



member organisation

本會宗旨

推廣正確的癌症防治觀念，宣導正確癌症治療，協助癌症病人及家屬處理醫療疾病，維護良好生活品質。

《理事會》

理事長：王正廷
理事：成佳雲、林志松、林育華、洪志強、陳麗雅、蔡麗華、呂麗梅、廖少卿、蔡育謙、陳心毅、陳周宏、陳政明、簡品明、謝政毅、謝政毅、曾昭傑、黃華敏、范國偉、潘純穎、陳坤輝

《執行團隊》

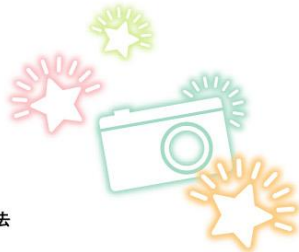
秘書長：歐陽敏
副秘書長：高麗玲
行政暨會務：李美娟、林麗姿
公共事務組：王瑞琪、李麗霞
社服組：張智輝、彭怡敏、陳玉怡、江依潔、黃美婷、王淑人、陳玉蓮、陳偉等
研究發展組：呂麗梅、高麗玲、李可倫
執行單位：社團法人中華癌症希望協會
法律顧問：莊國信
策劃編輯：美商博有設計有限公司
會址：11006台北市中正區臨江街8號1樓
電話：(02)3322-6286 / 傳真：(02)3322-1719
網址：www.ecancer.org.tw
【台灣郵政台北郵字第02號特准掛號登記為雜誌交寄】

特別企畫

- 1版 開麥拉！第三屆「捕捉希望」數位攝影比賽
- 2版 癌症資源單一窗口 守護癌症家庭的第二雙手

本期焦點

- 3版 希望花架－「腸保安康呷百二」926再戰大腸癌！
- 4版 希望花架－1001個希望夏令營系列
- 5版 希望情報網－止吐藥的Q&A
- 6版 希望廚房－化療期的晚餐
- 7版 希望有愛－希望在這裡 遇見你與我一起 把溫暖送出去
- 8版 希望看板－最後的幸福時光－安寧療護



特別企畫



最佳止痛劑

名次：捕捉希望
2009年第二屆
癌症病友組
第一名
作者：葉俊佳

悸動

名次：捕捉希望
2009年第二屆
癌症病友組
佳作
作者：羅婷方



綻放生命的美好

名次：捕捉希望
2009年第二屆
醫療團隊組
佳作
作者：謝志逸

開麥拉！第三屆「捕捉希望」數位攝影比賽

請您用相機，用心感受，用愛關懷，點亮生命的希望！

由癌症希望協會與羅氏大藥廠共同舉辦的「捕捉希望」數位攝影比賽，在大家引頸期盼下，即將於11月1日再度登場！

誠摯邀請癌友、家屬及醫療團隊們，拿起你們的相機，透過鏡頭，捕捉眼前的幸福與感動，與我們一起點亮生命的希望！

收件時間：99年11月1日起至100年1月31日

- 作品規格：1. 作品不限主題，以「捕捉希望」為精神，拍攝內容不限，人物、景物、事物皆可。
2. 並附上〈與癌奮戰的歷程〉100字以內文字敘述。
3. 請將活動報名表及作品寄至活動信箱
pr@ecancer.org.tw即可。

◎活動詳情請至癌症希望協會官網 <http://www.ecancer.org.tw> 或電洽 (02) 3322-6286 分機 28 李小姐

希望看報

協會出版品登上2010年優良衛生教材榮譽榜



癌症希望協會參加國民健康局主辦的「2010優良衛生教育教材徵選活動」，共有兩件多媒體教材榮獲佳績：分別是大腸癌篩檢宣導短片《兩年一次一生沒事》榮獲優良獎；《希望樂活操》榮獲佳作獎。

有鑒於大腸癌是癌症發生人數的第一名、死亡率高居癌症的第二名；並配合政府宣導推動50到69歲國民進行免費便血篩檢，希望協會特別製作這份《兩年一次一生沒事》大腸癌篩檢宣導短片。這份宣導短片分成30

秒和60秒兩個版本，由希望協會理事林育蓉旁白呼籲大眾，大腸癌防治真的好方便，只要多蔬果、勤運動、勤篩檢（50~69歲民眾，兩年一次糞便潛血檢查）、看結果、最後再複診，就能遠離大腸癌。希望協會已將宣導短片，分送各大醫療院所做為門診術教用；有興趣的您，也可以前往「結直腸癌照護網」（<http://www.crcetw.org>）收看。

另外，有愈來愈多的研究顯示，癌症病人不管在治療期或康復期，經過適當、規律的運動，不但可以減少疲憊不適，也可以減少治療的副作用，調適情緒並改善免疫力。因此，癌症病友正確適當的運動可以有助於提升治療意願，提高存活率及生活品質。

在服務病友的過程中，希望協會發現許多病人及家屬的兩大共同問題是：「該做哪些運動？」及「要如何做運動？」所以，我們結合醫學與運動專家，製作讓病友在家就可以跟著做的運動光碟《希望樂活操》，讓病人即使在治療期也可以藉由運動樂活又健身。《希望樂活操》歡迎癌症病友和家屬向希望協會附回郵20元索取。

感謝莊國偉先生捐印本刊物，歡迎各界助印

癌症篩檢 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	透過醫療局遴選 乳房X光攝影醫院 (見醫療局網站)
	*40-44歲具乳癌家族史之高危族群			
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
	*拒絕抹片高危族群婦女	HPV自採服務		健康局提供符合名單，透過衛生局所提供HPV自採服務；HPV檢測結果陽性者，後續應接受抹片檢查。
口腔癌	30歲以上吸菸或嚼檳榔民眾	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

