

HOPE 希望會刊

2010 June vol.43



宗旨
推廣正確的健康防癌觀念，宣導正規治療，協助癌症病人及家屬處理適應與生活，積極改善生活品質。

《監事會》
董事長：王正旭
理事：成建華、林啟松、林寶華、洪志遠、陳建雄、邱嘉華、范國輝、黃少華、許育興、陳志毅、陳瑞斌、陳啟明、吳品明、謝啟祥

《執行團隊》
總編輯：黃建華
副總編輯：吳建華
行政組：李淑儀、林淑儀
公共關係組：王淑儀、李淑儀
研究發展部：謝維珍、吳淑儀
社區服務部：范國輝、吳品明、謝啟祥、江依凌、陳玉仙、周美珍、陳玉仙、王淑儀、陳淑儀
教育輔導組：吳建華
總務組：王淑儀、謝維珍
發行單位：中華國際癌症希望協會
法律顧問：莊維偉
美術編輯：吳建華
地址：100046台北市東區復興南路3段5號1樓
電話：02-33226286、傳真：02-33221719
http://www.hope.org.tw
中華郵政台北路字第62號執行登記為雜誌交寄

特別企畫

● 1版 「1001個希望」癌症家庭暑期營隊，歡迎報名！
2010年癌症家庭子女獎助學金得獎名單公告

本期焦點

- 2版 希望花絮—第三屆彩繪希望圓滿落幕！
- 3版 希望看板—第三屆彩繪希望得獎作品專輯
- 5版 營養補給班—認識左旋麩胺酸
- 6版 希望看板—化療病人易感染 宜少探望
- 8版 希望看板—免費DVD希望樂活操，歡迎癌友索取！



「1001個希望」2010年癌症家庭暑期營隊，歡迎報名！



夏令營，讓孩子透過參與活動，增加孩子對自我及情緒有更多的認識，進而察覺家人生病對自己的影響；此外，也讓孩子透過與同質性同儕互動，減少孩子的孤單感，以增加被了解及支持的感受。

底下公布的是今年活動的時間與地點，由於名額有限，請有意參加的癌症家庭成員們，可先來電洽詢活動相關問題。您也可以上希望協會網站，下載報名簡章並且了解活動行程。

- 1001個希望—「希望圖騰曲」癌症家庭親子營**
 招募對象：癌症病友及其配偶、子女
 ◎目前就讀國小四年級至國中三年級之學生
 活動場次：■北區：99年7月9、10、11日(三天兩夜)
 地點：宜蘭英仕山莊
 ■南區：99年7月23、24、25日(三天兩夜)
 地點：高雄美來休閒農場
 洽詢電話：台北服務中心02-33226286 分機32
 高雄服務中心07-3701309 分機11
- 1001個希望—費思凱諾的奇幻魔境兒童夏令營**
 招募對象：癌症病友子女
 ◎目前就讀國小四年級到六年級之學生
 活動場次：■北區：99年8月9、10、11日(三天兩夜)
 地點：食福園桃園復興中心
 ■南區：99年7月27、28、29日(三天兩夜)
 地點：高雄澄清湖青年活動中心
 洽詢電話：台北服務中心02-33226286 分機36
 高雄服務中心07-3701309 分機10

一旦家中有人罹癌，不僅是患者個人的挑戰，更是全家人必須面對的重大議題。希望協會除了協助病友面對疾病的相關傳教和社會、心理適應之外，自2005年起，開始以「癌症家庭康復計畫」為主軸，發展出以家庭為中心、廣及子女關懷與親子關係的服務計畫。2010年「1001個希望」癌症家庭暑期營隊，就是上述服務理念的落實。

希望協會舉辦「1001個希望—癌症家庭親子營」，是希望讓癌症家庭的成員遠離平日的生活步調，透過活動表達彼此內在的情感，促進家庭親子間的溝通，增加彼此相互支持的力量，且藉著戶外休閒等活動，放鬆壓力，增進樂趣與情感。

希望協會也想要給罹癌家庭的小朋友不一樣的暑假回憶，特別規劃了「1001個希望—費思凱諾的奇幻魔境兒童

2010年癌症家庭子女獎助學金得獎名單公告

- 2010年歐克癌症家庭子女獎助學金得獎名單**
 ■大專組，共核發75名，每名新台幣二萬元整，名單如下：
 蔡受芳、葉一帆、顧良作、吳之宏、廖承瀾、莊偉偉、林怡君、蘇家儀、藍家儀、黃培芳、蕭惠卿、丁偉倫、涂偉宇、江佳潔、林上謙、林珍安、蔡永通、吳政輝、林行華、陳羽潔、潘佳芬、陳嘉慧、蔡佩琪、郭潔秀、王麗真、蔡淑慧、許文雅、翁佩琪、紀曉玲、羅仕偉、李奕宏、余政豪、許家麟、謝惠理、蔡啟晉、胡祐嘉、李宏智、周怡均、邱上慶、蔡淳潔、韓家敏、曾國民、江曉純、許雅琪、彭孟潔、吳怡欣、林冠廷、陳佳慧、黃國城、何家豪、林東宏、楊宜潔、蔡曉庭、羅家豪、李宛蓁、鄭明華、羅毓潔、洪雅潔、林成榮、林秀盛、李淑忠、吳維哲、劉明惠、竺欣儀、李依君、許怡宏、呂孟潔、歐珍安、許雅琪、張麗珍、魏亞柔、陳淑玲、陳淑琴、郭佳芬、許家太等。
 ◎以上合計共75名，獎助學金價值拾萬元整。
- 2010年東洋癌症家庭子女獎助學金得獎名單**
 ■國中組，共核發30名，每名新台幣六千元整，名單如下：
 羅晉維、陳世昕、張伯豪、陳嘉恩、許正穎、呂崇凱、邱聖恩、游立誠、黃文雅、王立群、李佳音、羅雅潔、宋惠玲、羅淑儀、許靜文、李佩琳、李孟敏、林淑芬、林淑芬、梁俊賢、王麗真、李佳音、林品秀、朱惠玲、凌麗娟、張家豪、許念如、陳淑庭、何淑敏、曾光弘。
 ■高中組，共核發30名，每名新台幣壹萬元整，名單如下：
 陳宏宇、莊秉豐、朱勁輝、洪凱鈞、鄭耀宗、鄭智仁、蔡坤宏、溫雅珍、周麗安、陳智欣、陳曉廷、羅子筠、張家豪、曾麗雲、林麗雲、張元莉、劉明敏、蔡明輝、許雅琪、李淑忠、潘佳芬、劉錦瑜、莊雅君、辛天好、翁嘉慧、羅紀軍、李明輝、邱升升、謝淑姿、張淑儀。
 ◎以上兩部分合計共60名，獎助學金價值拾萬元整。
 ※本會將另函以掛號信件通知所有得獎人，並請於2010年6月30日前簽妥領獎，存摺影本寄回本會以利撥款作業。
 (以上姓名、金額如有錯誤，以本會資料為準。)

