

**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。

**《監事》**

董事長：王正旭  
榮譽董事：林青蓉、侯明鋒、洪志宏、曹朝榮、陳啟明、潘純嫻  
董事：成佳惠、李明瑛、林志炫、邱秀渝、邱昌芳、席慕蓉、陳俊宏、彭佳慧、斯紹華、楊岳虎、靳秀麗、謝政毅、簡呂明月、羅盛典  
監察人：唐祖慈、莊國偉、陳志毅、黃少華、黃華齡

**《執行團隊》**

執行長：蘇連環  
副執行長：鄭凱芸  
財務管理部：李素媛、林麗姿、詹玉雯  
行政管理部：黃筱如、潘朝馨、陳芝豫  
公共事務部：王秀米、李惠嫻、林可璇、蕭怡婷、林靜君、賴瑞如  
研究發展部：呂嘉玲、吳智媛、李芸婷、蔡士敏、王嘉琳  
教育宣導部：林宜蓁、王怡雯、張薰云、黃敬露  
病友服務部：戚繼玲、許怡敏、陳向、王逸雯、張曉文、顏育舒、范淑美  
徐奉張、簡嘉吟、張瑞惠、林玉清、陳秋鳳、林家仔、吳佳霖  
謝宛妮、張文馨、朱淑金、胡昭廷、陳玉蓮、蔣昀珊、黃鈺婷  
洪瑜君、范珍蓮、曾琳清、黃玉菁、劉秀芬

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 2017【聽希望在唱歌】
- 2版 不一樣的斑馬，不一樣的NET！

**本期焦點**

- 3版 希望花絮—「助癌友，我認同！」第3屆百人捐髮
- 4版 希望情報—「防癌保胃戰」邀你一同來抗戰
- 5版 希望看板—肝細胞癌診療的新趨勢
- 6版 希望脈診—歲月悄悄來擾眠，敲敲青春好助眠
- 7版 悠樂園地—在心靈深處為生命歌唱
- 8版 希望有愛—送愛到病房，癌友關懷禮募集中



**特別企畫**

## 2017【聽希望在唱歌】

希望你來聽歌、來唱歌，把溫暖全收進心裡



自1998年開辦至今，成軍近20年的「聽希望在唱歌」，破天荒將演唱會開進醫院裡，足跡已踏遍全台，累積巡迴過17家醫院，有無數位歌手參與，感動上萬人次，撫慰了眾多病友與家屬的心靈，也鼓舞了許許多多醫療團隊長年的艱辛。今年，「聽希望在唱歌」即將再度巡迴，於11月29日高雄榮總率先開唱，在歲末年終之際，我們將持續用歌聲與音樂，幻化成支持力量，給予正在與癌對抗的家庭更多溫暖與愛，繼續勇闖明天！

儘管時值歲末，藝人紛紛忙於商演跑攤，但唯獨由知名歌手、金曲歌后、歌王組成的「希望星光幫」，再忙也會挪出時間參加「聽希望在唱歌」演唱會，他們每年都會用充滿溫暖與希望的歌聲撫慰心靈，也會走進群眾，把麥克風交棒給病友，一起並肩高歌，或是給病友一個暖暖的擁抱，真心緊握著打點滴的手，為病友們加油打氣。已參與過無數場演唱會的歌手林志炫，曾提到：「也許就外人看來，歌手做公益演唱是一種付出，但對他而言，病

友堅強的心給了我更大鼓勵，做這件事，收穫最大的是我自己。」尤其看到台下病友、醫療團隊彼此打氣的溫暖互動，那份直達心底深處的感動，更讓星光幫的歌手們久久不能忘懷，自從站上醫院演唱會的舞台後，就再也不曾缺席。

演唱會上還有一票火力超強的新生代台語歌手，像是金曲歌后曹雅雯、深受婆婆媽媽喜愛「師奶殺手」許富凱，每每一上台，台下就會陷入瘋狂，病友變身成按捺不住雀躍心情的小粉絲，紛紛拿出手機和偶像自拍、開心要簽名；醫護人員也趁空班到場，來不及換下白袍、護士服，便拿起螢光棒跟著樂曲熱力搖擺身軀。這一刻，溫暖的力量會從每個人的心裡升起，病友的所有病痛會暫時拋在腦後，因為他們在歌聲中聽見希望，也找到前進的勇氣！

這一場名為「聽希望在唱歌」的演唱會，彷彿是冬季最溫暖的療癒，帶給病友、家屬與醫護人員無數的歡聲笑語，也像是一座會發光的充電站，讓大家走出演唱會後，又有了與病魔對抗的勇氣與決心。2017「聽希望在唱歌」將陸續巡迴開唱，期待你的熱情參與，希望你來聽歌、來唱歌，把溫暖全收進心裡。

### 捕捉希望 10年聯展

捕捉希望評審席慕蓉說：「不管是悲傷、憤怒還是恐懼，當願意用攝影表達感受，這份勇敢面對癌症的態度，就值得給自己最大的鼓勵！」

為傳遞更多與癌同行的態度，癌症希望基金會及羅氏大藥廠特於【捕捉希望】邁向10年之際舉辦十年聯展，首次展出143件獲獎作品，誠摯邀請癌友、親友及醫療團隊撥冗看展，分享那瞬間的感動。

**展出時間**：106年12月11日(一)至  
106年12月15日(五)止  
08:00~20:00

**展出地點**：台北車站多功能展演區(西區) 📍

時間	醫院	歌手	主持人
11/29 (三) 18:30-20:00	高雄榮民總醫院 醫療大樓1樓大廳	林志炫、于台煙、曹雅雯、許富凱	蘇連環
11/30 (四) 16:30-18:00	柳營奇美醫院1樓大廳	邵肇玫、曾淑勤、黃嘉千、曹雅雯	蘇連環
12/4 (一) 18:30-20:00	義大癌治療醫院1樓大廳	彭佳慧、曾淑勤、許富凱	靳秀麗
12/5 (二) 18:30-20:00	高雄醫學大學附設中和紀念醫院 啟川大樓6樓第一講堂	彭佳慧、曹雅雯、邵肇玫、王仁甫	季芹
12/8 (五) 15:30-17:00	基隆長庚情人湖院區1樓大廳	陳念澤、林美秀、邵肇玫、彭佳慧	蘇連環
12/14 (四) 16:30-18:00	陽明大學附設醫院蘭陽院區 B1中庭廣場	許富凱、曹雅雯、于台煙	蘇連環

