



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。

## 《董監事》

董事長：王正旭  
 董事：成佳寧、林志炫、林青蓉、洪志宏、侯明鋒、席慕蓉、彭佳慧、靳秀麗、楊岳虎、陳志毅、陳俊宏、陳啟明、謝政毅、簡呂明月

監察人：唐祖慈、莊國偉、曹朝榮、黃少華、潘純嫻

## 《執行團隊》

執行長：蘇連環  
 副執行長：吳翠娥、李素媛  
 行政財會部：林麗姿、李郁萱  
 公共事務部：王秀米、李惠娟、郭櫻棹、王品人  
 病友服務部：許怡敏、吳智媛、江依凌、周雯婷、陳雅萍、陳士蓮、鍾岱容、余榮勳、邱容月

研究發展部：呂嘉玲、戚繼玲、林可堉、陳立群

執行單位：財團法人癌症希望基金會

法律顧問：莊國偉

美術編輯：美果有限公司

會址：10058台北市中正區八德路一段46號5樓

電話：02-3322-6287，傳真：02-3322-1719

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】

## 特別企畫

- 1版 全程治療・全程守護
- 2版 HOPE久久 希望九九
- 3版 董事成員介紹
- 4版 伙伴的話

## 本期焦點

- 5版 活動花絮— 100年度1001個希望系列活動
- 6版 營養補給班— 恢復期~康復期癌友之健康素食飲食建議原則
- 7版 活動看板— 第4屆「彩繪希望」繪畫比賽11月起跑囉！
- 8版 活動看板— 病友學習營



## 特別企畫

## 全程治療・全程守護

## 面對淋巴癌五大策略

每年9月15日為世界淋巴癌日，癌症希望基金會2011年以「全程治療・全程守護」為推廣觀念，與羅氏大藥廠再度攜手合作，於台大校友會館舉辦分享活動，邀請近百位淋巴癌病友齊聚，除了了解疾病治療趨勢與病友經驗交流外，也呼籲大眾面對淋巴癌切記五大策略：

1. 要冷靜  
 確診勿慌不亂  
 及早就醫

2. 要理性  
 信賴醫師，並在  
 好的醫病溝通下  
 配合治療

3. 要知新  
 收集資料  
 做功課  
 掌握治療新知

4. 要全程  
 治療必須  
 全程不中斷

5. 要全力  
 全家動員  
 給予支持



燒



突發性無法解釋  
 的發燒

腫



脖子、腋窩處或  
 鼠蹊部出現無痛感  
 的異常隆起腫塊

癢



持續性全身發癢

汗



夜間不正常排汗

咳



喘不過氣或是咳嗽

瘦



體重變輕瘦  
 並感覺疲倦



同時特別邀請「BOBEE GIRLS」團體，於現場帶領大家跳保庇舞，也首度走上街頭宣導，呼籲大眾，必須謹記「燒、腫、癢、汗、咳、瘦」6字訣，即發燒；頸脖、腋下、鼠蹊部有腫塊；全身發癢；盜汗；乾咳；體重暴瘦等6大合併症狀，就有可能是罹患淋巴癌。

淋巴癌近十年罹患人數成長21%，依據國民健康局97年度癌症登記報告，該年新增淋巴瘤病人數為2,088人，淋巴癌與其他癌症不同的是，疾病完全治癒的機率很高。

淋巴癌的病理分類複雜，為了使更多淋巴癌病友更加了解自己的身分類別，並完善接受所有的治療，癌症希望基金會製作全球第一部淋巴癌動畫，以簡易清楚的說明及活潑逗趣的畫風，讓病友更加清楚明白自己疾病類型辨識，以達全程治療、全程守護之最終目標，邁向康復之路。

更多淋巴癌資訊及動畫請至08愛照護網 [www.08i.org.tw](http://www.08i.org.tw)  
 或電洽 0809-010-580

# HOPE久久 希望九九

HOPE  
10th Anniversary



## 希望手鼓樂團

無限的歡樂活力和氣勢磅礴的鼓聲及整齊的步伐上台懾服全場



## 十全十美獎

HOPE一路走來十年，華齡姊無怨無悔地陪伴我們從不缺席的，服務年資十年，長期貢獻她的專長，協助HOPE捐款系統的建立，並參與及支援各項活動，是HOPE最資深的全勤志工喔！非常感謝華齡姊對我們的愛護及相挺！



## 希望手鼓樂團

每一位成員露出自信的微笑，充滿的歡樂及極富生命力的氣息。



## 五度五關獎

在基金會貢獻了五年以上的志工們，讓我們謝謝年資五年的麗芳姊、寶玉姊、愛桂姊、秀雲姊；服務六年的婷婷姊及秀香姊；最後服務九年的簡媽！感謝大家對基金會支持及幫忙。



## 文武雙全獎

顧名思義，是擁有特殊藝能的志工們一直以來對基金會的付出，非常感謝萬能高手妍宏姊、最佳心靈導師玉桂姐、唱作才女明珠姊、台灣鼓后馨慧老師以及大內武林高手蔡大哥。



2011年，HOPE 10歲了，為了感謝與慶祝大家一路上的陪伴與支持，100年9月9日我們特別舉辦了「看見希望 因為有您」10年感恩募款餐會，以象徵長長久久的這一天，邀請眾多好友、支持者及志工們一起參與此盛會。