支持癌症家庭 邁向希望之路 2010年獎助學金 審查報導



心願的故事，也聽到堅強抗癌中夾帶淚滴的事蹟，透過罹癌家庭子女的申請自傳，其中娓娓道出面對父母罹患癌症的擔憂、不捨與艱難，甚至有不少的學生，在面對父母罹癌又無法有足夠經濟支持的情況下，不但要一面求學、幫忙家務，一面還要打工賺錢，更有在外地就學的子女，還是須利用週間可能的空餘時間回家陪伴正在治療中的父母。我們相信這些孩子的努力，著實是支持著罹癌的父母親，勇於面對癌症之一股強大的力量。

每一個故事都代表著一個家庭的需要，更讓我們體認到，癌症衝擊的不只是病友本身，而是整個家庭共同面對的。申請的同學透過文字，表達出他們的感想與感謝，或許文字不足以呈現這些孩子面對父母罹癌的心路歷程，但在字裡行間中處處可發現讓人動容的陳述。而在今年的審查案件中，我們發現逾三成是低收入戶家庭；逾三成是罹癌父或母親親扶養子女；更逾六成家庭，目前父母親是未就業狀態。

我們相信，這次的獎助學金發放，對這些處於困境中的家庭能產生實質的幫助，讓家中的孩子們能更安心的求學；而希望協會也期盼能往後的每年持續提供相關罹癌子女獎助學金服務，陪伴、支持罹癌家庭家庭能更順利、安穩的走向希望之路。

本年度要感謝東洋大藥廠與歐克集團對於希望協會獎助學金服務大力的贊助，本會才得以透過獎助學金的申請發放，繼續支持、鼓勵罹癌家庭子女，更有能量去陪伴父母親走過抗癌之路。

今年的獎助金從一月公告，三月初開始申請。本次接受申請的消息也透過本會與各民間癌症防治團體網站，以及各醫院癌症資源單一窗口、社工室、報紙媒體發送出去，經過初篩，總共收到137份申請案，協會工作人員也在收件後快馬加鞭的進行審查，終於在六月初完成了審查。

在本會社服部社工與護理人員之書面審查及電話訪談的過程中，我們發現許多家庭在家庭經濟支柱罹癌過程中，除生理上須面臨治療期間的痛楚外，確實也在社會、心理層面亦遭遇嚴峻的衝擊。我們聽到許多社服部的同仁感到

癌症政府補助 您做篩檢了嗎?

癌症種類	篩檢對象	篩檢方式	篩檢頻率	備註
大腸癌	50-69歲民眾	糞便潛血免疫法檢查	2年1次	健保特約醫療院所
乳癌	*45-69歲女性	乳房X光攝影	2年1次	透過健健局篩選
	*40-44歲具乳癌家族史之高危族群			乳癌X光攝影院所(見雜誌內網站)
子宮頸癌	*30歲以上婦女	子宮頸抹片檢查	3年至少1次	健保特約子宮頸抹片檢查醫療院所
	*拒絕抹片高危群婦女	HPV自採服務		醫藥局提供符合名單，透過衛生局所提供HPV自採服務；HPV檢測結果陽性者，後續需接受抹片檢查。
口腔癌	30歲以上吸菸或嚼檳榔民眾	口腔點檢服務	2年1次	含耳鼻喉科或牙科之健保特約醫療院所

資料來源：行政院衛生署國民健康局

感謝莊國偉先生捐印本刊物，歡迎各界助印

第三屆彩繪希望圓滿落幕！這不是比賽，是生命彼此的鼓勵與分享...

在5月4日下午，台北國際藝術村的巒竹廳內，第3屆「彩繪希望」在淚光閃閃、笑聲不斷、感動無限中畫下完美的句點。

當天還不到開場時間，得獎者已陸續報到，他們站在希望協會特別鋪設的星光大道上，開心地與自己的畫作合影，用最燦爛的笑容，留下紀念的回憶。

隆重的頒獎典禮，在「迷火佛拉明哥舞坊」陳津潔老師輕快、熱情的舞蹈中揭開序幕。長期關懷癌友的台灣禮來邵維立總經理，曾陪伴爸爸走過抗癌路，身為癌友家屬的他，雖然首次與會，卻能體會病人及家屬的心理情緒與壓力。台灣禮來公司五年來持續支持彩繪希望，就是希望讓所有與癌對抗的人，不論是病友、家屬或是醫療團隊，都能有抒發的空間，讓他們能揮別對癌症的恐懼，並擁有更多的力量與癌同行。

在頒獎典禮上，與會嘉賓、得獎者與家屬一起回顧「彩繪希望」五年來的歷程，欣賞了所有動人的作品，並互相為彼此的得獎給予最熱烈的掌聲。雖然大家來自不同地方、有著不同身分，但是在現場，所擁有的喜悅與感動是相同的。



國健局趙坤郁副局長頒發獎座給得獎者蘇惠珍。



台灣禮來邵維立總經理為醫療團隊組出得獎者給予獎狀。



台灣禮來李思賢處長敬在場的得獎者有難忘的母親節。



「迷火佛拉明哥」為癌症家庭帶來精彩的表演。



新秀護理專碩頒獎座給病癌友組得獎人蔡文正。



王正旭理事長頒獎座給得獎並獻上母親節祝福。

癌症希望協會理事新秀講說：「癌症家庭在面對癌症時，擁有心理支持的力量是非常重要的，無論是團體活動、繪畫等，都能給予病友動力與目標去追求人生美好的事物，這也是彩繪希望舉辦的目的。」

總評審席慕蓉老師說：「這不是一個比賽，它是生命彼此的鼓勵與分享！每件參加的作品都是獨一無二的佳作！也希望彩繪希望在各界的協助下能持續舉辦，讓更多癌友、家屬與醫療團隊們不斷獲得鼓舞！」

第3屆「彩繪希望」得獎作品，5月起陸續在高雄長庚、羅東博愛、奇美柳營、大林慈濟醫院與網路上展覽，歡迎您前往觀賞。詳情請至癌症希望協會官網www.ecancer.org.tw查詢。

第三屆彩繪希望得獎作品巡迴展覽

活動時間	活動地點
7月2日~7月31日	羅東博愛醫院·醫療大樓1樓文化走廊
8月2日~8月31日	奇美柳營醫院·2樓奇藝角落
9月2日~9月30日	大林慈濟醫院·大愛樓B2腫瘤中心