資料來源：行政院衛生署國民健康局

不讓癌友輕易放棄治療 癌症資源單一窗口 守護癌症家庭的第二雙手



28歲的卓先生陪同被診斷大腸癌的母親，經由一連串的檢查及與開刀、放療、化療的醫師，還有個管師一關關的安排治療計畫後，這麼短的時間要消化那麼多專業人員的話，上網查資訊卻也越看越迷惑……來到癌症資源單一窗口，衛教資料應有盡有，從大腸癌到化療、營養、營養、運動，甚至資訊正確的網站，還有講座資訊等，多元又詳盡提供卓先生一家做好未來治療的準備，也能排除與醫療人員溝通的障礙。

45歲的李先生剛診斷為口腔癌，在醫院個管師的引導服務下，了解即將接受的治療，但對經營早餐店的李家而言，家庭經濟的壓力卻如排山倒海而來，對於治療後外型改變不能再做生意，會不會說話不清楚，焦慮也不安……來到癌症資源單一窗口，服務人員提醒李先生勞健保權益、社會補助資源，同時也轉介醫院社工及民間團體的病友會，在第一時間，幫李先生一一處理了所需的資源。

37歲罹患乳癌3年的陳太太，定期追蹤時發現癌症復發，聽完醫師一連串的診療計畫後，茫然走出診間啜啜大哭不止……來到癌症資源單一窗口，一杯熱茶，一份支持，適時穩健陳太太面對困境的情緒！

像卓先生、李先生或陳太太這樣的案例，每天在全台各大醫院上演中。

從疑似癌症，到整個確定診斷、治療以及後續追蹤等過程，對於病人和家屬而言，都是一種身心靈的煎熬與負擔，如果在抗癌過程無法得到正確的資訊、即時的支持及適切資源，有可能造成病人或家屬極端的無助、失望，錯失黃金治療期，甚至選擇結束生命。

為排除癌症病人與家屬在診療過程中，可能面臨的就醫障礙，衛生署國民健康局於99年起補助全49家醫院辦理「癌症資源單一窗口」服務。參與的49家醫院在克服萬難下設立服務櫃檯，由專業人員提供病人、家屬面對診斷、治療、康復、復發或末期照護等，所需要的資訊、支持及資源，協助他們取得完善照護資訊、紓解不安與壓力，維持良好的生活品質，度過人生中的難關！

不分癌別，不分問題大小，癌人及家屬都可以透過癌症資源單一窗口，尋求協助！無論是癌症衛教資訊、情緒、心理輔導、假髮、康復用品、醫療輔具或是經濟資源的轉介等，癌症資源單一窗口服務人員在全台49家醫院為所有正在與病魔奮戰的癌症家庭提供全方位的服務，希望成為守護癌症家庭的第2雙手，給予癌症家庭資訊無缺、資源無限、永續支持的承諾，讓病人與家屬在抗癌路上可以勇敢前進而不孤單！

全台提供癌症資源單一窗口服務之49家醫院

基隆市	耕莘醫院	雲林縣	市立小港醫院
基隆長庚醫院 情人湖院區	桃園縣 林口長庚醫院	台大醫院附設雲林分院 (斗六院區)	高雄醫學大學 附設中和紀念醫院
臺北市	新竹市	嘉義市	高雄縣
市立仁愛醫院	衛生署新竹醫院	嘉義基督教醫院	高雄長庚醫院
台大醫院	新竹馬偕醫院	聖馬爾定醫院	義大醫院
三軍總醫院	臺中市	嘉義縣	屏東縣
臺北榮民醫院	台中榮民醫院	嘉義長庚醫院	屏東基督教醫院
國泰醫院	中山醫學大學附設醫院	慈濟醫院一大林分院	宜蘭縣 宜蘭醫院
台北馬偕醫院	中國醫藥大學附設醫院	臺南市	羅東博愛醫院
新光醫院	澄清醫院中港分院	台南市立醫院	花蓮縣 花蓮醫院
振興醫院	臺中縣	成大醫院	佛教慈濟綜合醫院
和信治癌中心醫院	衛生署豐原醫院	新樓醫院	門諾醫院
臺北醫學大學附設醫院	光田醫院	臺南縣	詳細地點及提供之服務 可至台灣癌症資源網 www.crm.org.tw 查詢。
市立萬芳醫院	善綜合醫院	奇美醫院柳營分院	
臺北縣	大里仁愛醫院	奇美醫院	
亞東醫院	彰化縣	高雄市	
台北慈濟醫院	秀傳醫院	高雄榮民醫院	
汐止國泰醫院	彰化基督教醫院	阮綜合醫院	

希望看相 連結希望請按這裡!

台灣癌症資源網： 癌症資源一指暢通

<http://www.crm.org.tw>



當得知罹患癌症的時候，是否覺得腦中一片空白？就如同站在人生十字路口不知道該往那裡去？這時候您最需要的就是癌症資源網(Cancer Resource Map)!

這是由國民健康局與癌症希望協會合作，為全台民眾打造的癌症資源平台，目的是讓癌症資源可以「快、易、適」的傳遞給有需要的人。

網站內的資訊與資源會不斷推陳出新，並保證永續支持，逛完後絕對獲益良多。

癌症資源網提供各類的癌症知識，從預防篩檢宣導、到就醫醫院、治療、康復，乃至安寧療護，皆有完善的相關資源。不論是初罹癌或治療期間的您，甚至是所有關心癌症的朋友，上癌症資源網不僅能找到需要的資訊，尋找知識時更有暢通無阻的感受！

希望花園

「腸保安康呷百二」 926再戰大腸癌!



布袋戲催檢大腸癌，真是別開生面的宣導方式!

原本預定9月19日舉辦的布袋戲演出和篩檢活動，本期待有保生大帝加持護體，最終仍不敵凡那比颱風襲擊，只好延期到9月26日。非常感謝地主大龍峒保安宮慷慨再借場地與主辦單位國民健康局的體諒，更感謝西田社基金會與全西園學中劇團、大同區健康中心力挺承辦單位的我們，才能在短短一周內再次整備、宣傳與動員成功!

