

本會宗旨 推廣正確的癌症防治觀念，宣導正規癌症治療。
協助癌症病友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
榮 譽 董 事：侯明輝、曹朝榮
董 事：成佳慧、林志炫、林育善、洪志宏、席藤蓉、彭佳慧、靳秀蓮、
楊岳虎、陳志毅、陳俊宏、陳啟明、謝政毅、簡白明月、斯淑華
監 察 人：虞祖慈、莊國偉、黃少華、潘純嫻、黃華齡

《執行團隊》

執 行 長：蘇建璽
副 執 行 長：吳翠娥、鄭凱芸
執 行 長 室：戚繼玲、李素媛
行 政 管 理 部：黃筱如、林麗姿、詹玉雯、潘朝華
公 共 事 務 部：王秀米、李麗嫻、黃沛宸、林可璇、陳采蓮、楊雅婷
研 究 發 展 部：呂嘉玲、施玲宜、吳智瑛、李芸婷
教 育 宣 傳 部：楊子平、蕭淨芳、林子脩
病 友 服 務 部：許怡敏、顏育舒、范淑美、陳鈞、鄭鈺萱、徐泰張、
張麗文、張馨惠、王逸雯、簡嘉吟、許善云、謝宛庭、
謝聖卿、王育嫻、吳佳蕙、張文華、朱淑金、陳玉蓮、
蔣鈞珊、張文虹、黃鈺婷、洪淑君

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：10068台北市中正區八德路一段40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 美麗，不應被癌症剝奪！

本期焦點

- 2版 希望觀點—邁向癌症精準醫療的臨床困境
- 3版 希望情報—11/10 神經內分泌腫瘤日「沒有警覺就無法查覺」
- 4版 希望脈診—食色性也
- 5版 希望情報—癌後人生 食為天
- 6版 希望諮心—面對癌症 我到臨界點了嗎
- 7版 希望劇院—不是只有跨年煙火
- 8版 希望看板—希望在這裡



美麗，不應被癌症剝奪！

陳珊妮、林莉、癌友攜手為假髮募款發聲

「假髮」對治療的病友來說，不僅是一層保護，更是自信的來源，能幫助他們不因掉髮而中斷治療，增加康復的機會！

為讓癌友順利走過抗癌路，癌症希望基金會自2002年開始透過募髮募款提供癌友假髮租借服務，14年來，在超過萬人的愛心捐贈下，我們不僅陪伴超過1萬多名癌友得以從容面對治療，更見證了他們堅持以對的美麗與自信。

美麗，究竟是什麼模樣？是沒有被歲月留下痕跡的臉？是精緻合度的窈窕體態？對所有與癌同行的夥伴來說，美麗，是無所畏懼的自信！是無私的慷慨解囊！是不應被癌症剝奪的權利！

假髮，讓離死亡很近的我，不僅沒有放棄，更舞出新生命！



今年52歲、有兩個漂亮女兒的潔芳，在3年前診斷罹患卵巢癌三期，不僅被迫失去重要器官、必須適應治療副作用所帶來的身體不適，期間還因腹腔腫瘤壓迫造成腸堵塞，腸道引流及治療過程的辛苦更讓她覺得人生黑白，一度想放棄！但「假髮」卻為她帶來強大的心理支持，不但讓她再度想起自己美麗的樣子，更讓她能夠拋下病人的身分，有勇氣去尋找重新出發的力量，也因此，她不僅每半年更換一次假髮造型，更在假髮陪伴下，開始接觸舞蹈，坦言沒有頭髮，根本沒有動力出門的她說，「因為假髮，我才能自信地穿上舞衣、擺動舞姿！所以現在，我要用我與癌正面迎擊的光榮紀錄告訴大家，即使生病了，我還是過得很好，因為，癌症可以打擊我，但它不能剝奪我們美麗的權利！」

假髮，說的不是頭髮與外貌，而是人生！



「經歷過，所以更懂得！」坦言照顧罹癌父親時，也歷經過爸爸因掉髮而焦躁、不安的過程。所以，知道假髮對癌友重要性的創作才女

陳珊妮，不僅率先響應2016【希望從頭開始—1000假髮助癌友募集計畫】，更擔任公益募髮代言人，希望用親身經歷呼籲大家將心比心，尊重每個人對舒服與自在的定義與想法，讓所有正在治療的癌友，能用自己選擇的方式來面對接下來的生活與挑戰，讓他們能在良好的生活品質下，做自己想要做的事，所以，假髮絕對不是只有外觀而已，它關乎癌友的人生！」

別把自己當病人，現在就戴上假髮！



同樣身為罹癌家屬的林莉老師，在陪伴姊姊抗癌的過程中，深刻感受到不把自己當作病人的重要，也因此她不僅為癌末病人圓夢、為癌友拍光頭寫真外，在知道癌友假髮製作經費僅募得2成，只能做260頂假髮後，更積極為假髮募款，她說「誰說生病只能有一個樣子？只要願意打扮，病人也可以享有美麗！只要你大聲說，我們都會在這裡陪你戰勝病魔！」

「希望從頭開始—1000假髮助癌友募集計畫」需要您伸出援手助癌友

為了讓全台10萬癌友不因掉髮而中斷或放棄治療，誠摯邀請您加入「希望從頭開始」一同募集1,000頂假髮、300萬製作經費，助病友走過抗癌路！

欲知更多活動詳情請至活動網頁瀏覽
<http://www.ecancer.org.tw/2016hair4hope>

邁向癌症精準醫療的臨床困境



癌症新藥昂貴，販夫走卒無力負擔

「就像是一輛賓士」本會董事謝政毅醫師如此形容癌症新藥。不僅昂貴，相關檢驗也很貴，非販夫走卒所能負擔。這是一道難題，幾乎所有治療癌症的醫師都會遇上。這個藥物明明有效，可是很貴，健保不給付。病家也陷入兩難，傾家蕩產救到底勢必債留子孫，省下預算卻又會覺得愧對病患。

當醫師跟病家討論治療計劃時，勢必會觸到醫療費用的能力極限，「如果對方面有難色，我通常就不會繼續討論新療法，因為看得到、吃不到，不只病患痛苦，家屬也痛苦。」謝政毅說，設法讓病患參加臨床試驗、爭取免費藥或優待福利，也是沒辦法中的辦法。