本活動由癌症希望協會和台灣禮來股份有限公司共同主辦。
活動洽詢：02-3322-6286分機28 李小姐

希望希望

第三屆彩繪希望得獎作品專輯

癌症病友組			
 <p>生命的無限感動 第一名 王麗潔 78歲 結核癌 離世八年，將近八十，在生命交關的節點裡，有失相伴，轉眼即逝。王麗潔太太</p>	 <p>向大海吶喊 第二名 羅敬輝 69歲 膽癌 當醫生宣佈為癌症時，心裏說萬分無奈，許願能讓我與我共渡山海，當我終於與病魔的水平線，想起了名畫：任丹麥，他均有與地相結，若能忍痛與我力，結束均會美好的。因此向大海吶喊，使心動而寧靜。</p>	 <p>穿繭蟲 找到愛 第三名 杜麗珠 60歲 乳癌 面對生命一次對峙的挑戰，在此與給過，從痛苦中尋找新生命，有愛，生命就有轉機的可能。穿繭蟲在生命，生命不再，而有更多痛楚的變！當我終於接受，身上的刀疤不再顯眼，而是上天賜予的奇妙禮物。</p>	 <p>不安 佳作 鄧國輝 52歲 乳癌 我在癌症的不安與痛楚，從痛苦中尋找新生命，在朋友的幫助下慢慢走出，這幅畫代表我一對給不安的感嘆，懂得有一批親朋好友將我擁入懷中，尋求希望的語。</p>
 <p>燃燈 佳作 蘇麗珍 48歲 乳癌 燃燈三根，燃燈一切手癢、化癢、燃燈新所取使的主張與教訓，不斷尋覓尋得精神寄托。而來自朋友、醫家人高的精神支持，是支撐我使受病痛折磨的強大力量，每一雙溫暖的手和燦爛的笑容，都點亮我黑暗中。</p>	 <p>新代 蝶帶 佳作 葉人潔 23歲 子宮頸癌 蝴蝶花，花語：「爭奇、美麗。」子宮頸癌是給身體健康的生活，黃昏、風雪，雖然失去爭奇的美麗，但有家人和朋友的關懷與照顧，讓我勇氣去面對子宮頸癌，且更懂得珍惜自己，現在的我，過得比以前更快樂，更幸福。</p>	 <p>三道曙光的光臨 佳作 莊和勇 67歲 淋巴癌 亞歷斯我投入深淵，我始終能起來，看到第一道曙光「最大醫院，附了是希望，讓我產生信心與勇氣，接著而來神的祝福，給於深淵的曙光，讓我不至於後悔，應知道是眾多親朋好友的鼓勵、祈禱，讓我勇敢向前。</p>	 <p>奮鬥 佳作 吳合發 38歲 甲狀腺癌 人總是經過挫折，才知道要努力，經過失去才知道要珍惜，在病魔的襲擊中，我學會了與病魔鬥，一直對病魔以上自己，才懂得奮鬥，原來自己有多多奮鬥。</p>
病患親友組			
 <p>時間 燃燈 第一名 蔡麗儀 33歲 生命的過程充滿許多意外，父親的逝世，叔叔的去世，每一絲痛楚都有著悲劇與無奈的改觀，生而為人走了，留下來的，但我們對時間是過去，還有時間可以沖淡悲傷。蔡麗儀與媽媽</p>	 <p>勇者無懼 第二名 蔡文正 43歲 內人的大難有一天竟自己罹難，經刀後不見成效，即對自己的生命即將逝去，大膽地、忘卻，承受在大家眼簾下，痛地轉入忘世地，對付特別難及大難之下，純真與他心尋得了暫解，並堅強對人生最後的旅程。</p>	 <p>共生 第三名 王立心 33歲 祖母因癌症逝世，父親於三年前也罹患癌症，癌症的遺傳因子，一直是我家中非常關注的問題，而我們也將爭鬥下一代，與其是與先天的遺傳基因，不如學習與基因共生，而每天的努力與生機，相信生命能由自己改變。</p>	 <p>失去的童年 佳作 鄧得興 22歲 畫作中是我的弟弟，在去年的11月罹患了癌症初期，勇敢的精誠地受化療，但也是他失去了很多年的快樂與回憶。乾枯的臉早已憔悴，這一切快自由的童年。</p>
 <p>抗癌鬥士 佳作 鄧依萍 21歲 上次與病魔一搏參加抗癌鬥士，獲勝地並未獲獎，但在我心中却有一種精神與勇氣，所以從畫出這幅畫的創作給關心我的家人，希望這幅畫能給那些患癌病友，改變那些悲觀與絕望的觀念，讓那些患癌病友，改變那些悲觀與絕望的觀念。鄧依萍與爸爸</p>	 <p>妳的身體 我的身體 佳作 劉鈞輝 29歲 病魔突然降臨到，轉移到身體、腦部；最可怕的是，沒有意識生命會因此而逝去，我和妳的距離，缺少了距離，妳的痛與我的痛，一切從這愛與痛的距離與我的距離的過程，尋覓著失去，才在彩虹後見妳的笑容。</p>	 <p>希望萌芽 面對陽光 佳作 徐登權 17歲 雖然老天給我們病痛，但也帶來更多的希望，只要相信自己，就可以展現生命力的動性。</p>	 <p>迎嘯 佳作 劉勇 65歲 12/27彰化縣中子孫看園人園口中的歌聲與歌謠《四砂化樂章》在風中徐徐吹來，看到「迎嘯」的畫面，迎風而上，伴月全歌出這幅林樂的畫：畫中森林，迎風而上，心中有著莫名的感動，彷彿世界又充滿了希望。</p>

第三屆彩繪希望得獎作品專輯

醫療團隊組



微笑
第一名 王倩 24歲 實習醫師

陪伴著他人的苦難，有時投入了伴隨什麼，但那些歡樂的小女兒鼓勵了我，即使像淚痕手印，都有力量笑著揮去病痛，只有笑容，沒人能夠嫌棄了。沒有副作用，沒有副作用，一擦而笑，就是乾乾淨淨的責任良伴。



Never Give Up
第二名 張夢婷 24歲 研究助理

雖然讀小朋友不因為自身的殘缺而放棄，反而發揮了上帝賦予他的姿態，展現出生命的可貴，透過生命的感動，從不看到這與新的自己的記憶，步步都有他努力的真諦，也使他找到了生命的目標。



支持的手
第三名 魏麗玉 40歲 護理人員

2008年的10月，父親患癌而逝，悲劇之際，不知疼痛，作為護理人員，面對自己的親人罹難，心中難以接受，表面要微笑的面對與解決問題，內心最脆弱，內心裡有支持的力量，給我鼓勵與勇氣，請給醫護人員，一隻支持的手。



祈願重生
佳作 羅亞平 27歲 醫療社醫師

當身心靈受到何種負面色彩的時候，我確能人生旅程，此時請將自己的力圖，獻給這天使般的痛光降臨，天使雙翼阻於黑暗籠罩，並伸出希望之手解開病痛的鎖，讓未來人生旅程充滿期待與光明。



守護
佳作 李倩強 27歲 行政人員

透過一段旅程，透過、堅守、難守，我們的視野與心靈，每每在轉機點，能輕容著小生命、改變、祥和、靈、靈，那一面深沉來不及打擊的記憶，只能藉由代代相傳的平安符，靜靜守護。



向陽的生命
佳作 洪美怡 32歲 護理人員

當臉對血色紅潤，眼睛淚流不止，心亂跳了2拍，得到了，轉瞬了一下，沒有胃口，雙腳不自主的抖動，決定讓精神垮塌，但心向陽光是數不勝數，所以決定接受現實，此惡夢體內注入了勇氣，心滿意了。



生命之海
佳作 王妙伶 48歲 技士

這半年載感未窮刀，讓這笨拙的後生命轉為為何？這這堅強，讓下美麗的紅血球浮在離離的生命之海上，在斑斕的海岸後，生命靈氣漸，轉轉帶我們到寧靜祥和的瀟湘地。



拼出完整的生命
佳作 樊時強 23歲 行政人員

都說病者的生命，一旦失去支撐就如同一輪缺了一塊的拼圖，那塊地不完美，讓我們們拼起那一笑容，將生命完整拼滿。

兒童特別組



希望之樹
佳作 歐祈輝 8歲

天上大鳥飛向神小鳥，象徵祈禱與神恩庇佑人，小鳥的祈禱與神恩庇佑小鳥，希望之樹飄到了他們的國家，變成紅通通老鷹一頭，好讓小鳥平安，不會在旦夕。



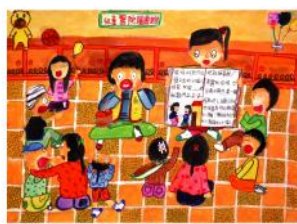
勸慰、加油!
佳作 陶聖賢 12歲

那時的痛極了，我懂痛，雖然一時之難無法讓，但我相信，全家人對那那持續不斷的關懷，一定能幫助他度過難關。



生日快樂
佳作 饒敬楠 10歲

我有一位同學生病住在醫院，而且一直很久都沒有來學校上課，大家都非常想念他，所以在他生日時，老師帶我們一起到醫院祝壽生，希望他趕快好起來，可以回學校和我們一起上課。