# 不一樣的斑馬，不一樣的NET！

## 神經內分泌腫瘤 10 大症狀

盜汗 	熱潮紅 	發熱 	低血糖嚴重飢餓感 	心悸 
皮膚炎 	慢性腹瀉 	氣喘 	反覆性胃潰瘍 	咳嗽 

若有以上症狀超過兩週，請盡速至醫院做進一步診斷。



■為加強衛教力度，在宣傳文宣上也由眼球先生親自操刀繪製療癒插圖。

每年11月10日為「世界神經內分泌腫瘤日 (World NET Awareness Day)」，國際上多用「斑馬紋絲帶」象徵此疾病，藉以暗喻這個容易被誤判的病症。因為一般人聽到馬蹄聲時，直覺迎面而來的應該是馬，但其實很有可能是斑馬，而神經內分泌腫瘤的十大常見症狀，如：慢性腹瀉、低血糖嚴重飢餓感、盜汗、熱潮紅等，容易與腸胃疾病、更年期等其他疾病症狀混淆，難以診斷，導致病人需花5

至7年才能確診為神經內分泌腫瘤，若是一旦出現轉移，治療起來就很困難，甚至威脅患者生命。最知名的病例就是蘋果電腦創辦人賈伯斯 (Steve Jobs)，歷經7年抗癌，仍然不敵這個惡性腫瘤的折磨。

面對這個易讓民眾或醫護人員輕忽或誤判的病症，與癌症希望基金會合作多年的藝術家眼球先生有感而發的表示：「每個生命的殞落都不『單純』，從自己家人的罹癌經驗，讓我發現若能及早察覺症狀、及早就醫治療，說不定結果就會不一樣！」本著取之於社會、回饋於社會的想法，眼球先生以其擅長的療癒溫暖畫風，融合國際宣導元素「斑馬」作為



■由眼球先生精心打造的斑馬藝陣，其創作理念全球首創。

創作靈感，繪製了NET十大警訊插圖。同時為讓宣傳擴展至各個年齡層，他也著手參與製作寓教於樂的NET動畫片，以超萌插圖，搭配吟遊詩人的說書方式，帶你完整了解神經內分泌腫瘤這個病症，看完後不僅療癒你的心，也能從中獲得知識的滋養。

除此之外，眼球先生還發揮他的造型設計長才，為今年走出戶外的NET宣導活動注入新的藝術元素「斑馬藝陣」。每位陣頭表演人員的服裝造型，皆出自眼球先生的獨特創意，除了融入斑馬圖騰元素，打造出老背少、八家將、神將偶、三太子等台灣民俗文化角色，還有京劇名伶、嘉年華森巴女郎的角色穿插其中，整個陣頭儼然就是一個移動式的裝置藝術！踩街遊行到定點，眼球先生特地找來紐約編舞家為活動量身打造一段舞蹈，配合五六年級生熟悉的青蛙王子高凌風經典名曲《不一樣》，熱力四射的表演方式，相當吸睛，也藉以向圍觀民眾傳達神經內分泌腫瘤真的很「不一樣」！期盼國人能提高對於神經內分泌腫瘤的疾病意識，唯有提高警覺，及早察覺，才能達成儘早治療的目標。

## 斑馬藝陣行動劇，跨界創意超乎你所想像！



■擺脫以往枯燥乏味的衛教宣導方式，我們在台北、高雄、宜蘭以最貼近民情的藝術展演，向國人宣導「及早察覺、及早診斷、及早治療」的重要性。

為了讓更多民眾認識神經內分泌腫瘤（簡稱NET），每年癌症希望基金會都會結合創意，像是去年與醫院攜手合辦「斑馬公仔巡迴展」，展覽期間有逾百隻小斑馬置於醫院大廳中，號召民眾從眾多可愛斑馬身上找到十大警訊並拍照，就可至癌症資源中心換取可愛斑馬小贈品，期待透過深入淺出的衛教活動，加深民眾了解神經內分泌腫瘤的相關資訊。

今年，癌症希望基金會與公益藝術家眼球先生攜手顛覆傳統的醫療衛教方式，首次走出戶外，獨創全球獨一無二的「斑馬藝陣」，以台灣特有的陣頭文化，將祈福之美意，結合「認識神經內分泌腫瘤，給你保平安」之意涵，來喚醒民眾對神經內分泌腫瘤的警覺。活動於11月10日陸續在台北信義區香堤大



道廣場、高雄駁二藝術特區、宜蘭傳藝中心舉辦三場演出。令人耳目一新的斑馬陣頭，集結了紐約編舞家、京劇演員、專業舞者，還改編經典老歌《不一樣》成動感舞曲，以象徵神經內分泌腫瘤與其他疾病真的一樣！陣頭一出場，讓在場民眾目不轉睛，吸引不少路人駐足圍觀、拍照打卡，成功創造出源源不絕的話題，將癌症宣導藝術化、趣味化、生活化，也讓NET十大警訊宣導達到口碑傳播的最大效益。

由於在過去醫學研究中，神經內分泌腫瘤一旦腫瘤轉移，其棘手度不亞於其他癌症，患者平均存活率僅約33個月。癌症希望基金會董事長王正旭醫師在受訪時，也表示：「這是個需要長期對抗的慢性癌症，其為體內控制荷爾蒙分泌細胞發生病變所致，