本會董事長王正旭醫師和謝政毅都說，有些病患一開始經濟能力沒有問題，擇擇自費使用標靶藥物，因為效果很好，隨著生命的延長，後面費用吃不消或用出現抗藥性或惡化才會面臨中斷治療，或不得不回頭尋求當初捨棄的治療方法，「這時心情反而很差」。

癌症新藥審查嚴格，健保給付也設限

每年的美國臨床腫瘤醫學會（ASCO）、歐洲腫瘤醫學會（ESMO）都會發表癌症醫療創新突破，

台灣病患引頸期待新藥引進並納入健保。不過，新藥上市到取得健保給付，時差愈拉愈長，跨國藥廠行銷布局甚至先跳過台灣，理由是台灣市場不大，健保太會殺價。另健保癌症醫療支出逐年增加，擔心癌症新藥對健保財務的衝擊，健保對於癌症新藥審查也日趨嚴格。

和信醫院藥學進階教育中心主任陳昭姿身為健保署藥品諮詢專家，也是健保藥物給付項目及支付標準共同擬定會議的代表，她在「歷年健保新藥管理趨勢回顧」中分析，抗癌藥從送件到取得健保需時714天，相較於新藥平均414天，幾乎是1.7倍；癌症新適應症平均390天，也高於新適應症平均351天。這還不包括藥商向政府遞件申請的行政準備時間。

此外，癌症新藥昂貴，健保給付也處處設限，謝政毅說，給付條文就像「地板、天花板、牆壁，還有旋轉門！處處有條文設限」。例如：必須病到某種程度，舊有治療無效才可啟用新藥；新藥只能給付一段時間或固定數量；或是選擇了A、B款新藥就不能回頭用C、D款，有時為了極佳化病患的治療，排列用藥的順序性煞費周章。以致於醫師即使吸收不少癌症新知，侷限在健保給付的小圈圈裡，也是綁手綁腳。

抗癌新藥應該第一線抑或第二線使用才合理，也是療效與費用的拔河結果，並非依據臨床試驗報告。王正旭說，健保署往往會限縮使用對象，通常是在化療治療失敗後，才能用上新藥，即使國外研究支持第一線使用新藥也是如此。

新藥有療效 給付使用期是關鍵

王正旭另以血管新生抑制劑的標靶藥物為例說明，健保給付治療第四期大腸癌半年，實證研究顯示它帶來的效益平均就是半年；然而，臨床觀察到一些病患超過半年依然有療效，「如果有效，為什麼不

延長一段時間，就算無法治療到癌病惡化才中止，至少到9個月或一年也好？」。

「非常有效」有時反而帶給病家想都想不到的困擾。王正旭認為，這一類的病患其實最適合部分或差額負擔，也就是健保付了一部分的藥錢，剩下的由病人自掏腰包，病患若有投保商業癌症險，更可鬆口氣。不過，健保制度並不無藥品差額負擔的設計，因為弱勢病患是連部分負擔的錢都付不起，許多入土也擔心若是允許藥品差額負擔，這是社會不公平、健康不平等。

高雄榮民總醫院胸腔外科主任管毅剛說，醫院碰到總額斷頭時，會優先限制高單價化療藥，即便單價相對低的肺腺癌標靶藥，因需長期使用造成高總價仍是首要受限對象。對於復發或轉移的治療方案有手術、化療、放療及標靶藥物治療，標靶藥必須事前申請審核才能使用，適用於無法手術切除或轉移的晚期患者，平均使用9到12個月會出現抗藥性。標靶藥物可以讓肺腺癌變成慢性病一樣僅需每日按時服藥便可控制病情，愈來愈多肺腺癌病患有效治療後可存活超過5年。

那麼癌症醫療採用包裹給付、獨立總額，具有可行性嗎？王正旭認為，癌症醫療包括門診、住院、檢查、手術、放射治療、化療、荷爾蒙療法、標靶藥物等等，未來還有免疫療法，不同癌症及其醫療處置差異頗大，不易計算費用佔率，實施有困難。如果範圍縮小到抗癌藥自成小總額，或許在健保癌症用藥的給付上爭取更多的空間；此外面對現有健保財務短絀資源有限下，醫療的進步與發展，未來會有更多新的治療及用藥需求增加，現有所繳納的健保費用是能否夠承載日益增加的醫療費用，如何在健保審查過程中有明確的審查評估標準，符合實際療效及社會成本效益的合理考量下，達到供需平衡提升醫療品質是值得我們去思考與關注的。

希望小醫手

換季時期 癌友護膚要注意



珍珍在使用標靶藥物三週之後，因為藥物副作用，臉上出現像是痘痘般的小丘疹，四肢長了發癢的紅疹，皮膚乾燥脫屑，讓她覺得渾身不自在，也擔心隨著季節的轉換，皮膚乾裂會不會變嚴重。聽也是做標靶治療的癌友分享，可能還會有甲溝炎的症狀，

到底珍珍應該怎麼辦，才能舒緩這些副作用呢？

標靶治療對比化療，一般而言副作用較少、較能忍受、嚴重致命副作用的發生率也較低。但標靶藥物干擾腫瘤細胞生長，經常也會影響到人體皮膚，產生副作用，造成皮疹、搔癢、乾燥、丘疹、痤瘡與甲溝炎等，這些症狀往往造成讓癌友在生心理上感到不適，影響生活品質。

面對標靶治療產生的皮膚副作用 癌友該怎麼辦？

面對皮膚產生的副作用，除了醫師透過開立的藥物緩解之外，居家照護可以這麼做：

皮疹、搔癢、乾燥、丘疹、痤瘡

1. 沐浴時用溫和、無香精、中性的沐浴精或肥皂，避免沐浴時間過長，水溫過高。

2. 日常可以使用抗敏感或嬰兒用的潤膚乳液來保養皮膚，避免乾裂。
3. 穿著舒適的棉質衣物，減少摩擦造成的皮膚不適。

甲溝炎

1. 避免穿上太緊的鞋子及襪子，選擇軟底的鞋子。
2. 剪指甲時不要剪太短、前緣應該要剪成平的，不要剪成彎月狀。
3. 保持指甲乾淨，可使用凡士林或者護手霜來保養指甲周圍的皮膚，儘可能保持乾爽，降低感染風險。

副作用不適 先與醫師溝通 勿自行停藥

部分癌友認為「藥物有副作用，代表治療產生效果」，但醫師可能會評估副作用嚴重程度，來調整標靶藥物劑量或中斷治療，未與醫師討論前，請不要擅自變更劑量或停藥或使用其他藥物。癌友若有相關疑問，可撥打癌症希望基金會免費服務專線：0809-010580諮詢。