兒童醫院製心畫書館
佳作 黃詩琦 11歲

因為有一些朋友受傷或生病，所以住在醫院，但每天都會有員工編寫來說故事，讓他們不再感到，雖然身體受著病痛折磨，但心裡卻很溫暖，因為聽了員工編寫故事的力量，而變得更加堅強。



太陽光大
佳作 羅禮梅 12歲

希望將那努力的和兩雙臂，永不向病魔低頭，像向日葵一樣等待奇蹟的出現，在這世界上有幾多的人幫助，在遊離需要時提供支持，雖然上天幫助了一層層，但給一定會再幫助我另一層層，請你深深愛護我的生命。

希望情報網

請問醫師，我的癌症得到的是腎臟癌，也沒有出現特別的咳嗽情形，為什麼會有肺積水的現象呢？

林口長庚醫院血液腫瘤科主治醫師張文義說，有兩成的腎臟癌患者一開始發現，就已是轉移患者。並不能說腎臟癌患者一定會肺積水；另外，腫瘤引起的肺積水，實際上是「胸胸膜積水」。

在分期上，若擴散至腎周圍之脂肪組織及筋脈層、或是局部淋巴轉移、遠端器官轉移，就是第四期腎臟癌患者。

張文義醫師說，腎臟癌轉移有七成會轉移到肺部。在腎臟癌分期屬於第四期的患者，多會出現胸膜積水，一般常被簡稱為肺積水。患者多數也沒有出現明顯症狀，有一到兩成的患者會出現咳嗽、咳血等症狀，在臨床上也看到嚴重將腫脹「咳」出來的。

營養補給站

文/楊惠政 營養師

認識左旋麩醯胺酸

左旋麩醯胺酸 (L-Glutamine, 簡稱麩醯胺酸)，是人體進行組織修復以及維持生命極為重要的胺基酸之一，也是人體中含量最豐富的胺基酸。胺基酸是合成蛋白質的原料，而蛋白質又是執行體內各項新陳代謝機能以及維持生命所需最重要的工具。因此補充足量的左旋麩醯胺酸，將有助於體內各種蛋白質的合成以及受損組織的修復。此外，人體在合成DNA時需要氮鹼基，而左旋麩醯胺酸含有兩個胺基，可以提供細胞在製造氮鹼基時所需要的氮元素，進而助於DNA的合成及修復。

當癌症病友在接受化學治療或放射線治療時，會產生一些副作用，特別是那些分裂較為快速的細胞，例如：口腔及兩腳趾關節皮膚、骨髓細胞等。如病友發生口腔潰瘍，會感受到疼痛而無法進食時；或是發生腹瀉時，會造成大量水分及營養的流失。而周邊神經毒性會引起末梢肢體感覺異常時，就會出現手、腳麻木，本體感覺消失，無法執

行日常生活中較為精細的動作。這些不良反應會影響生活品質，也使得病友延遲或拒絕下一次化學治療或放射線治療，進而影響到治療效果。

在正常情況下，左旋麩醯胺酸屬於「非必須胺基酸」，人體能自行製造，再加上飲食攝取，足以應付每日所需。但當患病時，如癌症病友接受化學或放射線治療時，體內左旋麩醯胺酸的需求量，遠遠超過健康者所需要的量，這時左旋麩醯胺酸就變成「條件性必須胺基酸」了。若不及時補充，則容易引起免疫機能衰退、口腔黏膜潰瘍、胃腸道黏液萎縮、腹瀉，甚至全身骨骼肌肉過度消瘦，出現「惡病質」，對病友的後續治療及存活產生不利的影響。

研究發現，如癌症病友服用口服粉末的左旋麩醯胺酸，一天大約需要30公克，即可有效減輕因化學或放射線治療所產生之口腔黏膜破損、腹瀉及手、腳麻木等症狀。此外，在乳癌病友接受高劑量太平洋紫杉醇以及造血幹細胞移植治療的研究中顯示，口服粉末的左旋麩醯胺酸，可有效減輕化學治療所引起的周邊神經毒性。另一項最新的研究亦顯示，轉移性大腸直腸癌病友於接受化學治療時，若能服用口服粉末的左旋麩醯胺酸一天30公克，亦能減少

周邊神經毒性的發生。

實驗室在「體外」培養癌細胞的時候，有時會加上左旋麩醯胺酸當作營養素；那麼，補充左旋麩醯胺酸，是否也會加速「體內」癌細胞的生長呢？但根據動物實驗發現，補充左旋麩醯胺酸反而能提升免疫機能，加速腫瘤細胞縮小的速度。總之，口服粉末的左旋麩醯胺酸雖然無法直接治療癌症，但可藉由減輕病友因治療時所產生的副作用，幫助病友安然度過治療期。(作者為希望協會營養顧問)

如何補充左旋麩醯胺酸

- 動物性食物來源：肉類、魚、蛋、乳製品。
- 植物性食物來源：黃豆、花生、葵花籽。
- 市售營養補充品中添加：

廠商	中文產品名	英文產品名
亞培	創快復	ALITRAQ
	基達得	Abound
益富	免疫增	Nu-Immu
雀巢	非凡寧適	Vironex PLUS

病友樂園

希望之旅 宜蘭一日遊

文/江依庭 志工



「Ya! 我們征服了林美石壁步道「好漢梯」! 真不是蓋的!

由希望協會志工組長慧慧姐籌備了很久的春季旅遊，4/22終於如願成行了。老天爺很幫忙，出發前，了我們和煦的陽光! 參加的團員，包括了希望協會的志工團隊、大腸癌俱樂部、淋巴愛俱樂部，一群人浩浩蕩蕩的從希望協會出發到宜蘭。

上午，我們挑戰了林美石壁步道，工作人員戰戰兢兢，擔心大家的體力是不是能夠承擔，反而顧前顧後，大多數時候落在隊伍的後面，跟不上說。

延途中的嬉笑聲，在燦爛的陽光下與青翠的山林裡顯得特別清爽。工作人員看著大

家重心上去了過去沒敢爬上去的陡峭階梯，卻不見驚呼吁，真的覺得很感動，不是因為難度有多高，而是大家因為這樣的活動很開心。

下午，大家轉移陣地到武荖坑的綠色博覽會。有人認真地玩關關遊戲、有人悠閒的打著牌、有人坐在華卡索的花園迷宮前享受下午茶；人生的愜意，不就此而止嗎?

用餐的時候，我們還發現了一個相當有趣的現象：大腸俱樂部成員徐伯伯和淋巴愛俱樂部有重疊的郭伯伯，竟然不用提高音量，就可以互相交談的很起勁耶!