皇天不負苦心人，老天爺還回賞了我們一個微風徐徐的大晴天!在希望協會副秘書長吳翠娥宣布活動起跑、大腸癌康復病友康姐呼籲全民拼健康後，鑼鼓響起，台上的孫悟空、豬八戒保護師父出發了，這次他們要去取的是一——大腸經!戲臺下高朋滿座，戲臺旁的民眾也爭相做免費的四大癌症篩檢和新陳代謝檢查。

由於50歲到69歲的民眾是大腸癌的好發族群，加上這個族群的朋友，廟口市集大樹下看布袋戲是共同的回憶，所以在國民健康局的支持下，希望

協會與西田社基金會共同合作推出了布袋戲「腸保安康呷百二」，透過別開生面的宣導方式告訴大家：大腸癌是可預防、可篩檢、可治療的疾病，而且早期發現治療率高；以及如何腸保安康，對抗來勢洶洶的癌症第一大腸癌!

散場前，為了加深觀眾的認知印象，我們還特別祭出有獎徵答，在主持人頻頻提示熱場下，大朋友小朋友都爭相舉手搶答，把康寧餐具組、毛巾包、水壺組、希望樂活操DVD等精美禮品25組通通都帶回去了!

記得活動前一天是星期五，為了催人氣，協會同仁在大同區健康中心協助下，打電話把保安宮附近里民call過來。果真，當天現場看到阿公阿婆相招、厝邊隔壁好朋友一同來看戲兼顧健康；加上眾多的保安宮香客與孔廟周邊遊客，都不時過來關注詢問，工作人員雖忙得不可開交，卻也因有機會走入社區、為民眾健康奉獻一份心力而感到振奮與充實。

好戲叫座總會落幕，做人一世在拼健康。所以，請記得天天多蔬果、勤運動，定期去做檢查(50歲到69歲的民眾，請記得利用政府提供兩年一次的免費糞便檢查)，預防大腸癌真的好方便呢!



康復六年的大腸癌病友會代表康姐(中)，呼籲大家別怕麻煩，定期做檢查!

政府提供免費四大癌症的現場人頭轟動，協會和大同區健康中心人員忙翻了、也樂翻了。

月圓慶中秋，送愛到病房!



左起，基隆長庚醫院情人湖院區程文俊院長、希望協會志工張鳳書與協理董事長、癌症中心主任王正旭醫師，同往病房關懷病友。

「每逢佳節倍思親」，癌症希望協會深刻瞭解癌症病房中正在與癌對抗的病友及家屬的辛苦及無法返家的遺憾，每年都會在重要節慶之時，帶著滿滿的關懷禮，送愛到病房，為的就是希望病友及家屬在抗癌路上不孤單以外，也能感受到溫暖的溫情，暫時忘卻病痛及壓力，而有再前進的力量。

再過幾天，就是一年一度月圓人團圓的中秋佳節，協會特地邀請長期關懷癌友的希望協會志工張鳳書，再次與我們於9月20日帶著滿滿的關懷禮，送愛到基隆長庚醫院情人湖院區的癌症病房，幫病友加油打氣並一起歡度中秋!

而為了讓病友與家屬也能感受中秋應景氣氛，長期默默關懷弱勢，參與公益的德利發食品有限公司，率先響應我們此次的病房關懷活動，主動提供我們150份以「月圓」為藍圖，象徵「月圓人團圓」，營養美味的布丁

塔，作為關懷禮，讓病友不僅能輕鬆享受甜品也能感受溫暖，讓其甜在嘴邊，暖在心裡。

每個病友在看到張鳳書本人親自到病房幫他們加油打氣，都不敢置信，開心的下床迎接鳳書，直誇鳳書：「你本人好漂亮、好苗條喔」，並爭相拿起手機要與「大明星」拍照留念，有的阿嬤甚至很興奮地緊握著鳳書的手，一直與鳳書話家常，遲遲捨不得放開，對於如此高人氣，鳳書感到既意外也開心。

張鳳書表示：「每次參與協會的病房關懷，總是讓她有很深的感受，不僅更重視身邊家人的健康以外，也認為自己能夠在工作之餘，盡一己微薄的力量，帶給病友歡樂，自己也感到無比開心。」她甚至鼓勵病友，只要配合醫師治療及保持愉快的心情，相信一定能戰勝病魔，並為自己帶來無限的希望!

癌症希望協會秘書長蘇連環亦表示：「抗癌這條路並不好走，無數個「加油」與「鼓勵」，都能讓癌友們累積奮戰的力量，協會誠摯邀請企業、藝人一起加入陪伴的行列，無論是捐贈物資或是探訪癌友，請大家和我們一起用愛與關懷，讓癌友在抗癌路上能更加勇敢，更加堅強!」



鳳書緊握著病友的手，給予支持打氣。

病友開心拿著關懷禮與鳳書合影。

好貼雜誌 淋巴癌防治宣導網 <http://www.08i.org.tw> 請隨時留意燒、腫、癢、汗、咳、瘦六大淋巴癌症狀。

【1001個希望夏令營系列一】

文/志工 宗德

他們是癌症家庭的小天使



【編按】癌症希望協會要給癌症家庭的小朋友不一樣的暑假回憶，特別設計「1001個希望—貫思斯諾的奇幻魔境兒童夏令營」，讓孩子們遠離平日的生活，透過參與協會的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其的影響；另一部分也讓孩子透過與同質性同伴互動，減少孩子的孤單感以增加被了解及支持的感受。本次這兩位撰文志工，參與的是7月27



至29日在高雄澄清湖活動中心舉辦的夏令營，底下是他們的觀察報導。

以前我參加過不少童軍活動，多半都是以紀律、合作為宗旨，這些活動可說是注重團隊表現而非心情分享，小隊與小隊之間常常只有競爭的關係。因此，在參加過無數次的團隊活動後，讓我對所謂的「團體」活動產生了刻板印象。不過，今年暑假參加過希望協會舉辦的夏