腫瘤會分泌過量的荷爾蒙，好發部位包括整個腸胃道及胰臟，其次為肺部。比較常見的病徵像更年期會有盜汗、熱潮紅的反應，呼吸道會有氣喘、咳嗽等狀況，這些症狀一開始跟其他病症很難區分，所以往往造成民眾要就醫很久，才能確診是神經內分泌腫瘤在作怪，而可能延誤到病情。」因此，及早診斷絕對是關鍵！基金會與醫界一直努力向國人呼籲「及早察覺、及早診斷、及早治療」的重要性，當身體出現NET十大症狀時，請多一份警覺聯想到此疾病，儘早就醫做進一步完整的腸胃道健康檢查。不過，王醫師也請民眾無須過度擔憂，這幾年醫界對此疾病已建立治療準則，加上新藥的推陳出新，通常病情能受到很好的控制，病友也可與該病長期共存。

希望花絮

# 「助癌友，我認同！」第3屆百人捐髮 500位愛心夥伴 同心合力做公益



■ 500人齊聲祝福癌友早日康復。

「治療癌症的辛苦並沒有打倒我，反而是大把大把掉落的頭髮，讓我難以接受罹癌的事實。」隨著醫療技術進步，癌症非絕症，但治療所造成的掉髮，卻常讓癌友焦慮不安，有的甚至選擇中斷或放棄治療，影響康復機會。故為鼓勵病友積極治療，重拾美麗與自信，癌症希望基金會攜手安致勤公益信託社會福利基金、再生緣生物科技股份有限公司、艾瑪絲洗髮精、觸可印·數位魔方科技、沐月髮型藝術金鑽髮型、Ext2 hair design、FUKES髮、傳愛台灣義剪團、夢想·圓夢髮藝、如新環境清潔工程有限公司、群麗髮品及三創生活等公益夥伴，於10月29日舉辦《第3屆百人捐髮》，在愛心大使黃嘉千、夏天和150位捐髮人同步剪下超過30公分長髮的實際行動帶領下，當天為基金會募得853束頭髮及製作經費221,883元，讓我們可以順利製成60頂假髮。

## 走進病房，我知道，我想要為他們做一些事

曾經帶著夏天到病房探望癌友的嘉千和女兒說：「很多人因為生病、治療而失去頭髮，所以暫時沒

辦法漂漂亮亮，我們可以做什麼來鼓勵他們呢？」這段話，讓對頭髮呵護備至的長髮公主夏天，為了捐髮助癌友不僅特別留髮1年，更捐出自己積攢許久的零用錢，想告訴大家，做好事的那份心意最重要！

## 對我來說，這不是犧牲，反倒盡是獲得

身為一位髮型設計師，很多人問我不都一樣是剪髮，而且活動還必須受限時間、設備，更選在熱門的假日舉辦，但我不僅自己參加，還

號召其他設計師的原因究竟是什麼？連續3屆參與《百人捐髮》的傳愛台灣義剪團創始人團長李家緯

說：「生病是辛苦的，但倘若假髮可以讓病人開心一點點，那我放棄假日的賺錢機會就不能說是犧牲，我反而覺得是獲得，因為我彷彿看到病人戴起假髮後的燦爛微笑！」

## 團結力量大，沒了我怎麼行

第一次參加是希望能把對癌逝母親來不及表達的愛，分享給其他人的媽媽，2年後再度報名的蘇聞謹坦言：「就算現場設備不比髮廊，等待時間也長，但只要百人捐髮不停辦，我就會一直參加，因為團結就是力量，沒了我怎麼行！」

## 千頂假髮助癌友，你我都可以

癌症希望基金會執行長蘇連環表示，自基金會發起「千頂假髮助癌友募集計畫」，我們收到來自全台各地的捐髮與捐款，以今年1~9月來說，基金會共募集29,941束頭髮，並在3,753,829元製作經費的募資下完成1000頂假髮製作，但目前仍有900斤，能製作3,000頂的髮量需要大家捐款支持，一起助癌友重拾美麗與自信。



愛心大使黃嘉千及夏天攜手150位捐髮人齊剪髮助癌友。



為響應助癌友，安致勤公益信託社會福利基金與再生緣生物科技承諾連續3年捐款不間斷。



為感謝到場響應者，百人捐髮首度發行認同卡。



5歲長髮公主剪髮助人很捨得。



不畏同儕言語霸凌，8歲男孩堅持捐髮做公益。



經歷過更懂得，癌友攜子捐髮。

◎「千頂假髮助癌友」詳情可至 <http://www.ecancer.org.tw/hair4hope/> 或來電 (02) 3322-6287分機124洽詢

希望花絮

# 肺癌學習營，帶你深入了解治療新趨勢



肺臟主掌呼吸，是維持生命最重要的器官，但根據衛福部統計，肺癌一直以來都是國人罹患率較高的癌別之一，且因危險因子包含抽菸、空氣污染、家族病史等，讓民眾多少都會面臨到肺癌的潛在威脅，加上有許多病友本身不抽菸、愛運動，竟也罹患上肺癌，讓近八成的病友因缺乏警覺，未能及早發現，而錯失了治療的黃金時間。不過，隨著醫療



技術的日趨進步，不僅讓治療肺癌的成果顯著，也使得病友在對抗肺癌上抱持著較多的信心。

台北希望小站於11月11日舉辦的肺癌學習營，邀請到台大醫院胸腔科廖唯昱主治醫師，針對肺癌最新治療趨勢進行詳細解說，活動吸引超過百位民眾前往聆聽，也引發全場病友及其家屬的共鳴，於醫師Q&A時間踴躍發問與討論。

學習營亦邀來二位肺癌病友分享抗癌經驗，一位是知名抗癌部落客星希亞，她在癌末確診初期，眾醫無技可施之際，勇敢面對生命的脆弱，分享自己如何走出生命的低谷，接受正規治療，走向希望的未來。另一位是鋼琴老師嫻如的罹癌歷程，令人每每聞之，都為她感到心疼與不捨，但為了年幼兒子，她努力禱告，樂觀轉念戰勝病魔的故事，相當具啟發性。透過她們的真實經歷，藉由同病互助的力量相伴，讓人體悟到生命若因罹癌而急轉直下，千萬別為一時的絕望與無助，而放棄希望。反而要期待此次的降落，能成為將來展翅高飛、飛向幸福未來的最好養分！