11/10神經內分泌腫瘤日 「沒有警覺就無法查覺」

年近五十的王小姐，體重在兩年內掉了八公斤，平日偶爾會有嘔吐現象，也常出現盜汗、熱潮紅等更年期症狀，看過腸胃科，做了腸鏡、胃鏡等種種醫學檢查後，找不到病因，甚至還被懷疑是精神壓力大所造成的胃食道逆流、消化不良。最後醫師建議她做正子攝影檢查，才發現胰臟有一個4公分大的腫瘤，經確診為神經內分泌腫瘤（NET）。

聽見遠方的達達馬蹄聲時，若沒有睜開眼睛仔細看，根本無法辨認出那是斑馬還是一般的馬，所以國際上以斑馬紋絲帶作為神經內分泌腫瘤的象徵，並將11/10訂為神經內分泌腫瘤日，呼籲各界關注。神經內分泌腫瘤是一種較少見的癌症，該疾病會因為原發部位不同而產生不同的臨床症狀，很容易被誤認為其他疾病，因此在確診上往往需要比常見其他癌症花更多時間。

雖然神經內分泌腫瘤沒有典型的症狀，但是我們可以多留意自身狀況，透過一些警訊來察覺，例如咳嗽、氣喘、慢性腹瀉、反覆性胃潰瘍、低血糖嚴重飢餓感、盜汗、熱潮紅、發熱、心悸及皮膚炎等十大警訊，若長期反覆出現，卻又找不出其他病因，就應該趁早到進行進一步檢查，切記「沒有警覺，就無法察覺」，別因輕忽小症狀而失去治療的黃金時期！

為提醒更多民眾關注神經內分泌腫瘤，癌症希望基金會策劃神經內分泌腫瘤斑馬巡迴展，目前已於三總內湖院區、嘉義長庚醫院、高雄榮民總醫院展出，十月份將巡迴到彰化基督教醫院及中國醫藥大學附設醫院。更成立了「神經內分泌腫瘤資訊網」，並組織「NET病友會」讓更多病患或其家屬在此相互分享彼此鼓勵，對抗疾病的路上不孤單。

「神經內分泌腫瘤十大警訊」— 斑馬巡迴展

時間	地點
10月4日~10月15日	彰化基督教醫院
10月21日~11月3日	中國醫藥大學附設醫院



神經內分泌腫瘤資訊網

欲知更多疾病相關資訊歡迎至神經內分泌腫瘤資訊網 www.net.org.tw 瀏覽或撥打免費服務專線0809-010-580

2016年10~12月 希望小站 課程訊息

台北希望小站		台中希望小站		高雄希望小站	
10月14日(週五)	肺癌學習營 地點：林口長庚	10月8日(週六)	甲狀腺癌學習營 地點：大里仁愛	10月14日(週五)	癌後人生—胃癌病友相聚
10月22日(週六)	癌症社會心理議題講座 談照顧者的壓力講座	10月13日(週四)	癌症治療副作用照護講座	10月20日(週四)	乳癌復健運動
10月22日(週六)	淋巴瘤病友分享會	10月22日(週六)	生命教育講座 生老病死說再見	10月22日(週六)	攝影與人生 癌友分享會
11月4日(週五)	婦癌/乳癌病友會 正念療癒力	11月10日(週四)	癌症治療副作用照護講座	11月3日(週四)	頭頸癌教育講座 地點：高醫
11月7日(週一)	美麗守護班 彩妝保養	11月4日~ 12月9日(每週五)	攝影團體 捕捉生命中的美好缺憾	11月5日(週六)	正念減壓一日行
11月19日(週六)	生病帶來的改變與成長 講座	11月12日(週六)	肺癌學習營 地點：中山附醫	11月19日(週六)	如果有一天 我們說再見 生命教育電影欣賞會
11月19日(週六)	神經內分泌腫瘤講座 地點：台北榮總	11月19日(週六)	大腸癌學習營 地點：董綜合醫院	11月24日(週四)	中醫講座 中西合併癌症全人治療
11月24日(週四)	營養補給班 地點：亞東醫院	11月25日(週五)	癌症社會福利資源講座	11月29日~ 12月20日 (每週二14:00- 15:00)	做自己最美麗—製作精裝 手工相簿 (用你的人生，說一場最 精彩的故事)
12月10日(週六)	中醫講座	11月26日(週六)	胃癌學習營 地點：中國附醫		

◎詳細課程內容請見癌症希望基金會課程訊息網頁 <https://goo.gl/G7Qijg> 或撥打免費服務專線0809-010-580洽詢及報名

福爾摩斯破解賈伯斯死亡之謎 四



國際間以斑馬紋絲帶作為神經內分泌腫瘤標誌，提醒大家，症狀常因發生部位不同而不一樣，若有相關症狀，務必提高警覺。

因為常被誤認其他的疾病，所以如果持續有以下症狀的人...



或是出現皮膚炎、反覆性胃潰瘍、咳嗽等神經內分泌腫瘤「十大警訊」，就應該去醫院做仔細的檢查！



癌症希望基金會與台灣諾華股份有限公司自2010年起共同攜手響應關懷神經內分泌腫瘤，建置全球唯一中文神經內分泌腫瘤資訊網及出版神經內分泌腫瘤衛教手冊，今年更以詼諧的「破解賈伯斯死亡的世紀之謎」四格漫畫呼籲大家，若出現相關症狀時，務必提高警覺及關注。



笑顏

第五屆捕捉希望作品
作者/陳雅君

【作品說明】

『媽媽妳什麼時候回家？』孩子呀！媽媽即使心裡揪著痛，帶著期盼要再看見你們的笑容，努力闖過層層關卡，回顧治療過程猶如一場很深沉的夢，醒來只要擁抱著你們，邁向未來。

癌症希望基金會「第六屆捕捉希望」徵件中，詳細辦法請見癌症希望基金會官網 www.ecancer.org.tw

食色性也

文 / 鄒瑋倫



孟子幾千年前就告訴大家「食色性也」。過去我們都認為這是孟子說的，事實上是孟子朋友，告子說的。當告子跟孟子辯論時，告子說，人天性不善良，食慾和性慾才是人的本性。

此外，食色性也，用在養生食療強身治病，也是超級好用的。我把它解釋為：吃東西，就是要注意食物顏色的搭配選擇，還有各個季節食物的屬性，這就是食色性也。

台灣的秋天很長也複雜，又熱又冷，每天早晚跟中午溫差開始變大，往往中午還是夏天的36~37度。在沒有明顯四季變化的秋燥，身體的疾病會增加，當然體質敏感病友的保養更要特別注意。