令營活動後，卻讓我對團體活動從此改觀。

我也是癌症病友的家屬，當一聽到有團隊性質的服務活動出現時，在好奇心的驅使下，我馬上就報名參加了。

和以往經歷的團隊活動較不同的是，這次夏令營活動較注重情緒表達方面，而且還有老師協助、引導學員，加上每個活動或是課程都有獨特的意義，因此跟著活動下來，我也學習到了很多。老實說，面對家人罹患癌症時，我也有不知所措的感覺。所以，藉由參加這次的夏令營活動，我才學會用合適的方法，發掘心中最隱密的感受，也不再畏懼「家人罹患癌症」的事實了。

我是護理系的學生，更必須具備與人間的關懷與溝通能力。老實說，在過去童軍活動的經驗裡，我們把規律規範套到每個小孩子身上，卻鮮少注意到每個孩子都是獨特的個體、有著不同的個性；結果，不但引發隊友間的摩擦，更讓孩子內心感到挫折。

希望協會的夏令營團隊活動則不一樣：所有的工作人員關懷每位學員，更期望為他們謀求最大福祉。這次也是我第一次實際和病友們的孩子溝通，我也更了解以孩子的觀點來看，癌症到底是什麼？對孩子造成什麼影響？這些真實經驗，不僅能供我在臨床探納、參考；甚至期望自己，能有機會為來自癌症家庭的可愛小天使們付出更多！

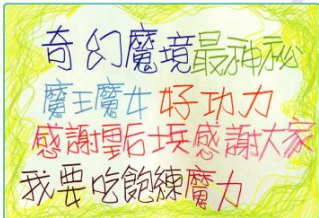
【1001個希望夏令營系列二】

文/志工 佩怡

見證樂觀與奉獻的團隊



這個暑假很高興能跟希望協會如此接近！在微妙的機緣之下，意外地成了協會的志工。過去的學習生涯裡，確實不乏志工的機會圍繞，但這卻是最不一樣的一次。我總認為志工是一種單純的奉獻，最期待的收穫就是受服務者的一句感謝，即使在服務貢獻的過程中有多麼的挫折和不悅；不過，希望協會的志工，卻給了我不同凡響的收穫及學習。不僅僅是在服務過程中對癌症家庭小朋友互動學習的觀察，連與各成員每天活動結束後的討論以及總結討論的互動，都給了我不一樣的領悟。



最讓我感到不一樣的，是兩位帶領老師不會給人嚴肅、僵化的感受，加上場地親切可人的布置，遊戲內容不會帶給小朋友乏悶感。姑且不談目標達成與否，在我看來，對小朋友來說這就是很棒的夏令營！在各個成員的協助及老師辛苦營造的氣氛之下，雖然成效因人而異，不過小朋友的學習速度是不容小覷的。最主要的還是後續的追蹤，協會成員們所用的苦心看得到、家長們也感受得到。最珍貴的是，工作人員能夠在整天的疲憊之後，仍不斷的探索、反省與尋求改進。雖然我總是默默的聽著，



兩位志工與營隊負責人—協會社服部主任智媛(右)。

沒有發言沒有回饋，可是，這樣的反省討論卻讓我深深地省思和學習。不論是在活動方面、成員間的互動與待人的態度：樂觀、親切、和善，是我與協會接觸時的感受。可以想見，在協會工作的氣氛是愉悅的，這股強烈的氣息連我都被感染了。

也許，這是我未來可以學習的工作態度。相信這樣的團隊工作，將可以為病人帶來更多親切、有愛心的服務，造福更多需要幫助的病人。

希望有聲

一億愛心無限大

威力彩中獎人捐助愛心，讓更多癌症家庭獲得幫助



社團法人中華民國癌症希望協會

● 收捐300萬元

● 共3,496人受志

● 服務區及服務時間詳見：服務區表

HOPE

今年6月17日，一位曾經失業兩年的中年婦女，獨得威力彩獎金共計4.9億元，她曾發願如果中頭彩，除了要開公司讓更多人生活安定外，還要捐大金額做公益，因此，領獎時慷慨地捐出一億元善款。這雖然是公益彩券史上第二高的單筆捐款，不過卻是受贈單位最多的一次。

這次，協會很榮幸地在19個受贈團體中，獲得中獎人愛心捐款的幫助，我們除了將這份愛心作為「癌症家庭康復計劃服務」服務經費，服務近4000位癌友外，當然也希望社會大眾能接棒，讓這份愛心一直傳遞，「幫助一位癌友、等於幫助一個家庭」，希望更多人加入希望禮子的行列，與我們一起讓更多癌症家庭能在病友罹難後獲得適時、適切與適當的服務，並能積極治療、邁向康復。

癌症希望協會僅代表全台37萬個癌症家庭向這位默默行善的捐款人說：謝謝您！因為您的愛，我們一定會更勇敢！更堅強！與癌奮戰，永不放棄！

支持我們 請至全台 7-11 ibon 便利生活站、萊爾富超商 HiLife Life et 機器列印捐款單據，並透過各門市代收捐款。

希望情願網

我得了癌症，醫生叫我做化學治療但是我還猶豫不決，因為聽說化學治療會引起很嚴重的嘔吐及噁心這是不是真的？

癌症病人治療方式包括有手術、化療、放療及標靶藥物，但是有不少病人往往會因為化療時有噁心、嘔吐等副作用而放棄治療；自今年6月起，已有長效型化療止吐藥獲得健保給付，只需在化療前主治醫師依病人使用之化療藥物選擇適當之止吐劑，即可有效降低化療期間之噁心嘔吐，大幅改善癌友之生活品質。

止吐劑依其作用機轉不同可分為以下幾類：

Table with 4 columns: 分類, 止吐藥物, 健保規範, 常見副作用. Rows include 血清(5-HT3)拮抗劑, 神經性NK-1拮抗劑, 皮質類固醇, 安眠藥, 多巴胺拮抗劑.