癌症希望基金會每月都會舉辦數十場以上的學習營、講座、支持團課、親子營、病友會等活動，歡迎病友及其家屬加入癌症希望基金會Line官方帳號（ID為@ixp1624t），你的一個分享舉動、一條有用訊息，都將成為帶領病友前進希望的助力，讓我們陪你一起逆轉人生！

好站連結 淋巴癌照護網 <http://www.08i.org.tw>，請隨時留意「燒·腫·癢·汗·咳·瘦」六大淋巴癌症狀。

# 「防癌保胃戰」邀你一同來抗戰



論壇邀來4大醫療權威開講，（左起）趙毅教授、林肇堂理事長、陳立宗所長、王正旭董事長，在主持人鄭凱云（左三）帶領下，現場民眾發問相當踴躍。

惡性腫瘤（癌症）已連續35年高居國人死因首位，尤其現代人工作、生活壓力大，上班族在三餐不定與長期處在高壓狀況下，有些人深受胃痛所苦，加上胃癌初期症狀不明顯，許多人抱著「沒那麼嚴重、沒那麼倒楣」的心理，而輕忽嚴重性，任由癌細胞在身體內作祟。此次，癌症希望基金會與TVBS「健康2.0」節目合辦的「防癌保胃戰」世紀論壇，邀請4大醫學權威首次同台，由台灣消化系醫學會林肇堂理事長、台北榮總腫瘤醫學部主任暨腸胃科主治醫師趙毅教授、國家衛生研究院癌症研究所陳立宗所長、癌症希望基金會王正旭董事長輪流開講，共同為民眾破解胃癌危機，也呼籲「當消化道不適達二週以上，務必抽空就醫檢查，以及早發現病因，及早精準治療」。

論壇一開始，先由林肇堂理事長以《胃什麼罹癌》為主題，為民眾釐清胃癌形成的元兇有哪些。胃癌的危險因子分為三類：一是飲食與生活習慣，如抽

菸喝酒、高鹽、肥胖、醃漬食物、長期缺乏維生素C等；二是基因遺傳因素，胃癌病患的一等親屬得到胃癌的機會比一般人多出2~4倍，拿破崙家族就是典型的家族性胃癌；三是幽門螺旋桿菌，過去20年來消化系疾病最大的突破就是發現幽門螺旋桿菌的存在，有幽門螺旋桿菌感染的人得到胃癌的機率是沒有得到者的2~7倍。要如何減低胃癌死亡率？林肇堂表示，可以從初級預防，去除胃癌的危險因子，養成健康生活習慣、治療幽門螺旋桿菌等來降低罹病風險。再來是次級預防，藉由胃鏡或上消化道攝影的篩檢，早期診斷、早期治療，以提高存活率。

接著，由趙毅教授以《捍胃健康》為題，點出病友可採分進合擊的胃癌治療策略，配合正規治療，讓病

況能重獲曙光。由於胃癌分二種，若癌細胞侵犯到黏膜層或黏膜下層則是早期胃癌；若侵犯到肌肉層，則稱為進行性胃癌（或稱晚期胃癌）。跟鄰近的日本、韓國相比，台灣胃癌存活率偏低、死亡率沒有顯著下降的原因，主要是因晚期胃癌患者確診前多數未曾做過胃鏡檢查，以致一旦就醫，確診為晚期胃癌的比例高達6成，故提醒民眾若有消化道不適症狀超過2週，應到醫院檢查。另外，許多病友害怕化療副作用，他也強調現今化療配方進步，副作用都能受到良好控制，無須害怕化療。只是目前健保僅給付第一線化療用藥，但標靶藥物自費昂貴，免疫藥物又尚未得到核准，這是未來政府應努力的空間。

緊接著，由陳立宗所長以《我的胃來不是夢》為題，預測未來胃癌治療的新趨勢。他表示癌症是基因突變的疾病，分成「單一致癌基因變異（如肺腺癌表皮生長因子受體基因突變）」和「多步驟基因

變異蓄積（多數胃腸道癌症）」，前者癌細胞就像高鐵一路疾駛，使用標靶藥物治療就像在途中某個軌道設路障，讓高鐵停擺；但後者癌細胞就像捷運系統，如果某個引擎被破壞，系統還是會運轉，需要花更多心力破壞。陳立宗表示，胃癌就像捷運系統複雜，需做基因檢測找出適合的標靶藥物，再搭配化學治療，才能改善存活率。因此，精準治療（標靶）有金錢、時間上的挑戰，但卻也是未來醫師和病人的夢想。

最後，由王正旭董事長以《甘胃人生》為題，探討癌後飲食與生活支持的重要性。很多人以為一旦罹患胃癌，就與美食絕緣，但其實只要把握三大原則：「少量多餐-好營養」、「乾溼分離-好吸收」、「克克計較-好消化」，胃癌病友也能享受口福。王正旭也特別為胃癌病友向政府提出三大爭取，一是「健保要給付」，因胃癌化學藥物選擇不多，自費注射藥物對罹癌家庭造成龐大的經濟壓力，期盼當有胃癌新藥核准上市時，衛福部健保署能加速討論將藥物納入給付；二是「服務要整合」，由於胃癌治療前中後期，皆需相關醫療、營養飲食、經濟、照護等資訊及協助，一站式窗口（one-stop）對罹癌家庭非常重要；三是「病友要互助」，鼓勵病友參加病友會，透過經驗分享，鼓勵彼此不要放棄治療，並以團體力量爭取胃癌病友更周全的福利。

由於國人罹患胃癌的病友有高達6成是晚期發現，5年存活率僅10%。因此，4大醫學權威共同呼籲民眾要有所警覺，唯有早期診斷、早期治療，才能打贏這場「防癌保胃戰」！想完整了解論壇內更多精彩內容，請上Youtube搜尋「防癌保胃戰」，即可獲得詳細資訊。