我們以食物為例：「春芽、夏瓜、秋菇、冬果」是準則。也就是春天昇發陽氣，芽菜類可助陽又保肝。夏天濕悶水腫，瓜類健脾利濕消腫很好用。秋天體燥，菇葷的滋陰強壯很神效，冬天循環慢身體寒冷，南瓜、銀杏、栗子暖體除困倦。

所以春芽、夏瓜、秋菇、冬果，也是過去我們常強調的重視季節時令食物的原則，這也是擁有四季分明的日本所強調的「季句」的概念。所以當烤銀杏出來，也意味著楓葉出來了。身體就要開始滋潤養肺。當栗子蛋糕問世，冬衣穿上，也要補雞湯過冬了。

迎接秋天時序的到來，我介紹五種秋天養生食譜供大家選擇：

一. 忘憂糖水

百合50克，龍眼30克，椰糖適量，用2500c.c約燉煮30分鐘即可。

百合寧心安神，龍眼補脾胃補心腎，對於貧血氣虛血虛，精神疲憊，白天倦怠無力，夜間夜不入陰，睡眠不足，無法入眠情緒煩躁不眠的症狀緩解。

二. 潤燥雞湯

1. 將鴻禧菇，秀珍菇，美白菇，磨菇，用乾鍋（不加油）乾燻，
2. 炒糙米紅棗參鬚適量塞入雞肚
3. 炒菇置入鍋中，放入雞，倒水滿淹過雞身即可
4. 放入電鍋，外鍋四杯水煮熟即可
5. 調味料適量

菇的效用極佳，除了多醣體抗癌，增加細胞修復力之外，菇纖維很讚，本身營養不容易被破壞，且難溶於水，在消化蠕動慢的病人三餐中加上菇葷類，不僅能排便順暢，又能改善手脚冰冷，加速血液循環。

另外菇裡類面特有的多聚糖，可降低膽固醇降低三酸甘油酯，也是一大亮點。

三. 抗敏蒸蛋

1. 客家桔餅一片切丁
2. 加入500c.c.用小鍋開水煮開
3. 加入薑汁適量
4. 桔餅丁薑汁水煮熟後蛋花打入即關火

桔餅在冬天可開胃，降膽固醇，美容皮膚，止咳，桔餅因為連皮曬乾做餅，所以桔餅皮上特殊的橘皮苷對為血通透性強度的增強，對降血壓，預防冠狀

動脈硬化有功效。在冬天鼻子過敏，支氣管過敏咳嗽得老年人或體弱病人，用薑汁增強體力，禦冬避寒，這搭配可爽口不甜膩。雞蛋的營養豐富，吸收又快，當成早餐或點心輕食，不會造成胃腸負擔。

四. 止癢白粥

1. 白木耳20克乾貨發泡備用
2. 薏苡仁50克浸泡1小時
3. 鮮玉米粒適量
4. 白米30克加入1、2、3，1500c.c.煮成稀飯

秋燥氣候皮膚對冷熱溫差會適應不良，皮膚脆度增加，敏感度增高，且秋天抵抗力下降之下，蕁麻疹過敏病人增多，在玉米中含有的玉米黃質，本來就對皮膚抗紫外線，抗老化相當有效。薏苡仁白木耳在皮膚過敏，濕疹的除濕止癢，也具中醫治療效果，是兼具食療與藥效又好吃的食材藥材。

五. 通暢米漿

1. 糙米，胚芽米，黑米，都是分開煮熟。煮熟方法都是如同一般煮飯方法，用電鍋電子鍋都可。
2. 分開盛袋後，壓扁成片狀層層放冰箱，簡省冰箱儲存空間。
3. 每天早上各拿出適量（我的經驗值是要好喝就是綜合米類約杯子1/3，熱水2/3放入果汁機或攪拌機，打成米漿即可。
4. 有些不喜喝無糖米漿的人可以加入適量黑糖或芝麻增加風味
5. 附加：任何五穀雜糧都可混搭，但是以風味好喝能入口為主，

且盡量不要再加蔬果。因為精力湯有精力湯的風味，米漿類有米漿類風味。

如此一來，各種病症，各種季節，各種食材屬性，去做適合搭配，對於季節養生，就是各季特有的疾病發生也可達到「未病先防」的效果。

鄒瑋倫 小檔案

現職：京華中醫診所專任醫師

希望寶盒

學名：Ramucirumab
商品名：Cytamza
中文名：欣銳澤注射劑

作用：

癌細胞在增殖和轉移時，必須從血液中大量攝取營養和氧氣，進而製造出新的血管，這稱為「血管新生」。

Cytamza®欣銳澤®是阻礙「血管新生」的標靶藥物，可讓癌細胞因缺乏營養和氧氣而無法繼續增殖。

適應症：

- 併用paclitaxel（紫杉醇類藥物）於治療曾接受過fluoropyrimidine（5-FU）和platinum（鉑金類）化學藥物仍疾病惡化之晚期或轉移性胃腺癌（或胃食道接合處腺癌）患者。
- 單一藥物適用於治療曾接受過fluoropyrimidine（5-FU）或platinum（鉑金類）化學藥物仍疾病惡化，且不適合接受含paclitaxel（紫杉醇類藥物）治療之晚期或轉移性胃腺癌（或胃食道接合處腺癌）患者。

給藥途徑：
靜脈輸注。

副作用：

白血球低下、疲倦、高血壓、腹瀉、出血、傷口癒合不佳。

健保給付條件：

目前無健保給付，需自費。

注意事項：

如有胸悶胸痛、呼吸不順、暈眩、頭痛、視力模糊、抽搐、嚴重腹痛、出血不止請盡速就醫。



希望 有愛

隨手做公益 行動最便利

中華、台哥大、亞太 三大電信用戶
手機直撥簡碼 立即捐助癌友家庭



為提供您更便利多元且迅速的捐款管道，基金會與國內三大電信用戶合作，即日起，中華電信用戶只要直撥51142，台灣大哥大用戶直撥518072，亞太電信用戶直撥59042，依照語音指示操作、輸入捐款金額（每月每門號捐款上限3,000元），即可利用免費專線語音，立即傳遞愛心，陪伴癌友家庭走過抗癌路！