我想，旅遊不只是開心而已，更是病友與家屬間、病友與病友間，情感維繫的重要時刻。往後，大家還要一起出去玩呢!

2010生命盃溫情錄

文/「08愛」玉華

任職的學校最近的教學單元是「溫馨的友情」，這也正是我想和大家分享的……。

2007年中，剛剛做完六次化療，常頂著個光頭在院子曬太陽，因而結識了對門的玲珠一上輩子的姊妹吧!

我們一起打羽球、一起談時事；一起揮別政家的陋習、一起切磋球類文字，過著每天都不愁羨慕自己的日子。

也因為打球、參加球隊，進而認識了一群年輕、有活力、有朝氣的朋友們：親切、友善的張總，玩世不恭的小李，球技高超的冷面笑匠老李，重心未泯、讓球伴輕鬆自在的老吳，精益求精、努力不懈的率聖小玲夫婦，小辣椒，屬屬(球場上常見她救球的小碎步)令人莞爾、敬佩。自從阿魯加入，我們總是吃有吃有獎品，她的球技讓你見識到什麼是基本動作。每星期兩次的球聚，都令人縮縮活活、心情飛揚!

第二屆生命盃大家玩得高興，打得盡力，笑得盡情，年邁但仍健朗的老母，靜靜為我按摩的先生，舉牌叫加油的兒子，都是我手下聖聖、女雙冠軍的強大動力。有了他們的支持，我才能每每在球球前後補眠，並無家事的纏綿。

感謝我在屋後開拓的另一片天地，為我生命中的熱情找到出口，也以此鼓勵病友們：當享受並活好每一個今天，即便它時晴、時雨、時風，都有它美麗的風采。

希望花園

大腸癌學習營志工與參訪心得

文/台北護理學院護理系同學



志工的體驗激起同學們對癌症病友服務的熱忱。

為了解社會支持系統對癌症病友的幫助及效益，從網路搜尋了很多癌症病友的支持團體，發現了網站架設齊全、布置可愛的希望協會。希望協會當初在沒有任何資助的情況下，走到今天如此成功的地步，想必一定有一群非常努力，又具非凡愛心的天使! 從協會的各種設置及為病友們設想的措施，更顯現了這一路走來的用心。

以前，我們認識的癌症，是會讓人虛弱、無望和失去掌握生活能力的疾病。因為，在多年前實習時，遇到的病友及家屬，無不哀傷哭泣。我們進一步思考：除了生理上的治療以外，到底還能為病友與家屬做些什麼呢?

直到參與4月17日北醫大腸癌學習營活動，我們有了新體悟。

這是我們第一次參加病友聚會，出乎意料的，現場熱絡且充滿溫馨的志工、社工及護理師們，各個熱情地向病友

及家屬們分享知識和喜悅。印象深的是，許多同樣身為病友的志工，卻能保持樂觀的心情，和病友們分享寶貴的經驗，還讓我們看到了不一樣的癌症。這短短的三個小時經歷，成為我們最珍貴、最美好的見證。希望協會為病友們籌劃的學習營或其他成長探索活動，就像是黑夜中的一盞明燈，指引面臨徬徨無助的人，真的很棒。

5月5日正式參訪癌症希望協會，一入門就見到志工竭誠的熱情歡迎，讓我們倍感受動。如果站在接受服務的病友立場體會，就像是當山路走到了盡頭又發現了一道光，給人無限的希望。不僅如此，各項團身打鐵的活動，像是獎學金、自我照護、心理支持、團體課程等，更實在在地提供病友幫助，希望協會對病友的細心與重視，令人不禁豎起大拇指。讓我們忍不住想加入希望志工的行列，一起為病友提供優質的服務。

希望情報網

請問醫師，我的癌瘤得到的是腎臟癌，也沒有出現特別的咳嗽情形，為什麼會有肺積水的現象呢？

林口長庚醫院血液腫瘤科主治醫師張文麗說，有兩成的腎臟癌患者一開始發現，就已是轉移患者。並不能說腎臟癌患者一定會肺積水；另外，腫瘤引起的肺積水，實際上是「胸腔膜積水」。

在分期上，若擴散至腎周圍之脂肪組織及筋脈層，或是局部淋巴轉移、遠端器官轉移，就是第四期腎臟癌。

張文麗醫師說，腎臟癌轉移有七成會轉移到肺部。在腎臟癌分期屬於第四期的患者，多會出現胸腔積水，一般常被稱為肺積水。患者多數也沒有出現明顯症狀，有一到兩成的患者會出現咳嗽、咳血等症狀，在臨床上也有看到嚴重將連「咳」出來的情形。

營養補給班

文/楊惠攻 營養師

認識左旋麩醯胺酸

左旋麩醯胺酸 (L-Glutamine, 簡稱麩醯胺酸)，是人體進行組織修復以及維持生命極為重要的胺基酸之一，也是人體中含量最豐富的胺基酸。胺基酸是合成蛋白質的原料，而蛋白質又是執行體內各項新陳代謝機能以及維持生命所需最重要的工具。因此補充足量的左旋麩醯胺酸，將有助於體內各種蛋白質的合成以及受損組織的修復。此外，人體在合成DNA時需要氮鹼基，而左旋麩醯胺酸含有兩個胺基，可以提供細胞在製造氮鹼基時所需要的氮元素，進而助於DNA的合成及修復。

當癌症病人在接受化學治療或放射線治療時，會產生一些副作用，特別是那些分裂較為快速的細胞，例如：口腔及胃腸道黏膜上皮、骨髓細胞等。如病友發生口腔潰瘍，會感受到疼痛而無法進食時；或是發生腹瀉時，會造成大量水分及營養的流失，而周邊神經毒性會引起末梢肢體感覺異常時，就會出現手、腳麻木，本體感覺消失，無法執

行日常生活中較為精細的動作。這些不良反應會影響生活品質，也使得病友延遲或拒絕下一次化學治療或放射線治療，進而影響到治療效果。

在正常情況下，左旋麩醯胺酸屬於「非必須胺基酸」，人體能自行製造，再加上飲食攝取，足以應付每日所需。但當重病時，如癌症病友接受化學或放射線治療時，體內左旋麩醯胺酸的需求量，遠遠超過健康者所需要的量，這時左旋麩醯胺酸就變成「條件性必須胺基酸」了。若不及時補充，則容易引起免疫機能衰退、口腔黏膜潰瘍、胃腸道黏膜萎縮、腹瀉，甚至全身骨骼肌肉過度消瘦，出現「惡病質」，對病友的後續治療及存活產生不利的影響。

研究發現，如癌症病友服用口服粉末的左旋麩醯胺酸，一天大約需要30公克，即可有效減輕因化學或放射線治療所產生之口腔黏膜破損、腹瀉及手、腳麻木等症狀。此外，在乳癌病友接受高劑量太平洋紫杉醇以及造血幹細胞移植治療的研究中顯示，口服粉末的左旋麩醯胺酸，可有效減輕化學治療所引起的周邊神經毒性。另一項最新的研究亦顯示，轉移性大腸直腸癌病友於接受化學治療時，若能服用口服粉末的左旋麩醯胺酸一天30公克，亦能減少

周邊神經毒性的發生。

實驗室在「體外」培養癌細胞的時候，有時會加上左旋麩醯胺酸當作營養素；那麼，補充左旋麩醯胺酸，是否會加速「體內」癌細胞的生長呢？但根據動物實驗發現，補充左旋麩醯胺酸反而能提升免疫機能，加速腫瘤細胞縮小的速度。總之，口服粉末的左旋麩醯胺酸雖然無法直接治療癌症，但可藉由減輕病友因治療時所產生的副作用，幫助病友安然度過治療期。(作者為希望協會營養顧問)

如何補充左旋麩醯胺酸

- 動物性食物來源：肉類、魚、蛋、乳製品。
植物性食物來源：黃豆、花生、葵花籽。
市售營養補充品中添加：

Table with 3 columns: 廠商, 中文產品名, 英文產品名. Rows include ALITRAQ, SYMPT-X, Nu-Immu, Vironex PLUS.