癌症希望基金會也特別針對胃癌病友設計食譜，以滿足不同病友的需求，同時出版《面對胃癌》、《營養滿分，抗癌加分》等衛教手冊，也有專業營養師可提供個別化諮詢，歡迎癌友及家屬索取，或撥打免付費專線0809-010-580洽詢。

## 希望花絮

# 全民一騎FIGHT，捍「胃」你的健康！



根據國內癌症登記年報顯示，胃癌已連續4年位居十大死因第七位，平均每4小時就有1人死於胃癌。主要是因為患者在初次就醫診斷時多為晚期胃癌，顯示國人在胃癌的疾病意識方面仍有努力空間。面對胃癌死亡率高、存活率低的困境，癌症希望基金會近年來不斷向國人宣導高危險族群，以及喜好高鹽、醃漬或煙燻燒烤食物、抽菸、喝酒的民眾都應提高警覺、定期做篩檢，才是捍「胃」健康的重要關鍵。

今年為響應每年11月的「國際胃癌宣導月」，癌症希望基金會特別於11月25日在台北市政府市民廣場前，舉辦「捍胃健康一騎 Fight」3公里單車環「胃」活動，短短2週就號召近百位民眾響應！他們有的是胃癌病友或家屬，有的是關心胃癌疾病的一般民眾，身分雖然不同，但相同的是都想幫辛苦抗癌的胃癌家庭們加油打氣，更希望能為提升晚期胃癌病友5年存活率而努力！活動在國民健康署癌症防治組副組長蔡士智、台北市衛生局局長黃世傑、癌症希望基金會董事長王正旭、台灣禮來總經理姜佩卓等貴賓共同鳴槍下正式展開，大家不畏風雨、卯足全力騎著單車一同繞出總長3公里的「胃」形狀路線，希望鼓勵更多胃癌病友能積極對抗病魔，喚起社會大眾對胃癌疾病的重視，一旦消化道系統有所不適，就要提高警覺，早期發現、積極治療，「胃」來就會有希望！

## 希望情報

## 肝細胞癌診療的新趨勢

文 / 余憲忠

近來台灣肝癌治療成效有大幅的提升，一方面是病毒性（B、C型）肝炎治療的進步，長期下來使患者罹癌的比率大幅減少，縱使不幸罹癌，也能保有一定程度的肝功能，使能進一步接受腫瘤相關治療。另一方面，肝癌的治療在近年也有很多突破與進展，讓臨床醫師們有更多的治療方式，成效因此大增。

整體而言，要延長肝癌患者存活，除了本身肝病的治療需達一定成效外，早期診斷、早期治療是很重要的關鍵。而早期診斷主要依賴定期驗血與超音波篩檢，一旦肝癌被診斷於早期，患者能夠進一步接受如手術切除、肝臟移植或是局部消融等治療，效果會非常良好。至於在小型肝癌確診的工具上，新近有Primovist特殊顯影劑核磁共振的出現，幫助臨床醫師針對傳統電腦斷層或核磁共振影像下確診

有困難的病灶，提供更好的確診能力，也可以提升早期診斷率並減少不必要的切片及其相關風險，算是最新的診斷利器之一。

早期肝癌的定義，腫瘤的條件為單顆腫瘤5公分以下，或多顆腫瘤不多於三顆且最大一顆小於3公分，這在目前BCLC分期系統為0或A期。但臨床上仍有部分患者診斷肝癌時，腫瘤大小與數量已超出早期肝癌的範圍，但其肝硬化程度尚可，進一步區分為BCLC的B和C期，後者是合併有門靜脈栓塞或遠處轉移或日常活動能力分數2分以下。目前診療指引針對B和C期的治療建議仍以手術切除為優先，可惜只能適用於少數患者，其餘患者在傳統上B期患者首選治療為栓塞，若為C期患者只有標靶治療（Sorafenib），選擇甚為侷限，成效亦不佳。

但近幾年微球治療技術有大幅的進步，慢慢在改變這些患者治療的情況。首先是載藥微球（Drug-Eluting Bead）應用於栓塞治療，根據統合分析顯示，其效果更優於傳統栓塞，同時大量減少栓塞引起的副作用，勢必將成為未來新趨勢。另外，針對栓塞效果不彰或無法接受栓塞患者而言，除了標靶治療外，新近發展的釷90微球放射栓塞治療（Radioembolization）也有不錯的療效，目前還在發展各種微球載體以增進療效並減少副作用，未來也是治療新選擇之一。其他如肝動脈化學治療、體外放射線治療、質子治療或是免疫治療，雖然還未建立國際一致的準則，但也逐步在各家醫院呈現一定的療效，再加上新近第二代標靶治療藥物的上線，更為許多難治患者提供了一線曙光。面對這麼多新的治療，適應症又各有不同下，建議此類患者一定要和主責醫師做充分的討論共識之後，才能有最好的取捨。

## 余憲忠 小檔案

現職：高雄榮民總醫院 胃腸肝膽科主治醫師

## 希望情報

## 癌症資源中心，守護癌友家庭的第二雙手

對於廣大罹癌家庭來說，治療本身可能不是最困難的事，而是確診之後，接踵而來的經濟、交通、照護、家庭關係、情緒衝擊等問題，才是最讓人手足無措、甚至萌生放棄的關鍵。醫療院所因為專業分工緣故，無法給予醫療以外的諸多協助，導致病人離開醫院後，不知道能去哪裡找資源，造成生活陷入困境、甚至延誤或中斷治療。此時，誰能伸出援手提供協助？

## 癌症資源中心提供「無縫接軌照顧」



為了滿足癌友需求，97年起國民健康署委託癌症希望基金會，在全台6家醫院率先成立「癌症資源單一窗口」，甫一推動獲得極大迴響。截至99年，全台已有49家醫院成立癌症資源中心，癌友全方位照顧正式起步！