51142



518072



590+42

※當次捐款將於您下期電話帳單繳納，捐款成功後將分別由電信公司及癌症希望基金會發送捐款成功訊息及捐贈收據。

癌後人生 食為天

文 / 鄭凱芸



父親因胃癌過世至今已12個年頭，這段不算短的時間，父親一直是我生活中的反覆念想。所以，當有機會從事胃癌病人「癌後人生」的研究時，對我來說如一份意外的禮物，除了可以藉由這份研究重新梳理過去陪伴父親的經驗外，也能透過這個研究更清楚看見胃癌病人在整個生病歷程中的各項議題，進而讓他們的需求被廣為理解，並且有機會被滿足。

在癌症希望基金會去年的個案服務中，胃癌病人佔所有服務人數的第7位（1.74%），雖然不似乳癌、大腸癌或肺癌人數多，但因胃癌治療（包括手術、放療及化療）引發的副作用非常鮮明，容易耗竭病人的體力與生活品質，加上目前不論是醫療單位或社區健康照顧系統，針對胃癌病人所提供的資源相對有限，更加深了思考胃癌病人相關需求的重要性。

本研究透過3次（北區1/25、中區1/18、南區2/22）的焦點團體，在26位的胃癌病人與照顧者的參與下，勾勒出胃癌病人因疾病與治療在飲食上

的重大轉變與影響，包括以「克克計較」的方式準備每天的餐點，或者「多一分則太飽，少一分則太餓」的極端感受。他們也分享了非常寶貴的新飲食運動，例如：切碎食材好吸收、乾溼分離（吃燉飯）好消化、透過試誤法則找出新飲食習慣。從這些病人與照顧者的分享與交流中可以看到，專業知識在如常的生活細節中，未必能夠達到解決問題的效果，但病人與照顧者自己咬牙和血吞的肉搏式知識卻在對話中「正中下懷」，不僅感同身受、了然於心，也的確讓他們獲得最有感的飲食調整策略。

胃癌病人的癌後人生就是一個「食」字，所以，如何讓他們吃得下、吃得好、吃得有興趣，是實務工作上可以繼續努力的，尤其當胃癌的飲食營養資訊可獲得性與可近性都太低的時候。

首先，我們可以提供胃癌病人料理飲食的聚落場所，透過彼此的交流分享，由胃癌病人自行研發適合他們的創意飲食，在反覆試誤的過程中，為自己量身訂做屬於自己的餐點，達到營養與趣味兼顧的食物料理過程；再者，對胃癌病人來說，在外飲食非常不便，能找到一家與病人身體「和平共處」的餐飲店家極為萬幸，因此，可請胃癌病人共同繪製「社區老饕地圖」，將彼此推薦的飲食資訊集結於老饕地圖中，提供彼此更多的飲食選擇，進而增強胃癌病人與社區連結的機會，擴展人際網絡，甚或與餐廳合作，營造更友善胃癌病人的飲食環境；最後，醫院與社區服務單位都應該增加胃癌病人飲食

與營養的諮詢服務，讓他們有更多的管道獲知飲食的相關訊息，避免因為營養不足而影響疾病適應的過程。

完成這份研究，與父親的關係彷彿再次發生挪移，就好像攀岩一樣，可以一起在攻頂後欣賞眼前的風景。更謝謝這26位努力與疾病時而拼搏、時而妥協、時而休戰的朋友，生命碰撞後的火花，真的夠美！

胃癌小檔案

胃癌是全球主要癌症死因之一，發生率較高的地區為日本、韓國、台灣、中國、東歐和中、南美洲。國民健康署癌症登記報告顯示，2013年胃癌在十大癌症中排名為第7位。

形成胃癌的因素和飲食內容、生活習慣有密切關係。喜歡高鹽分、醃漬和煙燻燒烤食物，都可能傷害胃黏膜增加致癌風險；愈來愈多醫學研究證實，感染幽門螺旋桿菌，可能造成慢性萎縮性胃炎，進而提高發生胃癌機會。

胃癌的症狀會因嚴重程度發生的部位而有很大的差異，部份的胃癌沒有任何特殊的症狀，早期胃癌在健康檢查時才會意外發現。若長期胃痛、胃潰瘍，請不要輕忽，盡速就醫檢查。早期胃癌經過治療，五年存活率高達九成，手術是根治胃癌的唯一方法。

鄭凱芸 小檔案

現職：癌症希望基金會 副執行長

胃癌病友怎麼吃

文 / 謝雯卿



癌症希望基金會鄭凱芸副執行長今年在北、中、南三區針對胃癌病人的主觀經驗進行了焦點團體的座談研究，根據她的「胃癌病人癌後生活需求」研究報告指出：胃癌病人的癌後人生就是一個「食」字，它不僅成了胃癌病人的生活義務、也是焦慮與擔心的來源。

胃癌治療以手術為主，不管是全胃或次全胃切除，因胃容量減少，加上化、放療的影響，常伴有不同程度的營養問題，如：噁心、飽脹、消化不良、食慾及體重明顯下降、有些還有傾倒症候群及腹瀉等現象。針對這些症狀，飲食上必須做的調整說明如下：

術後三階段漸進飲食

剛進行手術後，應從清流質、流質到軟質，採三階段飲食方式漸進。即使恢復到固態飲食，仍應少量多餐、細嚼慢嚥，選擇低油、易消化的食物。食材儘量切碎或燉軟，避免油炸、粗糙高纖（如：竹筍、糯米）、堅硬、或刺激性的食物。

傾食症候群 (Dumping Syndrome)

胃切手術後的初期常有「傾食症候群」的現象。這是食物未經消化、快速通過胃部進入小腸，腸腔膨脹引發的神經反射症狀，如：頭暈、腹脹、腹痛、痙攣、心跳加速、冒冷汗等，通常在餐後10~15分發生。有時在進食後1~2小時，因胰島素不正常分泌，會進一步發生「消化性低血糖」的症狀，如：噁心、震顫、盜汗等。