一開場，就由歷經5個多月密集訓練的「希望手鼓樂團」揭開序幕，12位病人及家屬從4月起就展開密集訓練，由於手鼓必須利用繁複的手與手指技巧，這可是讓團員吃足苦頭，不過晚會一開場，氣勢磅礴的鼓聲及整齊的步伐上台懾服全場，每一位成員露出自信的微笑，充滿的歡樂及極富生命力的氣息，不說絕對不會有人認為她們是病友，無限的歡樂活力感染全場；緊接著我們也在會場表揚與感謝一路陪伴著我們的志工們，因為他們以一雙雙強健的臂膀支持著我們，並鼓勵及支持病友們，更是我們的好夥伴。

除了當天到場的受獎的志工們，也有當天不克出席，包括裁縫班創意總監冠英姊、手作達人玫珍姊、病房小太陽翠雲姊、最佳裁縫手文鶯姊、最可愛認真的康媽，都是我們受獎的志工喔！

最後，感謝與我們有共同信念的好友及支持者特別撥空從台灣各地趕來祝福，「癌症希望基金會」秉持服務信念，我們會繼續以更大的能量協助罹癌病人邁向康復，更將努力推動政策改革，讓病友無論在哪裡都將獲得妥善的照顧。

Hope十周年 大家的支持就是我們的原動力！

## 馨慧老師對大家說的話



音樂，是讓人快樂的種子，特別是現代人生活緊張、忙碌，快樂尤其顯得那麼可貴。手鼓，這個世界上最古老的樂器之一，它的發展已超過千年以上，同時也具有深遠的歷史背景及人文涵養。在手鼓音樂的世界中，快樂不需要太多的文字就可以彼此感染，學習是沒有年齡、過去和地域的特徵。兩手在鼓面上跳躍、舞動，時而輕快，時而寂靜，時而深沉。

在此，我將特別感謝HOPE連環及所有參予手鼓課程的學員與志工，因為妳們得以讓這一切更加順利圓滿，每雙周的相聚總是有很多的笑聲伴著鼓聲，妳們每一位認真的態度深深感染彼此，其實我從妳們身上教學相長，收穫與學習更多，謝謝妳們，我愛妳們！

特別企劃

# 董事成員介紹

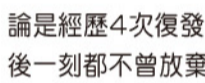


協會邁向十周年並正式轉型為基金會，依然秉持著我們對於病人及家屬的重視，除了感謝大家一路上的支持及愛護，也感謝有一群跟我們有相同理念無論是專業人士、社會人士或是病友家屬願意繼續支持我們！未來，我們將與所有董監事們一起攜手締造更完善的服務，讓更多癌友們得到最完善的照護！

財團法人癌症希望基金會第一屆董監事名單		
職稱	名字	現職
董事長	王正旭	基隆長庚醫院情人湖院區癌症中心主任
董事	成佳憲	台大醫院放射腫瘤科主任
董事	林志炫	炫音音樂有限公司負責人
董事	林青蓉	青楚整合行銷有限公司負責人
董事	洪志宏	林口長庚醫學中心癌症中心主任
董事	侯明鋒	高雄醫學大學附設中和紀念醫院副院長
董事	席慕蓉	作家/畫家
董事	彭佳慧	專業歌手
董事	靳秀麗	大愛電視台節目部經理
董事	楊岳虎	璞園建築團隊董事長
董事	陳志毅	中國醫藥大學附設醫院癌症中心院長
董事	陳俊宏	元富證券股份有限公司董事長
董事	陳啟明	和信治癌中心醫院副院長
董事	謝政毅	台北醫學大學附設醫院血液腫瘤科主治醫師
董事	簡呂明月	社會公益人士
監察人	唐祖慈	國際醫療服務顧問暨在職訓練講師
監察人	莊國偉	協合國際法律事務所律師
監察人	曹朝榮	奇美醫院柳營分院榮譽院長
監察人	黃少華	財團法人交大思源基金會董事長
監察人	潘純媚	高雄市立大同醫院護理部主任

活動花絮

## 癌症關懷宣導 希望在路上一4位癌症病友的生命故事 勇敢出發，感動落幕！



抗癌的路上，只有經歷過的人才知道，從被宣判罹患癌症，到診斷、治療，對病人和家屬而言，都是身心靈的煎熬與負擔，若沒有適時排解，病友就有可能中斷或放棄治療，影響康復的機會。因此，為幫助癌症家庭走出生命低潮，癌症希望基金會特別耗時8個月，完成「希望在路上」紀錄片，並走遍北中南，歷經1個月的巡迴放映與座談，除了希望透過影片中主角充滿勇氣、發自內心的生命告白與真實人生，給予更多癌友與家屬鼓勵與支持的力量外，更分享給醫療人員或是即將成為醫療團隊的學子等癌症服務的夥伴們，一起經歷劇中主角抗癌的艱辛與心情轉折，無論是經歷4次復發的永圳、21歲就因為罹癌而失去生育能力的人潔、因為癌症改變他人生規劃的北辰，或是直到最後一刻都不曾放棄的慧雙，希望透過這堂沒有教科書的課，讓大家學習面對的勇氣，讓更多人走在希望的路上。

現在，就讓我們再度透過影像，回顧充滿勇敢與感動的希望旅程……

### 8月26日在台北喜滿客京華影城揭開序幕



■ 中華民國副總統蕭萬長也特別蒞臨會場，分享面對癌症的豁達。  
■ 行政院衛生署國民健康局副局長趙坤郁感動出席，為所有抗癌路上的朋友打氣！  
■ 首映會場星光閃閃，首先請董事長王正旭醫師代表癌症希望基金會致詞。  
■ (左起) 製作人齊怡及導演劉佩怡於會場分享紀錄片拍攝與時間費跑的歷程與經過。  
■ 蕭萬長副總統給劇中主角鼓勵與加油！(左起：葉北辰、陳永圳及蕭慧雙子黃駿和)