那麼，癌症資源中心能提供病友怎樣的服務？簡而言之，癌症資源中心串聯政府、醫療和社區資源，提供病人及其家屬無縫接軌的身心靈照顧。病人或家屬若有治療上的疑問，或是遭遇經濟、交通、營養補給、康復用品、居家照顧、就業協助、情緒支持等需求，都可直接到癌症資源中心尋求專任人員或志工諮詢，不用再透過醫生才能獲得相關資訊。癌症資源中心人員也會評估、視狀況轉介給其他相關政府或社福單位，讓罹癌家

庭獲得更周全的幫助，順利返回社區。即使離開醫院，只要一通電話打到癌症資源中心，就能找到人詢問；許多癌症資源中心更成立「病友會」，鼓勵癌友互相支持，在抗癌的路上攜手同行。

## 「三全」服務，抗癌路不孤單



目前全台共有66家醫療院所設有癌症資源中心，癌症希望基金會也同步建立「台灣癌症資源網」，方便民眾快速尋求支援、找到最近的癌症資源中心。推動「無縫接軌照顧」8年多來，癌症資源中心已服務超過67萬個罹癌家庭！

8年的時間，可使襁褓中的嬰孩從牙牙學語步入小學，對於全台「癌症資源中心」來說，也已逐漸站穩腳步，在全台各醫療院所開花結果、呈現多元豐富的服務樣貌。未來，癌症資源中心將邁向「全人、全程、全方位」服務，像罹癌家庭的第二雙手、成為最好的求助角色，以守護病人安心面對抗癌之路。

註：

1. 台灣癌症資源網（[www.crm.org.tw](http://www.crm.org.tw)）提供癌症相關資訊及全台癌症資源中心查詢。
2. 若有任何疑問，歡迎撥打免費專線0809-010-580（鈴一鈴，我幫您）諮詢。

## 希望看板



## 第7屆 彩繪希望 繪畫比賽徵件中 總獎金10萬等著你！

每個人心中都珍藏著一道任意門！但當癌症來敲門，你會害怕嗎？揮別恐懼、放下悲傷、勇敢與癌前行，打開門，就能看到不同的風景！

即刻邀請你，一起用畫筆轉動你的抗癌任意門，畫下最難忘的故事，大聲對癌症說：我不怕！

- 收件時間：2017年11月1日起至2018年1月31日止（以郵戳為憑）
- 參賽對象：癌友、病患親友及醫療團隊 ※以上組別參賽者限台澎金馬地區居民
- 作品主題與規格：請以「我與我的任意門」為精神創作，提供尺寸小於43x66公分的平面畫作（恕不接受電腦繪圖），內容不限，人物、景物、事物皆可，並附上作品名稱及100字概念簡述
- 獎項：分癌友、病患親友及醫療團隊三組，每組選取前三名及佳作五名  
第一名：20,000元、第二名：10,000元、第三名：5,000元、佳作：獎座

※參賽報名表及活動詳情，請至癌症希望基金會官網 [www.ecancer.org.tw](http://www.ecancer.org.tw) 瀏覽下載，或電洽（02）3322-6287分機125賴瑞如小姐

# 歲月悄悄來擾眠，敲敲青春好助眠

文 / 鄧瑋倫



以前的爸媽對小朋友因興奮過度或明天學校活動而晚上睡不著，都會半敷衍、半強迫孩子們一邊數羊，一邊安靜入睡。慢慢的，數羊入眠變成各國的一種睡眠文化，而不是數牛或數狗。數羊幫助睡眠，一來可能是羊很溫馴，不會亂動，在腦海中一群羊隻好像很好數，二來是羊長得萌萌的，一想到綿羊毛茸茸的樣子就易讓人放鬆心情、放鬆緊繃肌肉。更重要的是，睡眠的英文是sleep，一直默唸sleep、sleep、sleep唸久了，寤寐之間，居然唸成了sheep，也就是數羊的由來。所以難怪我們數羊沒有效，因為我們的母語是華語非英語。

現代人似乎都會有睡不好的困擾，但這跟真正的睡眠障礙還是不同，每週3天以上無法入眠，連續1到3個月就已經初步構成失眠要件，或稱為慢性失眠，甚至入睡困難超過1小時無法入眠，或一個晚上清醒2到3次，並且醒來就無法入眠，這些通稱為

## 希望語心

# 與癌共處

文 / 葉北辰

參與病友活動時，常會聽到有人說「與癌共處」，這個觀點好像是從慢性病的概念來的。大部份的慢性病（如高血壓、糖尿病）因無法根治，需要長期使用藥物控制症狀，另一方面也需要調整生活型態，培養健康的生活習慣，避免可能讓疾病惡化的危險因子（如做好壓力因應、不吃甜食），提升讓身體健康的保護因子（如良好作息、適度運動、均衡飲食）。簡單來說，所謂與疾病共處，大概就是要嘗試接納「生病」是「自身生活」的一部分，進而重新建構出新的生活模式。

那麼，「與癌共處」又是一個什麼樣的概念呢？有些病友罹患的癌症需要持續進行電療、化療或標靶藥物，每隔一段時間就要回醫院做檢查、進行治

睡眠障礙。失眠是一種常見的心理折磨與身心勞損，以我為例，我只要一天睡不夠、睡不飽，或徹夜難眠到天亮又要接著上班，翌日的情緒就易暴怒焦躁。但是我們很多病人終年失眠，往往氣虛血衰，神氣疲乏，胸悶頭暈，要找人出氣也沒勁，要出門吃大餐也沒興致，玩不起來、嗨不起來，晚上又睡不沉，整個人槁木死灰，接著憂鬱症也跟著來。

無論短期或長期，失眠好像不會對生命有何影響，很多婆婆媽媽中年以後就開始失眠到八、九十歲，有些會開始吞安眠藥或助眠劑，似乎日子也過得去，但是失眠對身心影響頗大，包括胰島素會因一晚只睡4小時不到，因分泌漸漸變少，造成胰島素阻抗、糖尿病、肥胖、高血脂、心血管疾病，甚至老化、記憶力下降的併發症。其實在生活上可以做點小調整來幫助睡眠，介紹二款茶飲提供參考：