避免「傾食症候群」須注意：

1. 少量多餐（一天分成六小餐）、細嚼慢嚥。
2. 進食採「乾溼分離」方式：先吃乾的固體類食物，湯湯水水等到飯後30~60分再少量分次飲用。
3. 進食時採取半坐臥姿勢，飯後平躺20~30分鐘，以延緩食物進入腸道以及胃排空的時間。
4. 限制濃縮甜食（如：糖、可樂、甜點、冰淇淋...等），醣類來源以全穀類、蔬菜、水果為主，並平均分配在各餐。
5. 如非必要儘量少喝咖啡、茶或其他含咖啡因的刺激飲料。

脂肪瀉

胃切除手術常造成迷走神經破壞，膽汁分泌受影

響，常伴有脂肪瀉或慢性腹瀉的情形。飲食上的改善方式有：

1. 避免過度油膩，如：肥肉或煎炸類食物，炒菜也應控制油的用量。
2. 避免喝過熱及過冷的飲料，以免刺激腸黏膜，令腹瀉加劇。
3. 嚴重脂肪瀉病友，宜遵從醫師、營養師建議，以中鏈脂肪酸（例如椰子油）取代油脂類食物，但用量應先與醫師討論。

在飲食重點上，治療期間應注意攝取足夠的熱量及蛋白質。以優質蛋白質（如：奶、蛋、魚、肉、豆類）為優先選擇。此外，胃切除的病友由於內因子缺乏造成造血障礙，加上胃酸明顯減少，直接影響到鐵質和鈣質的吸收，飲食上需注意補充鐵、鈣及維生素B12。

◎良好的鐵質來源可從蛋黃、紅肉、藻類、深綠色蔬菜獲得。

◎富含維生素B12的食物有：瘦肉、蛋、牛奶及乳製品。全胃切除患者需依醫囑定期注射維生素B12。

由於大部分胃癌病友術後都有體重下降問題，除了飲食上要注意加把勁之外，最後提醒中老年的胃癌病友，不要忘了適度運動、同時加入肌力訓練，以免肌少症問題惡化。

謝雯卿 小檔案

癌症希望基金會 營養師

面對癌症 我到臨界點了嗎

文 / 葉北辰



無論是聽到初診斷的震驚，中間經歷治療的辛苦和副作用，以及結束治療後回到日常生活的適應困難或擔心復發……等，在生病的不同階段中，病友們都可能會出現各種大大小小的身心壓力反應。有些人會擔心自己這樣是不是不夠堅強，往往會問「我這樣正常嗎？」，而家屬們則是非常關心病人，常會問「他/她這樣是不是憂鬱？是不是焦慮？」，甚至還會著急地說「他/她就是還沒有走出來！他/她就是沒有把心打開，沒有放下！」。

身為心理師，我總是會先提醒病友或家屬，任何人在面臨「罹癌」這樣的重大生活事件的衝擊時，或多或少都會有各種壓力反應，覺得心情低落、哭泣、失眠、擔心害怕、煩悶生氣、無精打采、不想與人接觸、整天過度緊張……等，這些都是大部分病人可能會有反應，並沒有所謂「不正常」的說法，但在某些狀況下，你還是應該為自己或家人尋求相關的協助，例如：

* 很強的懊悔或自責

覺得是因為自己做了什麼或沒做什麼（無論是實際事件或心中的想法），才讓自己罹患癌症。例如

抽菸、喝酒、嚼檳榔等致癌的高風險因子，有些病友會覺得「唉~那就碰到了」，有些病友則會很懊悔，或是抱怨生活中的壓力讓自己染上這些惡習。

* 找不到原因的身體不適

疼痛、疲憊、噁心、失眠、呼吸胸悶等身體不適，有些是癌症本身的影響或治療副作用，醫生通常會給予適當的藥物；有些則是所謂的身心反應（心理情緒因素影響生理狀況），例如：疼痛的部位跟癌症無關、身體不適的強度遠高於平均值、家裡沒有人的時候就會呼吸困難……，而這些原因不明的身體不舒服可能會威脅到病人的身體健康。

* 長期的心情鬱悶或驚慌不安感

很多病友都會提到來醫院化療或門診追蹤時，都會覺得心情煩悶或焦慮，但是過一段時間就會好多了。但是有些病友會持續了好幾個月感到一種的「上緊發條」或「停滯不前」的感覺，就算治療結束或過了門診追蹤，還是覺得自己的心情持續緊繃，或是卡在原地的感覺。

* 忍不住的憤怒生氣

每個人都會有生氣的時候，癌症病人也不例外。然而，有些病友發現自己會忍不住地亂發脾氣或態度急躁，在事後感到後悔，而且造成家人、朋友、同事與自己保持距離，或是導致醫病關係的疏離（許多病人也會對醫護人員不滿或生氣）。

* 長期感到無助 / 沒有希望

因為癌症打亂了自己的生活而感到無助，是常見的現象，一般人隨著時間會慢慢開始覺得自己可能

面對這一切，但是有些人則會覺得，彷彿再怎麼努力，都無法恢復生命中的自我價值感。

* 覺得做任何事情都很困難

治療期間暫停工作或休學是很普遍的選擇，但是治療結束回歸日常生活時，有些病友會覺得無法開始工作（擔心自己無法面對工作壓力）或難以維持學校課業，甚至是無法完成生活例行的事，像是生活起居等自我照顧，需要依賴他人協助。

* 一直需要喝酒或吃藥

重度依賴藥物或酒精來減輕或對抗面對癌症的辛苦，或是治療期間需要服用某些藥物，可是治療結束後，無論有沒有症狀還是持續依賴藥物。

* 想到過自殺或傷害自己

面對癌症或治療太痛苦而感到絕望、身心俱疲，想過傷害自己或以死解脫求個痛快，很多病人都曾經有過這樣的想法，但是當你/妳持續有這樣的想法，而且曾經想過具體行動時，請務必找人談談。

目前許多醫院的癌症中心都有提供心理腫瘤服務，亦即專屬的心理師負責協助癌症病友處理上述的身心困擾。許多癌症相關的協會或基金會，如癌症希望基金會就提供相關的社會支持，例如：病友團體、志工關懷或是專業人員協助，也有特約心理師提供心理諮詢服務，及0809-010580的免費諮詢專線，讓病友和家屬可以尋求協助。