化學藥物依其致吐性可分為高致吐性、中致吐性及低致吐性三大類，某些新型止吐劑其健保條件僅給付於高致吐性或中致吐性化學藥物使用；建議病人於化療前可以先知您所要使用的化學藥物後，再與醫師討論使用適合的止吐劑，再針對個人的體質及經濟條件做選擇，以期將噁心嘔吐的情形降至最低，也才能夠順利的協助完成治療。

除了藥物的治療之外，良好的精神支持也是減輕病人噁心嘔吐的方法。例如來自家庭的關懷和病友團體的支持與經驗分享，都可以舒緩病人緊張的情緒，達到有效減少噁心嘔吐的方法。

癌症希望協會內具有專業的腫瘤科護理師、社工師及營養師，可提供癌症病人治療過程中之疾病諮詢、衛教資料提供及康復用品(如假髮、頭巾)免費服務，期待每一位病友都能透過協會的服務，可以更放心、更有信心的接受治療並順利的完成治療。

營養補給班

【安心吃蔬菜】系列一 安全選購蔬菜小撇步

重視健康飲食，每天食用足量的蔬菜，是每位癌症病友的基本功課。蔬菜最好是產地採採、未經加工處理。新鮮的蔬菜可以帶給我們更多的活力，但是，新鮮的食物並不代表沒有風險...

至於購買蔬菜汁時，要注意包裝上是否有高溫殺菌的標示，如果找不到這個標示，就有可能買到受污染原料所榨成的蔬菜汁。

提到要多吃蔬菜，病友們往往最擔心的，就是農藥殘留的問題。國家規定的農藥殘留安全容許量標準，是以無毒營養素為計算基準。通常，農藥噴灑幾天後，會被植物的酵素或日光分解；所以，農民只要依規定噴灑、使用及收成，農藥殘留量是不會超過安全標準，也不會對人體造成危害。

切記，要選購當季盛產的蔬菜。不合時令或提早上市的蔬菜，不僅價格昂貴，殘留的農藥也偏高。在不合宜的環境氣候下，往往需要使用大量的農藥使蔬菜生長良好，因此農藥殘留過量的危險性將會跟著提高。

關於對蔬菜農藥殘留及清洗的問題，建議您可參考行政院農業發展委員會委託台灣癌症基金會出版的《蔬果的農藥殘留與清洗》。

雖然我們不能控制蔬菜的種植、加工、運輸到上架的過程，但我們能儘量到信譽良好的商店購買安全的蔬菜，並且謹記以上的選購小撇步，這樣就能安心食用蔬菜了。

希望學名: Palonosetron 商品名: Aloxi 嘔立舒

一般認為化學治療藥物會促使小腸的嗜鉻細胞釋放5-HT3，接著活化在迷走神經傳入神經的5-HT3受體，啟動嘔吐反射而導致噁心與嘔吐。嘔立舒為新一代5-HT3受體拮抗劑，核准用於預防化學治療引起之急性及延遲性噁心與嘔吐。此藥半衰期約40小時，較其他5-HT3受體拮抗劑(約3~8小時)長，因此作用時間較長。

給藥途徑與劑量 在開始化學治療前約30分鐘，靜脈注射，投予單一劑量0.25mg(1支)。

副作用 不良反應通常輕微，常見副作用為頭痛及便秘等。

適應症及健保給付規定 於中、高致吐性化學治療前使用，健保自2010/05/01起開始健保給付。至於您使用的化學治療藥物，是屬於中致吐性或高致吐性藥物，請洽主治醫師尋求進一步的協助。



病友俱樂部

有趣的太極人生

文/社工 怡秀



■打擊淋巴癌有哪些新武器？大家舉手熱情分享！

九月十五日是世界淋巴癌日。希望協會在每年的九月，都會舉辦淋巴癌學習營及相關的宣導活動，不僅讓正與淋巴癌抗戰的夥伴們更了解相關的治療與照顧訊息外，也希望透過宣導，讓大眾認識淋巴癌及隨時注意自己的健康狀況。

我，不是病友，但參加淋巴癌學習營四次(哇，因為我是工作人員啦)！每年的這時候，都會看到新的夥伴們因為正在抗戰，而來尋找抗戰的武器，也會遇到老戰友來了解有何新的武器，並熱情的提供情報給抗戰中的夥伴。大家原本彼此都不認識，但透過這樣的方式讓彼此有了連結。

在這次的學習營中，「08號」俱樂部的會長北辰，也到場為夥伴們加油、鼓勵。

他在分享時提到一個有趣的觀點：「人生就像一個

有黑有白的太極圖，黑中有白點，白中有黑點。就好像我們原本都是快樂的過生活，誰知一場疾病就把人生變黑了。但在這黑暗的過程中，我們似乎又發現了一道曙光，引領著我們在光明處前進。只要我們懂得調整自己的態度與心情，相信我們的生活最終還是能回到平衡的。」

其實，人生好像真的是如此。一路走來，也許平順，卻不快樂；或者路上顛簸、崎嶇不平，可充滿了挑戰與動力。也因為不斷的刺激，讓我們更加感到生命的力量與可貴，更懂得珍惜所擁有的一切。我想，生命就是需要一直的調整腳步，最終總會找出適合自己的步伐。

希望下午茶

文/社工 依凌



■「大羅經」的夥伴們彼此都是厚實的依靠。

八月二十八日早上的還沒9點，就有人敲了希望協會的門。我探頭一看，原來是我們的「大羅經」俱樂部會長桃子姐。這天是幹部會議與下午茶聚會的日子，桃子姐告訴我，她很早就到了，還附近繞了一圈又回來。

接下來，又是一堆很溫暖的關心與嘮嘮叨叨的關懷，我聽著感動又湧上心頭，心裡想著：到底是怎樣的心情，讓這群人可以不求回報、如此付出他們的熱情、溫暖與時間？我想，沒有經歷過的人，真的很難感同身受吧。