### 9月21日前進台中，與中國醫藥大學醫學院學子們交流



■ (左起) 病友陳永圳、中國醫藥大學謝淑惠老師、中國醫藥大學附設醫院精神部吳博倫醫師、癌症希望基金會指導鄭凱芸及病友家屬黃鳳齊聚一堂，以自身經驗與所學和學子們交流與分享。

### 9月27日在高雄大同醫院3樓大禮堂感動落幕！

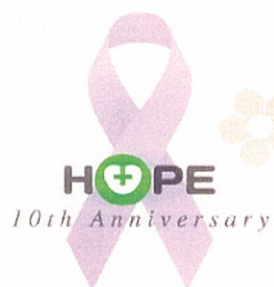


■ 高雄市政府衛生局何啟功呼籲社會大眾癌症不可怕，只要早期發現、積極治療，都有可能康復！  
■ 高雄市立大同醫院余明隆院長希望醫療人員能在觀賞影片後，提供更多感同身受的服務！  
■ (左起) 陳政聞議員贊仇儀與蘇炎城議員，以病友的身分希望鼓勵更多與癌奮戰的朋友，不要放棄，才有希望！  
■ 大同醫院護理部主任潘純媚，以自己罹癌的經驗分享給第一線的服務人員，癌友在充分資源與支持下，才能順利走過抗癌路！  
■ 癌症希望基金會執行長蘇連環鼓勵自己及醫療人員成為癌症家庭最有力量後盾。

### 匯集來自全台各地500位抗癌夥伴的「讚」，持續傳遞愛與希望！



■ (左起) 臺北市政府衛生局林秀亮副局長、國民健康局趙坤郁副局長、蕭萬長副總統、癌症希望基金會王正旭董事長及病友陳永圳、葉北辰豎起大拇指，大聲的向所有癌症病友與家屬說：「與癌奮戰，你們真讚」。  
■ 中國醫藥大學醫學系學子及與會來賓舉起簽名的讚卡，一起說：「希望在路上，讚啦！」  
■ (左起) 蘇炎城議員、陳政聞議員、黃偵潔夫人、王正旭董事長、何啟功局長、余明隆院長、蔡文展副院長及潘純媚主任，鼓勵所有服務癌症家庭的夥伴「與癌奮戰，我們真讚！」  
■ 高雄醫療院所的第一線服務人員為彼此加油打氣！因為有大家，希望才能一直在路上！



# 伙伴的話

## 從「愛」看見美好的「希望」！ Love、Hope、Passion、Excellence



開闢一條沒有人走過的路，前方會是什麼？若不是因為有愛，如何堅毅地一路走下去，披荊斬棘，終於柳暗花明？

這十年來，癌症希望協會在王理事長及蘇秘書長等人的帶領下，不論是在組織發展、社會公益、國際交流，乃至於癌症防治政策的參與和實踐，都有了令人驚艷的成績，用愛為癌症病人打開希望、光明的窗，本人謹代表政府向癌症希望協會所有的同仁及志工們致最深的敬意！更期許未來轉型為基金會後仍堅守初衷，持續為全國民眾的健康而努力，在癌症防治與癌友關懷服務上，做政府最有力的民間伙伴。

在此，謹祝福癌症希望協會10歲生日快樂。

HOPE，有你們真好！

國民健康局 邱淑媿 局長

## 勇敢前進，活出更精彩的人生！



首先，恭喜癌症希望協會轉型成功，讓同樣身為癌症病友圈工作伙伴的「開懷」也覺得很開心！在癌症病友服務的這條路上，非常感佩癌症希望協會的工作團隊，懷抱熱情，為抗癌工作而做的努力，一步一腳印的耕耘著，將癌症照護網絡編織得越來越綿密，讓癌症病友能得到細緻的服務，同時也讓社會大眾看見一雙雙需要溫暖的癌友的手、一個個需要幫助的癌症家庭！

多麼高興，我們是站在同一陣線上，為著全台灣，甚至全華人地區的癌症病友努力著，也許癌症暫時不會從地球上消失，但衷心的期盼，在「希望」、「開懷」以及所有的癌症病友團體共同的努力下，能一起為癌症病友提供更多、更好的服務，讓這份守護的力量，支持每一位走在抗癌路上病友，勇敢前進，活出更精彩的人生！

台中市開懷協會 許美瑾 理事長

## 珍愛生命、傳播健康



滿滿的感謝，HOPE 10歲了，我八年前罹癌，有緣與HOPE的朋友們相扶持，並一起成長，實在是福氣。「珍愛生命、傳播健康」，亮麗地活下去是每位病友的希望，HOPE帶給每位病友無限的盼望與豐盛的未來，增添美麗的歲月；雖然人的生命會有終點，但病友們歡然攜手前進。愛的能量是源源不絕，造就不少地延續、延伸，衷心感謝所有HOPE的同仁及參與者。願上帝賜福大家，造福更多人，擴大服務群體及領域，在人、事、財、及物的需求上，凡事都蒙祝福。

衛生署時任副署長 陳再晉&葉琇珠 賢伉儷 祝賀

## 遠離恐懼與陰霾，走向希望！



「癌症希望協會」10年來，給「癌症」病友「希望」的翅膀，一步一腳印的致力於癌症病友及其家屬服務，提供身、心、靈的全方位照護，讓他們遠離恐懼與陰霾，進而走向希望，堪為楷模。