### 1. 好眠核桃漿：取低溫烘焙、無糖無鹽的完整核桃5枚+柏子仁10克+蒸熟黃豆30克，與50cc熱水打成豆漿。

柏子仁對養心安神、心神不寧失於調養、心悸心律不整、煩躁不安等失眠症狀非常有效，對失眠便秘的患者也有滋陰潤燥通便的效果。核桃除了不飽和脂肪酸可保護心血管，這功效廣為人知以外，富含鋅、錳、鉻等微量元素，又可強壯肌肉抗衰老，只是當身體正處腸胃炎腹瀉階段或火氣大、口舌生瘡時要先暫停飲用。

療，癌症治療成了生活一部分的與癌共處。有些病友可能需要一些後續的輔助治療，如：荷爾蒙治療，可能要維持好幾年的時間，有點類似慢性病的與癌共處；也可能是癌症治療結束了，但病友們覺得癌症或治療的後遺症干擾生活，亦或是擔心疾病復發，或是一直有「我是個癌症病人」的陰影盤旋在心中，這有時不單單是癌症的問題，而是整體的生理—心理—社會的與癌共處。

其實疾病和健康是社會建構出來的概念，例如：肥胖在古代是富貴的象徵，現代則是需要監控的疾病，甚至建構出數據化的描述，像是國民健康署建議成人的身體質量指數（Body Mass Index，簡稱BMI）是搭配腰圍做為肥胖的標準，男性腰圍 $\geq 90$ 公分，女性腰圍 $\geq 80$ 公分，若BMI $\geq 35$ 就是重度肥胖，BMI $\geq 30$ 是中度肥胖，BMI $\geq 27$ 是輕度肥胖，BMI $\geq 24$ 是過重。這裡並不是要爭論肥胖標準或是BMI是否為一個優良指標，這裡要討論的是誰訂出

### 2. 三蔘有杏茶：沙蔘5克+西洋蔘5克+黨蔘5克+杏仁10枚（可先捻碎），用100cc熱水悶泡。

沙蔘用於失眠過久，身體已呈現火氣大、咽乾聲音沙啞，例如白天上班說話有聲，但到下午驟然咽乾聲啞，對乾咳無痰、食慾不振有不錯效果。西洋蔘能預防感冒，調節免疫系統，也能減少放療、化療產生的疲勞，甚至有增強記憶力，改善糖尿病併發症的功效。對於慢性失眠，如白天提不起勁，夜間睡不安寧的氣虛，陰陽顛倒，陽氣虛、陰火旺會有雙向調節。於是首富郭台銘才會在2017年與美國威斯康辛州簽署全州花旗蔘田的採購案，花旗蔘就是西洋蔘。而黨蔘對於化療、放療後的氣虛疲憊，腸胃不合，吃不下睡不著，會有補氣生津提氣的效果。

此外，轉轉腳踝也是一個很好運動。跌陽穴是一個超級穴道，本是「足陽明胃經」的一個穴道，主管腸胃，在足背最高點，也就是第二與第三趾掌骨間凹處往上尋穴最高點。它又稱衝脈，是一足背動脈跳動處，就如同腋窩動脈或鼠蹊動脈、頸動脈，對通經絡，放鬆情緒，安寧心神有極佳效果。用拇指以外四趾放平，按撫跌陽穴以圈狀按摩，一次3分鐘，一天2到3次。敲按穴道，通暢一下許久未動的身體，也有助順眠安眠。

#### 鄧瑋倫 小檔案

現職：京華中醫診所專任醫師

24、27、30和35的數字？如果過重的BMI標準調高為25，那麼一個BMI=24的人就會瞬間從過重變成健康體位？所以健康是建構出來的，當一個人（或這個社會）對健康有一個過度理想化的想像，認為生病就是不健康的，那麼我們就很難「健康地生病」，更不用提與癌共處。

「與癌共處」不單純是病友個人的任務，也不只是癌症家庭的議題，而是需要整個社會文化的溝通與共識。為此，癌症希望基金會才會孕育而生，除了要服務病友、癌症家庭，還要辦大型活動向整個社會宣導倡議，讓所有人更認識癌症及理解癌症，也希望能有越來越多人加入我們的行列，期待有一天所有的病友及其家屬們都能夠「與癌共處」。

#### 葉北辰 小檔案

現職：基隆長庚醫院癌症中心 諮商心理師



## 交換禮物送什麼？希望小舖熱薦299元期間限量包

還在為聖誕節、跨年倒數的交換禮物傷腦筋？  
還在為了無法買到符合目標金額的商品而尋尋覓覓？  
還掙扎在「可用」與「好用」不敢下手？

即日起至2018年1月底，希望小舖特別推出「交換禮物期間限定包」，只要299元即可一次將萌娃造型購物袋、機大王抱枕、手工拼布袋、髮圈或洗髮精等總市價699元商品帶回家（每包內容不一，隨機出貨，限量推出）。

◎詳情請至希望小舖 <https://gift.ecancer.org.tw/> 瀏覽

陳樂園 + 世

## 在心靈深處為生命歌唱

文 / Ms.Alice

這是一個感恩的季節，這是一個慶賀的季節，這更是一個靜思的季節。

我感恩每日晨起悅耳的鳥鳴，好像少男的口哨，不絕於耳，把我帶回了青春，念及那些口哨聲曾帶來的驕傲與虛榮！我感恩鄰近的書店，每晚有不同的活動，書籍推薦、作者討論、音樂小聚、市政報告，我怎能不對社區有感，有愛、有關心，有共榮的美好期待。我感恩我的身體配合我熱愛的運動，也在我疲累時發出警訊，得以及時調整。我感恩後院的大橘樹，春天散發出幽幽的花香，夏天提供沙漠最需的蔭涼，秋冬結滿黃油油的果實以供食用，我向它致敬，致謝！它接受日月精華與大地壤石間的養份，然後全然無私的付出，如母親般無盡的給予。