隨後不久，月貞姊與徐伯伯、俊男與美女老婆、還有住在桃園的玉霜姊也陸續到來。這幾位幹部比其他參加下午茶聚會的朋友們都早到，為了能夠提供更好的關懷給病友們，他們花更多的時間討論平常的關係進行，包含需要持續關懷的成員有那些、關懷的方式是否可以有更進步的地方等。大家都是不求回報的付出者，也不會因為沒有任何津貼而改變對其他成員關懷的心。每每與這些幹部們聯繫時，我也發現，除了病友會的成員外，只要有需要協助的大腸癌病人，他們同樣很願意付出關心與溫暖。我想，透過關懷，他們的所獲一定不是金錢能衡量的！

時間總是過得很快，一下子就到了下午茶時間！其他的會員也陸續抵達，雖然人數不多但很開心，不管是疾病的話題也好、營養的話題也好，在一旁的工作人員似乎已經聽不上話啦！

有一位很擔心身體狀況、常常無法入睡的女成員，與大家見面後，臉部表情也漸漸放鬆了。平日看起來很MAN、但其實很關心她的老公，來這裡有人同理後，也感受到自己的努力；也因為跟其他病友及家屬分享經驗而獲得支持。待茶聚結束後，也開心滿足的回家囉。

雖說沒有精緻的料理或茶點，但是，茶聚間彼此支持的情感才是「無價」的收穫吧！

希望有愛

化療期的晚餐：燕麥飯+櫻花蝦高麗菜+四君子湯

圖文取材自原水文化出版《癌症飲食全書》



一、燕麥飯

改善體質，增加體力，防癌抗癌

材料：胚芽米1/2量米杯(約80公克)、燕麥片20公克、胡蘿蔔10公克、青豆仁10公克

調味料：鹽1/2小匙、醬油1/2小匙

作法：

1. 胚芽米洗淨後，泡水2小時；燕麥片洗淨備用。
2. 胡蘿蔔洗淨去皮切0.5公分的小丁狀；青豆仁洗淨；把兩者一同放入熱水中煮燙，撈起瀝乾水分。
3. 把胚芽米和燕麥片放入電鍋內，加水略蓋過米面約0.3公分，並在外鍋加1杯水，煮至開關跳起。
4. 把胡蘿蔔丁、青豆仁、鹽及醬油拌入煮好的飯內，攪拌均勻，即可食用。

燕麥飯的希望叮嚀

- 胚芽米含優質蛋白質、維生素E、纖維質及亞油酸，可增進腸胃的功能。
- 燕麥含豐富的植酸，屬於抗氧化物，可抑制結腸癌細胞的擴散和強化免疫系統。
- 青豆仁含豐富維生素C、β-胡蘿蔔素、鐵質及蛋白質，纖維質含量又高，此外，它還可促進腸道排毒，降低膽固醇。
- 胚芽米較糙米好消化吸收，所含維生素B1、E，是精米的2倍，非常適合化療期間體質虛弱的人食用。
- 容易產生脹氣的人，不要加青豆仁。



二、櫻花蝦高麗菜

增進食慾，促進消化，補充體力，防癌抗癌

材料：高麗菜(或甘藍菜) 200公克、櫻花蝦10公克、蒜頭2~3粒(約10公克)

調味料：橄欖油5cc、鹽1/2小匙

作法：

1. 高麗菜洗淨後，用手製成2~3公分大小的片狀。
2. 櫻花蝦洗淨，泡水10分鐘後即撈起；蒜頭洗淨剝去外皮，拍碎。

3. 炒鍋加油燒熱後，放入蒜頭爆香，再加入櫻花蝦炒出香味，最後放入高麗菜，加1大匙水，翻炒至葉片熟軟，加鹽調味，即可食用。

櫻花蝦高麗菜的希望叮嚀

- 高麗菜屬十字花科蔬菜，含多種抗癌成分，抗癌力在所有蔬菜中排名第五。其所含蘿蔔硫素抗癌效力最強，可刺激細胞產生解毒物，對抗致癌物。另外，所含吲哚和異硫氰酸鹽，能阻斷並抑制癌的形成，並能抑制黃麴毒素的致癌作用。高麗菜同時含多種氨基酸、胡蘿蔔素、維生素C、鉀及鈣，都具有抗癌力和提高免疫力的效用。

- 櫻花蝦殼內所含的甲殼素，可增加免疫力，促進體內有毒物的排出。
- 生吃高麗菜可得到充分的抗癌作用，所以建議採短時間快速烹調的方式，如快炒、汆燙，可保留較多營養素；高麗菜含有鉻，可調節血糖和血脂，糖尿病人不妨多吃。



三、四君子湯

健脾和胃，增加體力，提高免疫力

材料：仿土雞腿1/2支(約150公克)、紅棗8粒、黨蔘3錢、茯苓3錢、白朮3錢、甘草1錢、鹽1/2小匙

作法：

1. 雞腿洗淨後，剝切成3公分大小的塊狀，放入熱水中煮燙，撈起以清水沖洗去血水和油污。
2. 將所有藥材清水略洗一下，和雞腿一起放入電鍋內，內鍋加3杯水，外鍋加1.5杯水，煮至開關跳起，加鹽調味，即可食用。

四君子湯的希望叮嚀

- 四君子材料有黨蔘、茯苓、白朮、甘草及紅棗。黨蔘，具有溫補氣血和鎮靜安神的作用，同時能幫助提昇白血球；白朮和茯苓可健脾和胃，並幫助消化；紅棗，可升高白血球鎮靜安神的效果，溫補氣血；甘草，則含有甘草甜素，可誘生干擾素，抗病毒、抗腫瘤，增強免疫力。
- 四君子湯適用於脾胃氣虛、嘔吐瀉瀉、消化不良、食慾不振、全身倦怠、面色蒼白症狀；不妨可多煮些份量，如果食慾不振時，就多喝些藥湯補充能量。
- 化療期間出現白血球不足、氣虛體弱的情況，可燉煮此湯來滋補調養，增加體力。