台北市衛生局健康管理處 游麗惠 處長

## 讓病友及家屬們得到更佳及適時的關懷



欣逢癌症希望協會十週年慶典，我很高興分享我的感受和喜悅。從這一年的多次探訪及交流中，非常感受到協會一眾成員對癌症病人服務的承擔與抱負，更是欣賞您們的熱忱。由資源中心到單一窗口，更致力促進醫院與社區資源的連結等等，讓病友及家屬們得到更佳及適時的關懷，成績有目共睹。

感謝協會的邀請，讓我擴闊了眼界。祝願協會全人身體健康，攜手同心，再創高峰。

香港醫院管理局  
東區尤德夫人那打素醫院  
社區及病人資源部  
黃敏櫻 經理

## 特別企劃

## 扮演醫療專業和民眾間的橋樑



癌症希望協會的工作團隊是一群「不知足」的人，從台灣民眾對於癌症治療缺乏正確及足夠淺顯易懂訊息的時代，他們扮演醫療專業和民眾間的橋樑，讓台灣民眾得以獲得正確知識，提升醫病關係的信任，看著罹患癌症的年齡下降，著手挑戰難度很高的罹癌家長兒童營，進入孩子的世界，偕同面對疾病帶來的家庭影響，我們的社會總是需要這種不知足的人，才有更多需要的人得到該有的滿足。

中華社會福利聯合勸募協會 陳文良 副秘書長

## 癌友非常重要的精神支柱



「癌症希望協會」轉型為基金會短短不到一年的時間，卻開出相當亮眼的成績單，不僅結合專業團體製作許多衛生教育手冊讓罹患癌症病人與家屬獲得正確的資訊接受治療，又積極推動輔導「癌症資源中心」，讓該中心能發揮功能服務病友、家屬，對於資源的開發更是不餘遺力，除此之外專業人員的教育訓練也相當邁力舉辦各類型的研討會、國際文化交流，引進新的工作方法培育英才，這一群可愛的工作伙伴不僅是醫療團隊不可或缺的同伴，更是癌友非常重要的精神支柱。

中華民國醫務社會工作協會 蔡文玲 理事長

## 讓生命充滿希望，讓癌症遠離我們的生活。



由十年前的一個「希望小站」到今天在台北、高雄兩處服務中心，於各大醫院病房、化療室、健保門診中心等設立一百多個出版品合作單位，並與各地醫療院所、病友團體、社區衛生及民間服務機構合作與連結，現今已在五十二家醫院成立「癌症資源單一窗口」。

“癌症希望基金會”有今天的成就是必定的，因為“希望”有資深專業的醫護團隊，他們不斷學習的精神、他們充滿激情、活力、還有大大的愛心。

衷心感謝你們無私的分享，你們的大愛飛躍海峽，祝福大陸同胞，讓我們感受到愛看到抗癌路上的“希望”。

祝愿“癌症希望基金會”更上一層樓，讓病患及家屬得到周全的幫助、建立對生活的信心、對抗疾病的勇氣，讓生命充滿希望。透過社會的共同努力，讓癌症遠離我們的生活。

中國乳癌關愛基金會 創會人

## 點點希望，善莫大焉！



恭賀盛典  
癌症希望基金會：

回望十年，於歷史長河，乃匆匆一瞬，但有幸與貴會結緣的癌友和家庭，確是承載希望、擁抱未來的十年。絕大多數癌友難免身心俱疲，於惶惶失措之時，得到貴會指點迷津的關懷，看似細小，卻是透過茫茫霧靄的點點希望，善莫大焉！

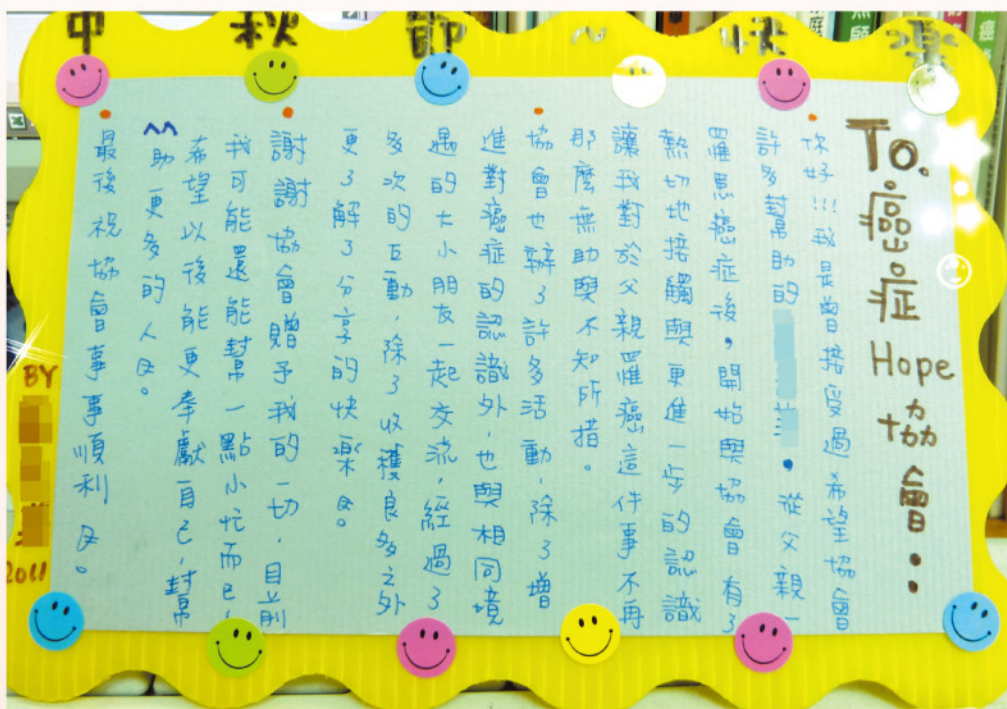
有緣結識貴會眾賢達，深感心靈相通之情誼。堅信以各位的人品學識，在今後漫長的路途中，必會將一個又一個溫馨的“希望小站”佈滿全島甚至更遠，讓那些走入險境、不幸進“站”的癌友，有幸在貴會收穫希望，走向人生正道。