病友俱樂部

希望之旅 宜蘭一日遊

文/江依凌 社工



Ya! 我們征服了林美石磔步道「好漢梯」! 真不是蓋的!

由希望協會志工組組長慧慧姐籌備了很久的春季旅遊，4/22終於如願成行了。老天爺很幫忙，出發前，我們和煦的陽光！參加的團員，包括了希望協會的志工團隊、大腸癌俱樂部、淋巴癌俱樂部，一群人浩浩蕩蕩的從希望協會出發到宜蘭。

上午，我們挑戰了林美石磔步道，工作人員戰戰兢兢，擔心大家的體力是不是能夠承擔，反而顧前顧後，大多數時候落在隊伍的後面，跟不上說。

延途中的嬉笑聲，在燦爛的陽光下與青翠的山林裡顯得特別漂亮。工作人員看著大

家驚力爬上了過去深恐爬不上的陡峭階梯，卻不見氣喘吁吁，真的覺得很感動，不是因為難度有多高，而是大家因為這樣的活動很开心。

下午，大家轉移陣地到武荖坑的綠色博覽會。有人認真的玩開關遊戲、有人悠閒的打著牌、有人坐在單卡索的花園迷宮前享受下午茶；人生的愜意，不就如此時嗎？

用餐的時候，我們還發現了一個相當有趣的現象：大腸癌俱樂部成員家屬徐伯伯和淋巴癌俱樂部患有重聽的郭伯伯，竟然不用提高音量，就可以互相談話的很起勁耶！

我想，出遊不只是開心而已，更是病友與家屬間、病友與病友間，情感維繫的重要時刻。往後，大家還要一起去玩呢！

2010生命盃溫情錄

文/「08號」玉華

任職的學校最近的教學單元是「溫馨的友情」，這也正是我想和大家分享的……。

2007年中，剛剛做完六次化療，常頂著個光頭在院子曬太陽，因而結識了對門的玲珠一上輩子的姊妹吧！

我們一起打羽球、一起談論時事；一起揮別敗家的賤習、一起切磋球藝文字，過著每天都不禁羨慕自己的日子。

也因為打球、參加球隊，進而認識了一群年輕、有活力、有朝氣的朋友們：親切、友善的張總，玩世不恭的小李，球技高超的冷面笑匠老李，重心未泯、讓球伴輕鬆自在的老吳，精益求精、努力不懈的率聖小玲夫婦，小辣椒，蘭蘭（球場上常見她救球的小碎步）令人莞爾、敬佩。自從阿香加入，我們總是吃有喝有獎品，她的殺球讓你見識到什麼是基本動作。每星期兩次的球聚，都令人細胞活化、心情飛揚！

第二屆生命盃大家玩得盡興，打得盡力，笑得盡情，年邁但仍健朗的老母，靜靜為我按摩的先生，舉牌叫加油的兒子，都是我拿下盃賽、女雙冠軍的最大動力。有了他們的支持，我才能每每在練球前後補眠，並無家事的纏綿。

感謝我在癌後開拓的另一片天地，為我生命中的熱情找到出口，也以此鼓勵病友們：當享受並活好每一個今天，即便它時晴、時雨、時風，都有它美麗的風采。

希望花園

大腸癌學習營志工與參訪心得

文/台北護理學院護理系同學



志工的體驗燃起同學們對癌症病友服務的熱忱。

為了解社會支持系統對癌症病友的幫助及效益，從網路搜尋了很多癌症病友的支持團體，發現了網站架設齊全、布置可愛的希望協會。希望協會當初在沒有任何資助的情況下，走到今天如此成功的地步，想必一定有一群非常努力，又具非凡愛心的天使！從協會的各種設置及為病友們設想的措施，更顯現了這一路走來的用心。

以前，我們認識的癌症，是會讓人虛弱、無望和失去掌握生活能力的疾病。因為，在多年前實習時，遇到的病友及家屬，無不哀傷哭泣。我們進一步思考：除了生理上的治療以外，到底還應為病友與家屬做些什麼呢？

直到參與4月17日北區大腸癌學習營活動，我們有了新體悟。

這是我們第一次參加病友聚會，出乎意料的，現場熱情且充滿溫馨的志工、社工及護理師們，各個熱情地向病友

及家屬們分享知識和喜悅。印象深刻的是，許多同樣身為病友的志工，卻能保持樂觀的心情，和病友們分享寶貴的經驗，這讓我們看到了不一樣的癌症。這短短三個小時經歷，成為我們最珍貴、最寶貴的見聞。希望協會為病友們籌劃的學習營或其他成長探索活動，就像是黑夜中的一盞明燈，指引迷途徬徨無助的人，真的很棒。

5月5日正式參訪癌症希望協會，一入門就見到志工媽媽的熱情歡迎，讓我們倍感溫馨。如果站在接受服務的病友立場體會，就像是當山路走到了盡頭卻又發現了一道光，給人無限的希望。不僅如此，各項量身訂做的活動，像是獎學金、自我照護、心理支持、團體課程等，更實實在在提供病友幫助，希望協會對病友的細心與重視，令人不禁驚起大拇指。讓我們忍不住想加入希望志工的行列，一起為病友提供最優質的服務。

化療病人易感染 宜少探望

文/王一新



因為乳癌而持續化療中的伍芳（化名），又要開始一輪為期約3週的新療程，根據過去的經驗法則，她向周遭的親朋好友下了為期一週的「拒訪令」，因為化療之後的第一週是她的「冬眠期」，在身心皆脆弱不適的情況下，她不希望還要花心力去面對他人，即使是來自親友的關心；第二週開始，是她和親友們約戶外踏青的活動期；到了第三週，則是可以恢復和親友聚餐、好好吃幾餐，以儲備體力下一輪化療時的體力。

為什麼會做這樣的安排？中華民國癌症希望協會副秘書長吳翠娥表示，通常癌症病人在剛做完化療的3~5天，比較容易感到不舒服，再加上受到化療藥物的影響，身負「衛兵」之責的白血球在第二週可能會因而下降許多，容易受到感染，因此為了避開感染源，化療之後的一段時間，最好避免去密閉的公共空間。

癌症病人化療之後容易受到感染，吳翠娥說，主要的原因是用來攻擊生長快速癌細胞的化療藥物，同樣會攻擊人體內不斷成長中的細胞，因此，像是血球、頭髮或黏膜就容易受到化療藥物的損傷，也就容易產生掉髮或拉肚子等副作用；而且，某些藥物特別會導致白血球下降快速，使人體的抵抗力減弱，再加上口