營養分析(一人份量)

營養成分	熱量(大卡)	蛋白質(公克)	脂肪(公克)	醣類(公克)
燕麥飯	273	7.5	3.3	53
櫻花蝦高麗菜	115	8.2	6	9
四君子湯	265	30	4	26

活動看板

大腸癌病友學習營—治療新趨勢

對象：大腸癌病患與家屬

主題：大腸癌的治療新趨勢與自我照護

台北場次

時間：99年10月16日(六) 9:30-12:00

講師：葉坤輝醫師/台大醫院腫瘤醫學部化學治療科主任

地點：台大東福館(台北市公園路15-2號1樓)

請先報名，洽詢電話：02-33226286 轉 29

台中場次

時間：99年10月23日(六) 9:30-12:00

地點：台中維他露基金會館(台中市雙十路一段123號)

講師：陳周斌醫師/台中榮總大腸直腸外科主治醫師

請先報名，洽詢電話：07-3701309 轉 10

攝護腺癌病友學習營—治療新趨勢

高雄場次

時間：99年10月9日(六) 9:00-12:00

對象：攝護腺癌病患與家屬

主題：攝護腺癌的治療新趨勢

講師：黃志彬醫師/高雄小港醫院泌尿科主任、高雄泌尿科副教授

黃志彬醫師/高雄放射腫瘤科主治醫師

地點：三洋維士比集團教育基金會古道教室

(高雄市苓雅區中正路175號31樓)

請先報名，洽詢電話：07-3701309轉12

甲狀腺癌病友學習營—治療新趨勢

時間：99年11月06日(六) 9:30-12:00

對象：甲狀腺癌病患與家屬

主題：甲狀腺癌的治療新趨勢與營養照護

地點：NGO會館(台北市青島東路8號)

講師：林仁復醫師/林口長庚新陳代謝科主治醫師

請先報名，洽詢電話：02-33226286 轉 29

美國守護班—治療期間的皮膚照護及基礎彩妝

時間：99年11月27日(六) 10:00-12:00

對象：癌病患及家屬

主題：治療期的皮膚照護及彩妝

講師：專業彩妝師

地點：癌症希望協會(台北市中正區臨沂街3巷5號)

請先報名，洽詢電話：02-33226286 轉 31

希望有愛



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，許多癌友因無法適應，甚至會有萌生放棄的意念。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，幫助癌友走過生命低潮，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個月或單筆捐款500元以上，即可將幸福小熊(尺寸：10公分×5公分)一對帶回家。

填妥以下表格後，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。

「愛心滿百、美麗再現」活動一捐款單(可影印放大填寫)

姓名 _____ 電話(手機) _____

地址 _____

e-mail _____

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。(為填款者存摺抬頭請註明)

※假髮製作經費為每頂4000元，頭巾製作經費為每件1500元。

信用卡號：□□□□-□□□□-□□□□-□□□□

有效期限：自 _____ 年 _____ 月 _____ 日起至 _____ 年 _____ 月 _____ 日止

卡號：□VISA □MASTER 身分證字號：_____

持卡人姓名：_____ (與信用卡背簽名)

給款： 同捐款人姓名 其他：_____

地址： 同捐款人姓名 其他：_____

收據寄送方式： 年度寄或 按月寄送，免費掛號 請寄給我 請勿寄給我

※凡捐款滿500元，即可贈送幸福小熊一對(尺寸：10×5公分)。

希望有愛

10元也可以做愛心！ 親信王「宅公益」，邀請您用最底價把SONY數位單眼相機NEX5帶回家！



即日起至11月7日止，只要至親信王(<http://www.saja.com.tw/>)點選「宅公益」，參與競標，就有機會把SONY最新款數位單眼相機NEX5帶回家，讓您在家可以開心購物，也能輕鬆做公益。歡迎大家把握良機，一起做愛心，享好康！

※活動所得全數作為癌症希望協會—癌症家庭康復計畫服務之用。

希望希望

希望在這裡 遇見你與我一起 把溫暖送出去

希望在這裡部落格 <http://blog.sina.com.tw/hopeishere/>



隨著罹癌年齡逐年降低，罹癌的病友大多為家中經濟支柱，一旦罹診，就必須面對人生許多的選擇與考驗，無論是家中生計、治療費用、治療所產生的副作用、孩子的學業……等，都有可能讓癌友拒絕治療，並影響治療的成效。

心無旁騖、無後顧之憂才能積極治療

為了解助癌症家庭順利走過抗癌路，「癌症家庭康復計畫」提供癌症病友與家屬全方位的服務，無論是假髮、頭巾、義乳等康復用品的提供，音樂、藝術、夏令營、親子營等團體課程的舉辦，癌症家庭子女獎助學金、音樂會、病房關懷等，都是希望為癌友排解抗癌路上的阻礙，使其能無後顧之憂的積極治療。

幫助一位癌友，等於幫助一個家庭

癌症家庭康復計畫服務開辦至今，已服務142,768人次，今年更將服務超過157,768人次；我們相信「幫助一個癌友，等於幫助一個家庭」，因此，為了幫助全台灣37萬的癌症家庭都能順利走過抗癌路，癌症希望協會〈希望在這裡〉邀請您與我們一起，匯集數以千計的鼓勵與加油，讓癌友在抗癌路上，擁有奮戰的力量，也希望您與我們共同募集150萬癌症家庭康復計畫服務經費，讓更多癌友能獲得幫助。