值此貴會成立十週年並成功轉型為基金會財團法人之際，我在古城西安攜五千名癌友恭祝貴會傳愛無邊！

第四軍醫大學腫瘤門診部 師建國 主任 敬賀

## 活動花絮

## 100年度1001個希望系列活動



中秋節前夕，癌症希望基金會收到一封神祕的小卡片，一張風格看似簡單卻又精緻細膩的手工製作卡片娓娓道來對基金會的無限感謝與心中那滿滿的感動。原來她是接受我們基金會核發的「大專生獎學金」獲獎者小萍（化名）親手捎來的中秋祝福。這群癌症病友子女在領取獎學金後，也都開始積極參與基金會的各項營隊活動與相關志願服務，他們無怨的隨著工作人員一起南征北討，卻沒說過苦！

癌症希望基金會今年邀請專業老師，為這群就讀大專院校的癌症病友子女們，設計專屬於他們的生命成長工作坊「希望寶盒Pan-dora」，透過藝術媒材、創作、書寫與分享的過程，從生命事件中找到屬於自己的正向能量；因為參與的學生們因為都來自於癌症家庭，所以他們有著共同的遭遇、共同的衝擊與共同擁有那別人無法介入的話題，活動中他們分享了許多經歷家人罹癌後內心的感觸、恐懼與不安，也經由基金會老師及社工的陪伴和支持，看到他們的成長與調適。

回想著這些孩子們面對父母生病罹癌事件的分享與面對，我們再次感受到這群孩子的韌性與堅強！9月初，隨著「大專生生命成長工作坊」活動結束後，今年度1001個希望系列活動已進入尾聲！但我們希望這股暖流可以漸漸的蔓延、持續的發酵，讓大家的手一直牽在一起、心一直連在一塊，充飽電、帶著勇氣一同面對更多的生命考驗！

營養補給班

# 恢復期～康復期癌友之健康素食飲食建議原則

文/楊惠玫 營養師

經過治療期便進入恢復期，病友的病情漸趨穩定，但仍不可掉以輕心，必需將飲食調養視為一件大事，因為身體復原及後續長期避免復發，都需要足夠營養，藉此改變致病體質，排除體內毒素及攝取有益的食物，再配合適度的運動，保持愉快喜悅的心，才能提升免疫力。

除了參考上上一期「癌友之健康素食飲食通則」外，其他應特別注意的事項原則，說明如下：

## 1. 逐漸回復至正常的熱量及蛋白質需求

治療期的熱量需求高，及為了修補受損組織細胞，所以蛋白質需求相對的也較高；但恢復期的熱量、蛋白質需求應回復正常，雖然要降低攝取量，但仍應注意到利用多種植物性蛋白質混搭互補，以提高胺基酸品質（例如：黃豆糙米飯等）。

## 2. 適量的水分有助於代謝體內毒素

多注意排尿、排便是否順暢。

## 3. 減少攝取精製加工食材，多選擇原始食物

減少攝取精製食物、加工調味品及食品，多選擇粗糙原始風味的真食物，如：糙米、全麥麵粉，減少有害物質囤積體內。

## 4. 每天選擇30~35種以上食材，調整各類食物分配量

## 5. 做好食物管理，維持食物新鮮度

依食物類別分類儲存，冰存食物採先進先出原則，以防過久失去新鮮口味。另可以記錄，標示食物儲存、種類、數量及冰存日期，可作為取用及購買食物的參考。需冰存的食物，建議一次勿購買太多，以1~2天為限。

## 6. 逐漸增加生食比例及餐數，提升免疫力

需視身體接受度調整，由早餐開始食用生食，再逐漸增加至中餐、晚餐食用；且只以一道菜為生食，其餘菜式熟食為輔，採漸進式改變增加。

## 7. 依食物消化時間決定用餐順序

用餐順序：喝湯→芽菜蔬菜→豆類→海藻類→全穀根莖

→水果，每種食物消化時間不同，如：全穀根莖類4~6小時，蛋白質3~4小時，蔬菜、豆類1~2小時，芽菜類50~60分鐘，水果30~60分鐘。根據食物的消化時間，決定用餐的種類順序，不但可減少胃腸負擔，還可促進營養素吸收。

## 8. 三餐飲食調配原則：早餐宜早、中餐宜飽、晚餐宜少

每餐儘量在家自己烹調，其中主食以全穀及豆類為主，副食搭配一道生菜及其他熟食，可多選用海產植物（如：海帶、紫菜、海帶芽等）。若選擇外食，則要選擇健康素食食材，並以全穀類為主，搭配豆、蛋、蔬菜、海藻、堅果類為副食，營養才能均衡獲得。

## 9. 配合適度的運動及積極樂觀的生活態度

每週運動5次，每次30分鐘，有助於體內代謝毒素及維持正常體重。而積極樂觀的正面思想，能使人更清醒、靈活，更有能力去改變，以達到想要的結果。

因此癌友們必需特別注意如何「正確、健康素食」，避免營養素缺乏，選擇健康並均衡攝取素食食材，不僅不會造成營養不良，反而吃得到更健康的素食。

希望電影院



# 與希望相遇

文/鄭凱芸 社工督導

## 希望，你的名字是選擇

記得十年前希望協會剛成立之初，我在創刊號上寫了一篇名為「希望，你的名字是選擇」的文章，這是自己與癌症病人及家屬工作七年的心聲，我相信希望會在各種選擇中長出來，所以，當我們能夠與病人及家屬討論出因應疾病的各種選項時，希望就會慢慢生出。