腔、腸道等體內黏膜易有破損，細菌病毒入侵的途徑增加，抵禦外傷的白血球、淋巴球或殺手細胞卻嚴重不足，結果可能導致接受化療癌症患者的症狀變得更嚴重而難以控制，甚至連原本體內既有的正常細菌也可能引發疾病，嚴重時可能會影響到患者必須更換其使用藥物，或者最令人心驚的是引起敗血症等致命危機。

吳翠娥表示，癌症病友每次接受化學治療之前，醫師都會先抽血監測患者的白血球是否回復到一定的數值，若是過太低（通常若是白血球總數低於3000/每C.C.血液）則醫師可能會延緩1-2星期或暫停化學治療，等待患者的白血球數值回升回復，必要時則給予「白血球生長素」，以刺激白血球生長。

若是從不同的癌症來看，最容易因為化療藥物而導致白血球快速下降者，吳翠娥指出，主要是接受白血病、淋巴瘤等癌症化療藥物治療的患者，其次如肺癌、乳癌等患者，也會因為化療而導致白血球數值下降，而腸胃道相關的癌症像是胃癌、大腸癌或肝癌患者，則相對白血球受到的影響就比較少；不過，親人體質不同，也有些人只要一施打化療藥物，白血球數值就會立即降低許多。

目前癌症化療大多以門診化療為主，吳翠娥表示，有些化療藥物滴注的速度較慢，需要24小時以上，患者若是不願住院，擔心醫院裡感染源多，或是健保病房有限，也可能會先帶著小型輸注幫浦返家，翌日再前往醫院拆除；也有必須住院數天的化療患者。

基本上，除了照顧者之外，並不建議親友頻頻前往探望，以免反而容易增加病患受到感染的機率；甚至，為減少感染源，吳翠娥認為，病患若能自理，家屬也不必一定要在醫院裡陪宿，若是非陪伴病患不可，還必須是身體健康的親友，而前往探望的人，即便只是罹患小感冒時也不可前往探望，這對癌症病友或探病者雙方都沒有好處。

化療病人居家照顧注意事項

- 一、留意監測相關數值**
 - *留意患者體溫，勿超過37.5℃。
 - *了解患者施打的化學藥物是否會降低患者的白血球數值。
- 二、避免感染發生、小心感染源**
 - *白血球數值降低期間，避免患者出入封閉的公共場所。
 - *前往公共場所時要戴口罩。
 - *訪客前往探視前應正確洗手；探視時，雙方應戴口罩，保持一定的距離，勿太靠近，且探訪時間不宜太久。
 - *避免讓患者接觸到患有感冒、麻疹或水痘等傳染病人。
 - *保持均衡的飲食與足夠的營養素(高蛋白與高熱量)，以提供白血球生長再進所需的原料。
 - *避免生食，像是生菜沙拉、生魚片、泡菜、生雞蛋等，水果以可去皮、現剝削為主，必要時水果也要先煮熟再吃。
 - *經常且正確洗手，尤其是吃飯前與洗手間之後。
 - *不可擠壓或抓破青春痘、粉刺。
 - *種植花草、清洗寵物或小孩排泄物時，要戴保護性的手套。
- 三、維持皮膚及黏膜的完整、防範感染途徑**
 - *改用軟毛牙刷刷牙，避免傷害牙齦。
 - *使用電動刮鬍刀，以免刮傷皮膚。
 - *使用乳液等避免肌膚乾裂。
 - *避免摩擦外傷。
 - *留意排泄系統衛生，有痔瘡者宜請教醫師與護理人員自我照護方法；使用灌腸或栓劑前也應先諮詢醫師。
 - *女性解尿後應由前往後擦拭，正值月經期女性要經常更換衛生棉，以防感染。
 - *置有導尿管者每日應消毒尿管兩次。

◎本文轉載自《常春》月刊五月號

與瑜珈的邂逅

文/廖淑惠

「瑜珈」，我一直想接觸，不過又提不起勇氣嘗試，因為總覺得那是頂著體魄的挑戰。得知希望協會開設瑜珈班後，我抱著忐忑不安的心情去報名，想要試著突破心防，真實地走入瑜珈的學習環境。

上了一段課程後，我發現，平日忙碌的生活中，我總是沒有時間與自己的身心對話。我也慢慢體會到，做瑜珈時可以讓我身體很放鬆、心情很平靜，於是對瑜珈

逐漸有了興趣。每當練習瑜珈時，我可以無憂無慮的伸展著自己的身體，聽著自己的呼吸聲，感到有穩定心靈的作用，而且運動後流下的汗水，讓我有種身心舒暢的感覺，彷彿有了新的動力面對各種挑戰。瑜珈老師也給我很大的鼓勵，老師不會要求動作完美，只需盡力去做就好，讓我們可以沒有負擔，完全投入瑜珈運動當中。

從瑜珈課中，我得到的不只是身體的解放，還可以和我心路歷程相似的朋友們，彼此相知相惜、互相加油打氣，心靈上有了另一個出口。我很感謝希望協會提供了這樣周全的環境讓我認識瑜珈，也期待每次與瑜珈的邂逅。

學名: Ixabepilone 商品名: Ixempra® 易莎平

作用 化學治療藥物易莎平是一種微管抑制劑(微管是有絲分裂重要器之一)，可導致癌細胞被固定在有絲分裂過程中，無法順利進行有絲分裂，而產生凋亡。

給藥途徑 靜脈注射，一般每3星期一次，每次約3小時。

副作用 大多是較輕微的副作用：
* 感覺疲累、食慾不振、輕微發熱、頭痛、肌肉及關節痛。
* 噁心及嘔吐、腹瀉或便秘、腰痛。
* 貧血或血小板數目減少。
* 手掌及腳掌變紅(與曬傷相似)；皮膚乾燥、皸裂。
* 手指甲及腳趾甲出現改變，頭髮脫落；唇瘡、口瘡等。

適應症及健保給付規定 易莎平一般與韋普達(Capecitabine)合併使用；適用於對小紅莓類和紫杉醇類藥物治療有抗藥性，或對紫杉醇類有抗藥性又不能接受進一步小紅莓類治療的轉移性或局部晚期乳癌患者。
* 目前健保未給付，自費價：每次約為88000元。

注意事項 若出現周邊神經病變、骨髓抑制、肝功不全、過敏反應、懷孕、心臟不良反應等，可能必須調整給予劑量。

活動簡章

肺癌病友學習營—治療新趨勢

對象：肺癌病患與家屬
主題：肺癌的治療新趨勢與自我照護
■台北場次
時間：99年6月12日(六) 9:30~12:00
講師：余志仁醫師
台大醫院內科部副主任/台大醫學院內科教授
地點：台大景福館
請先報名，洽詢電話：02-33226286 轉31
■高雄場次
時間：99年6月19日(六)9:00~12:00
講師：洪仁宇醫師
大同醫院內科加護病房主任
地點：三洋維士比藥學教育基金會古道教室
(高雄市苓雅區中正二路175號31樓)
*請先報名，洽詢電話：07-3701309 轉10