葉北辰 小檔案

現職：基隆長庚醫院癌症中心 諮商心理師

希望
小舖



捐款500，把繽紛“袋”著走

辛苦一上午，午餐除了美食，還能怎麼犒賞自己？

拿出手作繽紛束口袋，與三五好友一起享受輕鬆愜意的午餐時光吧！

為陪伴更多病友走一段抗癌路，臺灣喜佳股份有限公司特邀請學員設計並手工製作拼布束口袋，無論是哆拉A夢與旋轉門，麵包超人與他的好朋友或是凱蒂貓的小小世界……即日起只要捐款滿500元，就有機會把它帶回家！

想走進獨一無二的拼布創作世界？想與可愛卡通人物共遊？現在就到【希望小舖】把「手作繽紛束口袋」商品加入購物車吧！

◎更多愛心商品請上癌症希望基金會【希望小舖】<http://gift.ecancer.org.tw>

希望
看報

訂閱電子會刊 隨時閱讀癌症資訊

每減少兩份紙本會刊的發送和印製，就能多增加一本希望手冊的印製經費，除此之外，少使用一張紙，還能減少樹木被砍伐的機率，讓你在閱讀會刊的同時，為地球貢獻一份心力！

E化的世代，想要隨時隨地掌握最新資訊嗎？只要訂閱電子會刊，讓你走到哪讀到哪。不管是癌症新知、中醫調理、心理專欄還是各種實用課程，手指一點輕鬆得知天下事！

現在就立刻來信 hope@ecancer.org.tw



來信請於主旨處註明「更改會刊訂閱方式」，在信件中留下原訂閱人的姓名與寄送地址，我們即會為您更改訂閱方式。





圖片出處 / YAHOO!奇摩電影

不知道從何時開始，夏天讓我精疲力竭，火燥的陽光，溫熱的風，愛下不下的雨，都讓我抓狂。今年，也不例外。感謝Amy姊先讓我被上海狠狠的日照修理，再被莫干山的美景洗禮，帶著一股不能被打倒的驕傲回到了台灣。

七月的一個晚上，帶著三年未進戲院的鄉巴佬心情，欣賞了一部好棒好棒的女性電影「不只是閨蜜」(Me, myself and her)，因為超出預期，直到現在，我的感動仍然盈滿。

不是只有跨年煙火

文 / 鄭凱芸

瑪莉娜曾是一位光鮮亮麗的女明星，早早引退的她是一家餐廳的老闆，自信、強悍又柔軟的她跟一位女建築師費德利卡同居。在瑪莉娜之前，費德利卡不從愛過女人，而瑪莉娜一直深愛女性。在一次的偶然相遇，費德利卡與舊情人重燃愛火，瑪莉娜在努力爭取過後，毅然決然斬斷與費德利卡的關係。最後，費德利卡懊悔不已，回頭請求瑪莉娜的原諒，兩人決定重拾五年的關係，繼續走下去。

我不得不說，當瑪莉娜告訴費德利卡六個月後再確定彼此心意的時候，我實在拍案叫絕，因為那是在關係中最缺乏的果斷與勇氣；但不出幾秒，她立馬從六樓往下追趕離開的費德利卡，只因為六個月太長，而人生太短。當下的我實在氣絕，氣瑪莉娜過於心軟，氣瑪莉娜太愛費德利卡。

回想影片中，她們一起去選購床墊，費德利卡一直擔心老闆看出兩人的特殊情誼、在意兒子怎麼評價她的同性生活、怕舊情人知道她跟女性的親密關係。這讓我想起一位朋友長達五年的姊弟戀，從不曾曝光，從未見家長，也無法分享；她曾經挫敗地說，男生嫌她處處彰顯老態的服裝與行為，卻也聰

慧地瞭解，這不就是她的年齡在做的事嗎？沒有誰對誰錯，生活就是如此，可能慈悲，可能殘酷，沒有日復一日的跨年煙火。

一開始不喜歡瑪莉娜，因為忌妒她的胸有成竹與成熟自信，但愈看到後面，愈著迷於她展現開朗、工作與對女友悉心照料中的豪邁與細膩。在欣賞這部影片時，有好幾幕讓我忍不住大笑，都跟中年女人的忘性、老花眼、腰酸背痛有關，我突然覺得不孤單，因為我周圍出現好多心有戚戚焉的笑聲，這是四十歲以下的年輕人無法理解的歲月幽默。

現在，當我因為又要看電腦又要看資料而必須一會兒脫一會兒戴眼鏡的時候，我會想起這部電影的兩位女主角，然後忍不住相信，我一定也在這看似忙碌又顯老態的過程中綻放出無比的中年魅力。是啊，跨年煙火也許燦爛奔放，但清粥小菜也可以吃得津津有味呢！

鄭凱芸 小檔案

現職：癌症希望基金會 副執行長

防癌五保庇—保弟出任務

2016年，本會推出全新口號「防癌五保庇」，號召民眾共同施行五大防癌行動：正確飲食、規律運動、體重控制、拒菸酒檳、定期篩檢，要讓民眾身體力行一起防癌！並創作一吉祥物保弟，以戴上三太子頭套的小學生，象徵民眾防癌知識大多不足，但可以透過學習跟實踐精進提昇，維護自身健康預防癌症。今年暑假期間，更到捷運站快閃，保弟搭配生動的舞步與簡單明瞭的口號，更加貼近社會大眾，之後也會在校園、南投馬拉松跟大家見面，邀請大家一起防癌五保庇！



台北車站總是人潮滿滿，連阿伯都來一起跟保弟熱舞，提醒大家定期做篩檢，及早發現及早治療！



來到美食聚集地—東區，保弟教大家正確飲食預防癌症！

希望有愛 讓生命再現光彩

在台灣，不到6分鐘就有一个人罹患癌症。

在台灣，每年超過有55萬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。

癌症希望基金會為了提供癌友家庭一個全方位的支援網絡，14年下來，透過全台的服務據點，已服務超過30萬人次。

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！



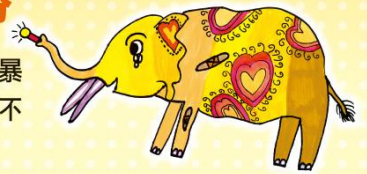
請透過以下的捐款管道，支持我們：





10歲男童盼用「打不倒」與「我不怕」助更多家庭抗癌逆轉勝

媽媽不要哭，我們有哆啦A夢的縮小燈及巨大暴龍一起作戰，所以，即使壞人再兇再大，你都不怕，我會一直保護你，就像你保護我一樣！



「我以為這輩子再也沒有機會牽著兒子的手，看著他走進小學的門」，32歲時罹患血癌的雅君，因治療引發敗血性休克及胰臟炎，一度瀕臨死亡，長達332天的住院治療，有家回不得，只能透過視訊看著孩子長大更是讓她備受煎熬，因為不知能陪孩子多久，她甚至開始著手離世的準備，直到看到3歲的兒子自願當起她的「左眼」，牽著因血癌造成一眼視力僅剩0.02的自己過馬路、看車子、一路陪著她就醫，她知道這場仗她不能輕易放棄，因為有人正等著她回家！