## 希望，在路上

隔了十年，在繼續與癌症病人及家屬工作的過程中，我開始疑惑「希望就等於選擇」嗎？有沒有可能選擇愈多，長出來的不是希望，反而是困擾？反而擔心錯誤的選擇會熄滅希望、帶來負擔？基金會這次所拍攝的「希望在路上」紀錄片，給了我一些線索重新思考希望是什麼。

這是四個癌症病人的故事，不同的性別有不同因應癌症的態度，不同的生命階段也有不同因應癌症的方法與議題，特別是不同的癌症期程，也會影響病人及家屬的疾病調適；另外，家庭系統的支持與否也會直接干擾疾病適應的品質。這四個故事都給了癌症極高的評價，癌症

是禮物，即便它曾經是磨難，但在拍攝影片的當下，癌症已經是份讓人感懷的禮物了，而這樣的體悟，卻不是每個病人或家屬都能擁有的。

在影片中最令我印象深刻的是，永圳的太太說，「如果早知道這個疾病能讓他把壞習慣都戒掉，只要不是末期，那二十年前（就得），這個家多美滿多幸福啊！」是啊，如果癌症只是要教會我們珍惜與知足，其實我們都願意交換，但往往癌症拿走的不僅如此，還有更多我們換也換不回來的東西。

## 希望，是什麼？

北辰說，如果在生病的過程中我們對抗的是死亡，那我們一定是輸家，因為自古以來沒人贏過，那我們的敵人到底是誰？如果癌症是讓我們靠近死亡的洪水，所以當我們將洪水圍堵或改道，我們就能遠離死亡嗎？還是不管有沒有洪水，我們都在走向死亡的路程中？突然之間，我好像有了重新定義希望的圖像，其實死亡與希望的方向是一樣的，因為，那都是向前走的方向，只是我們確定有死亡，卻不能保證希望的在哪裡。所以，我更肯定希望在前方，向前走，迎面而來的就有可能是希望，停下來，你就只能與希望遙遙相望。希望除了在路上，希望更是在腳步向前的路上，希望，對我而言，不再是選擇，小小的一步，就有可能遇上希望。

希望寶盒

學名：Dasatinib  
商品名：Sprycel；柏萊

作用：為多種酪氨酸激酶的抑制劑，可以防止白血球不正常增生。

給藥途徑：口服。

副作用：可能引起血球數低下、出血、水腫、腹瀉、皮疹、頭痛、疲倦及噁心。

### 適應症及健保給付規定：

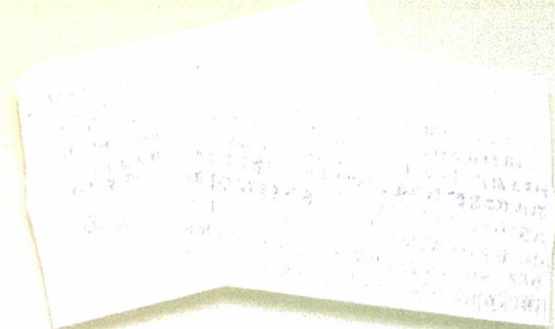
1. 治療患有慢性、加速或急性期慢性骨髓性白血病，對先前經imatinib 400mg（含）（Glivec；基利克）以上治療後有抗藥性或無耐受性的成人。
2. 治療患有費城染色體陽性急性淋巴性白血病，且對先前經imatinib 400mg（含）以上治療後有抗藥性或無耐受性的成人。

### 注意事項：

1. 如果您有肝臟疾病、心臟方面（例如心律不整）的疾病，請務必先告知醫師。
2. 需整粒吞服，不適用於鼻胃管磨粉。可伴隨或不伴隨食物服用，於早晨或晚上服用均可。
3. Sprycel會影響血小板功能，若有服用血小板抑制劑或抗凝血劑，須特別小心。

希望小語

# 三個九年



母親對孩子的愛，永遠是永無止盡，不求回報的，無論他（她）是否長大成人……

基金會於九月底整理髮束，打開某個信封時，看到了一封令人動容的信件，信道盡這束頭髮背後的故事。這位髮束的主人於九年前車禍，被撞成極重度植物人，原先是舞蹈系老師的她，一瞬間人生全都改變了，曾經，母親對她說：「媽媽幫你留長髮，三年等你康復」，但是，日復一日，年復一年，九年來，母親的付出及陪伴也逐漸讓母親信心的崩潰瓦解，讓母親知道孩子回不去原來的樣子了，因此，母親趁著她孩子頭髮還很美，毅然決然地剪下，將這束陪著她們走了九年的長髮，捐贈給癌症病友，希望有所助益。

而母親在信中也提及，希望可以連捐三次頭髮，達到「圓滿」。

在此，基金會所有同仁感謝這位母親偉大的愛及付出，也謝謝您們願意為癌友盡一份心力，謝謝！

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 *40-44歲具乳癌家族史之高危群	乳房X光攝影	2年1次	通過國健局認證乳房X光攝影醫院（見國健局網站）
子宮頸癌	*30歲以上婦女 *拒絕抹片高危險群婦女	子宮頸抹片檢查 HPV自採服務	3年至少1次	健保特約子宮頸抹片檢查醫療院所 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

