雜文等。

希望 小站

全國免費諮詢專線
0809-010580 (長一線、長服務)

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
- 心理諮商服務
- 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。

台北服務中心 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
台中服務中心 電話：0809-010-580
高雄服務中心 電話：(07) 222-5590 80054高雄市新興區中正三路25號4樓