癌友家庭照顧服務經費募集中

面對癌症，病友一旦確診就必須面對許多人生選擇，無論是治療副作用、治療費用、家庭生活、孩子的照顧……等，都有可能讓癌友中斷或放棄治療，影響康復機會！但隨著醫療技術的進步，癌症非絕症，因此，為讓更多癌友家庭順利走過抗癌路，從小就陪伴雅君走過治療的兒子一承翰，將保護媽媽的決心用畫筆描繪並設計成晴雨兩用傘，希望透過他的畫與話能將媽媽抗癌逆轉勝的信念傳遞到每一個需要的地方！

即日起至12月底，凡響應【希望在這裡-癌友家庭照顧服務經費募集計畫】並捐款滿1500元（含），即可獲得由承翰手繪設計「抗癌逆轉勝」晴雨兩用傘1把，滿2200元（含），除可獲得晴雨兩用傘1組，主辦單位更會為您將打氣包送到病房關懷癌友。

更多活動詳情可至「希望在這裡」活動網址 www.ecancer.org.tw/2016hopeishere 或來電 (02)3322-6287分機126洽詢

抗癌逆轉勝—晴雨兩用傘

●寬7x高24公分，重量205克 ※贈品以實物為準



打不倒

You can't beat me
我喜歡的決心如暴龍般強大，你，打不倒我！



我不怕

I'm not afraid
因為你一路陪伴，所以，即使路再黑，我也不怕！

2016【希望在這裡】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				
捐款收據抬頭 <input type="checkbox"/> 同聯絡人 <input type="checkbox"/> 其他 並填妥身分證字號/統一編號				
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				
捐款項目	內容	數量	金額	備註
「打不倒」X 「我不怕」 讓抗癌逆轉勝	捐款滿1,500(含)可獲得晴雨兩用折傘1把。			採隨機出貨，贈品數量，送完為止。
「一份愛心、雙倍祝福」 送愛到病房	捐款滿2,200(含)除可獲得抗癌逆轉勝1+1雙人組(2把折傘)+更會將打氣包送至病房鼓勵癌友。			贈品數量，送完為止。單筆捐款30,000元以上，另可於打氣包上製作專屬貼紙，送愛到病房。
捐款方式				
<input type="checkbox"/> 信用卡授權	發卡銀行：_____ 有效期限：____月____年 信用卡別： <input type="checkbox"/> Visa <input type="checkbox"/> Master <input type="checkbox"/> JCB 信用卡號：_____-_____-_____-_____ 持卡人簽名：_____ (同信用卡背面簽名)			
<input type="checkbox"/> 其他方式	<input type="checkbox"/> 銀行匯款 或 <input type="checkbox"/> ATM轉帳 兆豐國際商業銀行全控總部分行 銀行代號：017 帳號：201-10-647544 戶名：財團法人癌症希望基金會 <input type="checkbox"/> 郵政劃撥 戶名：財團法人癌症希望基金會 帳號：50191500 <input type="checkbox"/> 全家便利超商 FamiPort/愛心捐款 <input type="checkbox"/> 線上刷卡 請逕至癌症希望基金會「希望小舖」購買 http://gift.ecancer.org/tw/			
您從何處獲得訊息 <input type="checkbox"/> 活動文宣 (DM) <input type="checkbox"/> 廣告 <input type="checkbox"/> 網路 <input type="checkbox"/> 其他 (請註明)				
備註：1. 愛心回覆單填後請傳真 (02) 3322-1719並來電確認，電話 (02) 3322-6287分機171陳小姐或分機165林小姐。 2. 其他付款方式，請於匯款轉帳、FamiPort或劃撥後將捐款憑證傳真至癌症希望基金會，並於備註欄註明「2016希望在這裡」。 3. 贈品與捐款收據將於活動或活動兩週內寄出。 4. 活動收入將全數作為癌症希望基金會「癌友家庭照顧計畫」服務經費，包含教育課程開發、心理支持課程、癌症家庭子女獎助學金、照護人力與急難救助等經費補助之用。				

第6屆 捕捉希望 數位攝影比賽 最高獎金2萬等你拿



生病的時候，拿起相機，人工血管、手術後的傷疤、掉髮的模樣、難忘的笑臉或是想要完成的夢想都是我記錄的影像！

它們，陪我度過不知所措、忐忑不安與沮喪失志；它們，讓我堅持信念，克服恐懼並見證美好！所以，我想把這份禮物送給你，讓我們一起捕捉自己勇敢的痕跡，並大聲地和癌症說，我還在，而且我活的很好！

- 收件時間：2016年11月1日至2017年1月31日止
- 參賽對象：癌友、家屬、醫療團隊
- 作品規格：

1. 以「與癌同行」為精神，不限拍攝內容，並附上作品名稱及「我要和癌症說」100字內的文字敘述。
 2. 照片檔案請提供JPG檔或RAW檔或TIFF檔（照片檔案需超過3M）。
- 獎項：分為罹癌病友、病患親友及醫療團隊組，每組取前三名及5名佳作。
第一名：獎金20000元，第二名：獎金10000元，第三名：獎金5000元

更多比賽詳情歡迎至癌症希望基金會官網 www.ecancer.org.tw 或電洽(02)3322-6287分機124陳小姐

【聽希望在唱歌】關懷音樂會

12月 與您相約

林志炫、彭佳慧、林美秀
季芹、王仁甫、黃嘉千、許富凱
曹雅雯、邵肇玖、曾淑勤、于台煙

2016 巡迴一覽表

時間	地點
12/7	義大癌治療醫院
12/8	高雄醫學大學附設中和紀念醫院
12/9	高雄榮民總醫院
12/12	高雄長庚紀念醫院
12/14	長庚紀念醫院嘉義院區
12/15	柳營奇美醫院

詳細音樂會資訊可至癌症希望基金會
官網 www.ecancer.org.tw 瀏覽