希望  
看板

# 第4屆彩繪希望 繪畫比賽11月起跑囉！

歡迎癌症病友、家屬及醫療團隊，拿起畫筆描繪生命的無限感動！

最高獎金  
2萬元

## 參加對象

1. 癌症病友（請附上相關證明）
2. 病患親友
3. 醫療團隊（凡醫師、護士、社工、志工等）

## 作品規格

1. 請以「描繪生命無限感動」為主題創作，並附上作品名稱及100字以內的作品概念簡述。
2. 作品以油畫、水墨、版畫、水彩、素描、粉蠟彩等平面畫作參賽，但不包括電腦繪圖。
3. 作品尺寸須小於43x66公分。

## 獎項

- 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：新台幣獎金20000元  
第二名：新台幣獎金10000元  
第三名：新台幣獎金5000元  
佳作：精美紀念獎座

## 報名資訊

洽詢專線：02-33226287分機126（上班時間內）  
活動網址：www.ecancer.org.tw

## 參賽規則

1. 本活動參賽作品以作者本人創作為限，且不得參加過其他比賽，如果查獲得獎作品違反以上原則，將取消得獎資格。
2. 參加此比賽者，作品版權為主辦單位所有；主辦單位得將參賽作品於國內外公開展覽（含網路），或製成書報、紀念品等，屆時參賽的畫作公開姓名和主題文字將連同作品一起展示。
3. 請將報名表填寫完整，並檢附相關資料。
4. 每位參賽者投稿作品以一件為限，不可一人多投，違者取消參賽資格。
5. 參賽者需提供真實且正確的姓名、住址、聯絡電話、電子郵件信箱、如有不實之情事（如冒用或盜用任何第三人之資料等），將被取消參加或得獎資格；或因資料不全或錯誤以致無法通知比賽相關訊息時，主辦單位不負任何責任。

## 注意事項

1. 收件日期：2011年11月1日至2012年1月31日止（以郵戳為憑）
2. 收件方式：請填妥報名表（可於主辦單位網站下載或索取報名表），並連同作品及相關資料，以郵寄方式寄至10058台北市中正區八德路一段46號5樓「癌症希望基金會：彩繪希望活動」收即可。（作品請勿折疊或表框並將其平鋪以兩張硬紙板固定，以防水材質包裝寄送）

## 第4屆【彩繪希望】報名表

1. 姓名：\_\_\_\_\_

性別：男 女 年齡：\_\_\_\_\_歲

畫作上公開的姓名：\_\_\_\_\_ \*可擇姓名以外的暱稱或筆名

2. 地址：\_\_\_\_\_縣市\_\_\_\_\_鄉鎮市區  
\_\_\_\_\_路\_\_\_\_\_段\_\_\_\_\_巷\_\_\_\_\_弄\_\_\_\_\_號\_\_\_\_\_樓

3. 電話：( ) \_\_\_\_\_  
手機：\_\_\_\_\_ 傳真：( ) \_\_\_\_\_

4. 電子郵件：\_\_\_\_\_

5. 參加組別  
 癌症病友（請附上證明文件）  
 病患親友  
 醫療團隊（醫師、護士、社工、志工等）

6. 我同意本活動之【參賽規則】  
簽名：\_\_\_\_\_

日期：西元\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

7. 您從何處得知【彩繪希望】活動？  
 醫療人員告知  網站  海報、宣傳單  
 大眾媒體（報紙、電視、廣播）  其他

8. 作品名稱：\_\_\_\_\_

9. 請簡要敘述作品概念，勿超過100個字。  
（分享人生歷程中曾令您感動，讓您充滿力量的故事。）



希望有愛

## 希望在這裡



### 請您與我們一起把愛送出去

「癌父寧吃苦，盼老小溫飽，只怕無法看到兒子長大」、「稚女陪母縫鞋，醫舌癌父」、「罹癌多年疑久病厭世投河被尋獲」……，在每個不同的新聞標題下，都呈現著社會角落癌症家庭不為人知的艱苦；面對癌症，除了衝擊癌友，也影響了家庭成員，他們必須共同面對身體的不適、治療副作用、心理與經濟等多重的壓力，如果在抗癌過程中無法得到適時與適當的協助與支持，都有可能讓病人因為無助、失望與害怕而中斷或放棄治療。

「癌症家庭康復計畫」提供癌友與家屬全方位的照護，無論是諮詢、康復用品、衛教手冊、學習營、成長團體、獎助學金的發送，都是希望癌症病友能心無旁騖、無後顧之憂的積極治療，服務至今，已幫助了157,321人次，為了讓更多癌症家庭都能獲得照護，請您加入「希望在這裡」，與我們一同募集癌症家庭康復計畫服務經費，讓他們在抗癌路上，因為有您一路相陪，不僅活的久，還能活的好！

「希望在這裡」活動官網 <http://sina.com.tw/hopehere2011>

### 與幾米一同送愛到病房

為給予癌友加油與鼓勵，癌症希望協會特別與幾米合作，以〈森林唱遊〉的愛心樹設計刺繡抱枕，希望送給癌症病房正在治療的病友，除了舒緩他們的不適外，更希望用滿滿的關懷，給予支持的力量，讓他們面對癌症，能更勇敢與堅強！

為關懷正在治療的癌友，即日起至12月底止，誠摯邀請您加入「希望在這裡」，單筆捐款滿1500元（含），除了可以將幾米愛心樹抱枕帶回家外，主辦單位也會同步將您的愛心送到癌症病房。讓我們一起用加油聲讓他們更勇敢！用關懷禮，讓他們知道支持一直都在，用持續不斷的鼓勵，讓他們更有奮戰的力量！

※ 歡迎認養關懷禮，讓癌症病友也能擁有滿滿的幸福！



幾米 Jimmy Liu  
www.jimmyliu.com 選自幾米作品《森林唱遊》  
© by Jimmy Liu. Licensed by Jimmy S.P.A. Co., Ltd.