● 至癌症病房關懷病友

● 諮詢服務



● 康復用品服務



● 癌症家庭子女夏令營

您可以參與 一份愛心，傳遞雙倍希望~ 把愛送進癌症病房



凡捐款500元起，除了可以將可愛duma帶回家，我們還幫你將愛送至癌症病房，給予正在接受治療的癌友更多支持！歡迎認真關懷，讓病房內充滿必勝的希望！

英雄 duma

*15x26公分

- (1) 捐款滿1,000元起，除了自己擁有1個英雄duma外，我們也將幫你送2個必勝duma給癌友！
- (2) 捐款滿25,000元以上(含)，除擁有25個英雄duma外，我們可為你製作必勝duma的包裝袋專屬貼紙送到癌症病房！

必勝 duma

*8x12公分

捐款滿500元起，除了擁有1個必勝duma外，我們也將幫你送1個必勝duma給癌友！

您可以加入 與癌奮戰，缺你不可—抗癌大會師

與癌奮戰，不分你我！邀請你綁上紫色布條，用最大的聲音，讓癌症病魔知道，我們會奮戰到底，誓不罷休！歡迎癌友、家屬與社會大眾踴躍參加！

時間：11月14日 13:00~17:00

地點：台北新光三越香榭大道廣場

活動洽詢：(02) 3322-6286 分機 28 李小姐



愛心回覆單 *可自放大填寫

單位名稱	電話
聯絡人姓名	行動電話
E-mail	傳真
捐贈收據抬頭	
通訊地址	
贈送地址	
同通訊地址	

愛心項目 (請勾選並詳細填寫)

項目	說明	數量	金額	備註
必勝 duma	500元/個			捐款滿500元起，除了擁有1個必勝duma外，我們也將幫你送1個必勝duma給癌友！
英雄 duma	1,000元/個			捐款滿1,000元起，除了擁有1個英雄duma外，我們也將幫你送2個必勝duma給癌友！
認養關懷禮				捐款25,000元以上者，我們可為你製作必勝duma的包裝袋專屬貼紙送到癌症病房！

捐款方式

銀行匯款 或 ATM轉帳
 支票抬頭請寫：中華民國癌症希望協會
 帳號：005-09017706
 戶名：社團法人中華民國癌症希望協會

郵政劃撥
 戶名：社團法人中華民國癌症希望協會
 帳號：19665036

信用卡授權
 請電洽或逕行上希望協會網站下載www.ecancer.org.tw

你從何處獲得活動訊息

活動文宣 (DM) 廣告 網路
 其他 (請註明)

備註

1. 愛心回覆單填寫後請傳真並來電確認，傳真 (02) 3322-1719，電話 (02) 3322-6286 分機 28 李小姐或李小姐。
 2. 銀行匯款或ATM轉帳者，請於匯款/轉帳後傳真至協會。
 3. 郵政劃撥收據將於捐款成功後一週內寄出。
 4. 活動收入將全數作為癌症希望協會「癌症家庭康復計畫」服務經費，包含製作假髮、頭巾、義乳等康復用品、團體教育課程、成長團體等心理支持課程及濟寒癌症家庭子女獎助學金等經濟的協助。

敬啟 希望協會的朋友們大家好！不論是您的捐款或愛心物資，我們滿懷感恩的收到了。為了募集癌症家庭康復計畫服務經費，為了這福更多亟需服務的癌友，希望會刊的版面做了調整。如果您要查詢 2010 年 7 月、8 月捐款 (物) 人名單，請連結希望協會網站首頁，點選「捐款徵信」後，進入「愛心芳名錄」網頁查詢。感謝您，也請繼續支持希望協會！

希望小站

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 ● 週一至週五：9:00~18:00 ● 週六：9:00~13:00 (台北服務中心每月第二及第四週)

全國免費諮詢專線
0809-010580 (週一至週五)

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
 高雄服務中心 電話：(07) 370-1309 83341高雄縣鳥松鄉本館路443巷16號

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

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 (請將本表剪下寄回：郵寄)

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"/> 按月寄發 <input type="checkbox"/> 年度彙報一次寄發 (將於隔年3月起陸續寄發)

● 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分機26 林小姐

希望看報

最後的幸福時光——安寧療護

「你一定想不到，這裡總是嘸嘸啾啾的」
在選擇安寧療護，更正面的看待我們的生命後
我們更開闊了
什麼都可以談，什麼也都沒啥大不了的
存在的幸福感，大概就是這樣吧。
很多病友不知道，其實自己是可以選擇安寧療護的
安寧療護不是放棄治療，而是用更積極、更人性的方式
面對自己並接受生命的必然旅程。
用最適切生命階段的方式來思考對身、心、靈的安頓
安寧療護
是真實存在時的寧靜。
回憶自己十八歲時的青澀與現在八十一歲的蒼蒼白髮
現在我想
來過這個世界才是重要的。

今天，我們分享了年輕時的照片

請依照黑色虛線所標示位置剪開使用，謝謝。

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單		◎本收據由電腦印錄，寄款人請勿填寫。	
收據號碼	19665036	郵政劃撥儲金存款收據	
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	收據金額	電腦記錄
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	寄款人 姓名 電話	存款金額	郵政局收據
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	通訊處 電話	郵政局收據	郵政局收據

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

寄款人注意事項

- 帳號、戶名及寄款人姓名、金額請詳詳細填寫，以免差錯。依付款條之存款，請於交換前一天存入。
- 每筆存款至少需在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 本存款單不得結貼或附寄任何文件。
- 本存款金額經郵局電腦印錄後，不得申請退回。
- 本存款單若供電腦影像處理，請以正楷工書書寫並請勿折疊。帳戶如屬自印存款單，各欄文字及印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。
- 本存款單號碼與金額欄請以阿拉伯數字填寫。
- 八欄戶本人在「存款用」所在直轄市或縣(市)以外之行郵區域存款，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 託收匯款存款

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。
- 如欲查詢存款人帳戶詳情，請將副本收據及已填註之金額函立存款收執聯辦理。
- 本收據各項金額、數字係機器印錄，如非機器列印或經塗改或偽造收據均屬收執聯無效。