音樂治療

■台北場次
時間：99年9月6日至99年10月25日(每週一)
上午班：10:30~11:30
下午班：14:30~15:30
人數：每班5名 對象：癌症病友
講師：李晴怡老師
英國皇家威爾斯藝術學院音樂治療碩士
英國國家音樂治療師學會總會認證合法音樂治療師資格
地點：協會台北服務中心團體教室
(台北市中正區臨沂街3巷5號1樓)
*請先報名，洽詢電話：02-3322-6286 轉32



「愛心滿百·美麗再現」活動一捐款單 (可影印放大填寫)
每6分56秒就有一個人罹癌，面對治療，癌友除承受身體的痛苦外，還需面對外觀的改變，許多癌友因而無法邁進，甚至有萌生放棄的意念。因此，為幫助癌友建立自信，「愛心滿百·美麗再現」邀請您一起為癌症病友募集假髮、頭巾製作經費，幫助脫髮及走過生命低潮，看見生命的希望！
即日起至99/12/31止，參與「愛心滿百·美麗再現」活動，每月捐款100元以上、為期12個月或單月捐款500元以上，即可將幸福小熊(尺寸：10公分×5公分)一對帶回家。
填寫以下表格後，請傳真(02)3322-1719或郵寄至台北市中正區臨沂街3巷5號1樓。洽詢電話：(02)3322-6286 轉26或87 林小姐。

姓名：_____ 電話(手機)：_____

地址：_____

email：_____

捐款方式：
 每月捐款NT\$100元，為期12個月，共計1,200元整。
 單筆捐款NT\$500元整。
 每月捐款NT\$_____元整，自民國____年____月起至民國____年____月止。
(為減輕寄件負擔請電話通知)
 寄件郵費由寄件者自理，郵費由寄件者自理。
 信用卡卡號：□□□□-□□□□-□□□□-□□□□
 有效期限：西曆____年____月____日至____年____月____日
 與款：卡別：□VISA □MASTER 身分證字號：_____
 持卡人簽名：_____
 抬頭：□同捐款人姓名 □其他：_____
 地址：□同捐款人姓名 □其他：_____
 收據寄送方式：□按年寄送 □按月寄送，免費刊印 □請寄給我
 *凡捐款滿500元，即可獲得幸福小熊一對(尺寸：10×5公分)。

2010年3月~4月 捐款人名單

Table listing donors and amounts for the period of March to April 2010. Columns include donor names, amounts, and addresses. Includes a 'HOPE 7' logo at the top right of the table area.

各界人士捐贈物資

Table listing donated items and donors. Columns include item names, quantities, and donor names. Includes a 'HOPE 7' logo at the top right of the table area.

Advertisement for 'Hope Station' (希望小站) providing cancer education, library services, medical consultations, and psychological support. Includes contact information for Taipei and Gaoxiong service centers.

好站連結 帶給癌症家庭希望的部落格 網址: http://tw.myblog.yahoo.com/ehope7w

希望有愛·讓生命再現光彩



在台灣，每不到7分鐘就有1個人遇上癌症。
在台灣，每年至少有37萬個家庭共同面對癌症。
他們需要完善的照護資訊、適當的情緒調適、
穩定的自我形象及健全的社區網絡。
希望協會為了提供癌症家庭一個全方位的支援網絡，
六年下來，透過全台的服務據點，
已服務超過12萬人次。
如果，有人需要幫助，請告訴他們希望在這裡；
如果，您能提供幫助，他們的希望就是您！

請透過以下的捐款管道，支持我們：



社團法人中華民國癌症希望協會 信用卡授權書

(請將本表剪下，黏貼於信用卡背面，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)
捐款用途	<input type="checkbox"/> 癌症家庭康復計畫 <input type="checkbox"/> 癌症教育宣導 <input type="checkbox"/> 建構支援服務網絡 <input type="checkbox"/> 會務發展
捐款身份	<input type="checkbox"/> 我定期捐款予協會 <input type="checkbox"/> 我曾單次捐款予協會
收據抬頭	<input type="checkbox"/> 同持卡人 <input type="checkbox"/> 另指定抬頭為
收據寄送	<input type="checkbox"/> 不用寄送收據 <input type="checkbox"/> 按月寄送 <input type="checkbox"/> 年度累積一次寄送 (將於隔年三月起陸續寄送)

● 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
※相關辦法歡迎來電諮詢，電話 / 02-3322-6286分機26 林小姐

希望看報

免費DVD 希望樂活操 歡迎癌友索取

愈來愈多的研究顯示，癌症病人接受手術、化療或放射線治療後，經過適當、規律的運動，可以減少疲倦不適，減少併發症與治療的副作用，調適情緒並改善免疫力，提高生活品質！甚至能提升治療意願，也提高了存活率。

希望協會在服務癌症病友的過程中，我們發現，許多病人及家屬對運動的兩大共同問題是：「該做哪些運動？」及「要如何做運動？」所以，希望協會特別製作了一套「希望樂活操」DVD，我們期望透過：

1. 規劃適當、適量、有節奏性的運動，來增強癌友的呼吸功能與肺活量，增強體力與活力。
2. 在專業醫師的審定、運動教練的示範下，一步步帶領癌友安全、舒適地鍛鍊體能。
3. 提供更多樣的休閒活動，讓癌友也能享受樂活人生。

這套「希望樂活操」DVD還內附運動手冊，希望簡易的動作與口語的解說，能輕鬆地帶領癌友與家人，共同享受運動的好處與樂趣！歡迎癌症病友或家屬來電或來函索取。由於資源有限，每人限索取一份；需寄送者請附回郵20元。

如果癌症病友和家屬想要進一步了解運動時應注意的細節，歡迎您上希望協會網站下載：《運動健健美》衛教單張。

請依照黑色虛線所標示位置剪齊剪開使用，謝謝。

98-04-43-04	郵政劃撥儲金存款單	金額：仟萬 拾萬 萬 仟 佰 拾 元
收帳帳號	19665036	金額：仟萬 拾萬 萬 仟 佰 拾 元
通訊欄 (銀與本次存款有關事項)	社團法人中華民國癌症希望協會	收帳帳號
1. 捐款用途	<input type="checkbox"/> 癌症家庭康復計畫 <input type="checkbox"/> 癌症教育宣導 <input type="checkbox"/> 建構支援服務網絡 <input type="checkbox"/> 會務發展	存款金額
2. 捐款身分	<input type="checkbox"/> 我定期捐款予協會 <input type="checkbox"/> 我曾單次捐款予協會	電腦記錄
姓名	經辦局收款款	經辦局收款款
通訊處		
電話		
虛線內僅供機關印錄用請勿填寫		

寄款人注意事項

一、帳號、戶名及寄款人姓名、通訊欄詳細填寫，以免誤寄。低付票據之存款，請於交換前一日存入。

二、每筆存款至少需在新臺幣十五元以上，且限填至五位為止。

三、換金額時請更換存款單重新填寫。

四、本存款單不得影印或到寄任何文件。

五、本存款金應從提現後，不得申請退回。

六、本存款單提供電腦影像處理，請以正確工體書寫並請勿折疊。帳戶如有自印存款單，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向印製之存款單填寫，以利處理。

七、本存款單號碼與金額欄請以印拾位數字書寫。

八、帳戶本人在「存款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區存款，需由帳戶內代收手續費。

交款代號：
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、如欲查詢存款人帳號詳情，請向本收據及已填妥之委託函索取存款收據辦理。

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局收訖章者無效。