## 愛心回覆單

※請自行放大填寫後傳真(02)3322-1719

單位名稱	聯絡人		
公司電話	手機		
傳真	E-mail		
通訊地址			
收據抬頭	<input type="checkbox"/> 同聯絡人 <input type="checkbox"/> 其他：		
贈品寄送地址	<input type="checkbox"/> 同通訊地址 <input type="checkbox"/> 不要贈品 <input type="checkbox"/> 其他：		
愛心關懷禮			
品名	數量	金額	備註
幾米愛心樹抱枕 (1500元/個)			除了獲得一個抱枕，主辦單位也會贈送一個給癌友。
幾米愛心樹抱枕 3000元 (3個/組)			除可獲整套抱枕(3種顏色)，主辦單位也會贈送一個抱枕給癌友。 ※單筆捐款30,000元以上，可於包裝袋上製作專屬貼紙，送愛到癌症病房。
捐款方式			
<input type="checkbox"/> 銀行匯款 或 <input type="checkbox"/> ATM轉帳			
兆豐國際商業銀行忠孝分行		銀行代號：017	
戶名：社團法人中華民國癌症希望協會		帳號：00509017706	
<input type="checkbox"/> 郵政劃撥			
戶名：社團法人中華民國癌症希望協會		帳號：19665036	
<input type="checkbox"/> 信用卡授權			
請電洽或至希望協會 <a href="http://www.ecancer.org.tw">www.ecancer.org.tw</a> 下載			
備註：1. 愛心回覆單填妥後請傳真並來電確認，電話(02)3322-6287分機165 林小姐或分機169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，並於備註欄註明「2011希望在這裡」。 3. 贈品與捐贈收據將於扣款成功後兩週內寄出。 4. 活動收入將作為「癌症家庭康復計畫」服務經費，包含製作癌友假髮、頭巾、開辦教育課程、心理支持課程及濟濟癌症家庭子女獎助學金等經濟協助之用。			

# 希望小站

全國免費諮詢專線  
0809-010-580 (鈴一鈴，我解您)

### 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 ● 心理諮商服務 ● 營養諮詢 ● 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

北區服務中心 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

南區服務中心 電話：(07) 370-1309 83341高雄市鳥松區本館路443巷16號



敬啟 癌症希望基金會的朋友們大家好！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，為了造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 2011 年 7 月、8 月捐款（物）人名單，請連結癌症希望基金會網站首頁，點選「捐款徵信」後，進入「愛心芳名錄」網頁查詢。感謝您，也請繼續支持癌症希望基金會！

支持我們 第一銀行信用卡捐款專區 網址：[https://card.firstbank.com.tw/FBANK/action/imageHomePage.do?myAction=Templet1&cateid=236&level1=203&levels=203\\_236\\_0\\_0](https://card.firstbank.com.tw/FBANK/action/imageHomePage.do?myAction=Templet1&cateid=236&level1=203&levels=203_236_0_0)

2011年 北區 病友學習營 報名專線：(02) 3322-6286 分機129 陳護理師

日期	學習營	講師	地點	參加對象(免費)
10月29日	營養補給班	常傳訓主任/振興醫院腫瘤外科暨營養治療科 周育如營養師/振興醫院營養課	振興醫院第二醫療大樓五樓國際會議中心	癌症病友與家屬
11月19日	胃癌學習營	趙毅主任/台北榮民總醫院癌病中心暨藥物放射治療科 王麗民主任/和信醫院營養部	榮總科技大樓一樓會議室	胃癌病友與家屬
11月26日	美麗守護班	李憶文彩妝師	癌症希望基金會台北服務中心	癌症病友

2011年 中區 病友學習營 報名專線：(02) 3322-6286 分機129 陳護理師

日期	學習營	講師	地點	參加對象(免費)
12月3日	胃癌學習營	白禮源醫師/中國醫藥大學附設醫院血液腫瘤科 吳淑惠營養師/中國醫藥大學附設醫院營養科	中國醫藥大學附設醫院癌症大樓一樓階梯教室	胃癌病友及家屬

2011年 南區 病友學習營 報名專線：(07) 370-1309 分機111 余護理師

日期	學習營	講師	地點	參加對象(免費)
11月19日	胃癌學習營	饒坤銘主任/高雄長庚紀念醫院血液腫瘤科 黃孟娟主任/高雄醫學大學附設中和紀念醫院營養部	三洋維士比基金會31樓古道教室	胃癌病友及家屬

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40萬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，  
九年下來，透過全台的服務據點，  
已服務超過15萬人次。

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：



財團法人癌症希望基金會 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"/> 我定期捐款予基金會 <input type="checkbox"/> 我曾單次捐款予基金會		
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"/> 年度累積一次寄發 (將於隔年三月起陸續寄發)		

◎ 信用卡授權 傳真 / 02-3322-1719 地址 / 100台北市中正區八德路一段46號5樓  
※相關辦法歡迎來電洽詢·電話 / 02-3322-6287分機165 林小姐

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	50191500	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)

1. 捐款用途

癌症家庭康復計畫  
 癌症教育宣導  
 建構支援服務網絡  
 會務發展

2. 捐款身分

我定期捐款予基金會  
 我曾單次捐款予基金會

收款戶名：財團法人癌症希望基金會

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台幣十五元以上，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。
- 五 本存款金額業經電腦登錄後，不得申請撤回。
- 六 本存款單被供電腦影像處理，請以正楷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，各局應婉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執聯者無效。