我也很認真的思考為什麼我的生活這麼平淡，卻這麼快樂？！我在彩色食物中堆疊玩耍，發揮自我陶醉的創作。我在歌唱中享受那譜線間的跳躍（最近迷上全本的莫札特安魂曲，那個旋律的美、數學的紀律、高低跌宕的情感，是

我年終大推給讀者的一份禮物。惠而不費，YouTube 上搜尋英國指揮家 John Eliot Gardiner 的演出，不信你不愛！）。我在持續卻緩慢（眼酸啊！）的閱讀中滋養心靈，等待共鳴的喜悅。以前讀《老子》是享受那文字精簡的魅力，而不知不覺中，竟在他的哲理中經歷樸素、無欲，不爭的美好。也因為靜了，慢了，安了，有理懂得氣和，無理懂得道歉；有話可以好說，有氣可以探討。於是氣就順了，血就通了，筋脈就活絡了，樂，也就跟著來了！

人生的每一秒都在變化，那是常態。剛剛經歷小兒車禍壓頂的我，餘悸猶存。不敢也不願回想衝向救護車的剎那可能的噩耗。生命的終點任誰都無法預測、預防，甚至準備，唯一可以做的就是與你相愛的人隨時擁抱，不為任何一個可能的分離留下遺憾。不求大難不死必有後福，只慶幸我們在車禍的早晨擁抱過。到底，我們只活一次！

HOPE親愛的朋友們，要堅信，無論身處人生的高峰或低谷，我們都值得一個更好的明天！好好擁抱你生命中的精靈，和那些你鍾情的人，事，物。

回到美國是一個休憩，是一個反省，是一個鍛鍊我要為生命歌唱，每一天我都審慎對待。

希望劇院

## 沒有公平與正義

文 / 鄭凱芸

圖片來源 / 雅虎電影



這是一部悲傷的電影，沒有一點點的溫情與感人，對好久沒看日本電影的我來說，這部電影帶來十足的震撼與我對人性再次的憤怒。

電影中有二條故事線，都是以男主角為核心。一條故事線陳述擔任報社記者的男主角熱衷於調查已經屆滿一年、但遲遲未破案的滅門血案。他好奇是怎麼樣的三口之家會被兇殘地殺害，所以持續追蹤這對令人稱羨的菁英夫妻。在蒐集他們的求學背景、人際關係、工作狀態等資料時，意外地發現他們可能與許多人樹敵，像是男

主人的前女友們、女主人的閨蜜等，都有殺害他們的可能性。另一條故事線講的是男主角的妹妹因虐待親身女兒而入獄服刑，在接受精神科治療的過程中，自己虐兒背後的成長故事被托出。最後，二條故事線變成一齣駭人的歷史，這對兄妹在年幼時的受虐經驗出演了長大後的悲感結局，身為觀眾的我們，知道了殘殺一家人的兇手是誰，也發現了誰是

妹妹女兒的親生父親。

不知道大家有沒有這個經驗，在看故事的我們知道世俗的是非黑白，但總是為殺人的主角即將被逮捕而心驚膽戰，希望他們能逃過法律的制裁；又或者對看似無辜的受害人充滿憤慨，因為他們遊走法律或人性邊緣，以隱諱的方式傷害了社會的非主流分子。此時，何謂對錯已經變得模糊，尤其看戲的我們，對錯甚至變得都不重要了，反而更求心中的正義。在各種影片中，我們學習到的是，現有制度是為主流群眾而存在的，底層的群眾只能用自己的方法達到他們要的正義。

在辦公室、在家庭裡、在社交中，我們一定常常遭遇不平，我們可能相信神自有安排，可能跟朋友咒詛或八卦，可能循合法管道申訴，可能展開地下復仇，不管使用何種方法，我們找的都是我們以為的公平與正義，但在別人眼中，也許完全不堪一擊。這讓我想到最近一位剛離婚的朋友，她為了擁有孩子的完全監護，出示了一張驗傷單，指控她的前夫虐待小孩，但卻是存在的事實，我懂她想要擁有孩子的心，卻無法認同她用謊言獲取這份親子關係。這張驗傷單是她認為理所當然的正義，在我看來卻是欺瞞的開端。

電影的最後，所有的主角都用他們的方式掙得公平與正義，而我卻失去了去評價誰對誰錯的能力，甚至希望活著的人能繼續平安地活著，並且奇蹟地從傷痛中康復，讓這個慘絕人寰的案件永遠被封印。

這個世界，沒有公平與正義。

鄭凱芸 小檔案

現職：癌症希望基金會 副執行長

希望書坊



書名：生命的溫暖戰歌

作者：邱瑛瑩 出版社：天下文化出版

邱瑛瑩，不只是政壇上的「漂亮寶貝」，亦是走過生死交關、體悟生命真情的「抗癌女將」。2011年年底，新婚燕爾的瑛瑩正積極投入立委選戰，在選情如火如荼之際，竟被確診罹患卵巢癌第一期，不啻為她的人生投下震撼彈。面對這樣的雙重壓力與重大打擊，瑛瑩的堅韌，在此危難之際展現出來，她用積極、樂觀的態度坦然面對病魔。如

今，抗癌成功的她，已完全恢復健康，並能熱情分享抗癌經驗和養生資訊，與癌友相互激勵。在丈夫李永得的鼓舞下，提筆記述這段艱辛的抗癌之路，疾病也讓瑛瑩學會用更豁達正向的心，去面對生命中的一切變化。她明白，眼前的「失去」，只是當下的失去，老天會用另外一種方式讓她「得到」。

回想過往，當年不向命運低頭的小女孩，現在已經是國會的資深立委。從青澀到成熟，從強悍到溫柔，瑛瑩的人生經過歷練，愈顯沉澱及成熟。且聽她將人生的苦難與挑戰，化為動人音符，唱出勇敢抗癌的人生序曲，猶如和煦陽光，與你一同在生命道路上，溫暖同行。

※ 感謝邱瑛瑩願為病友身心照護付出心力，將新書版稅收入全數捐贈給癌症希望基金會，特此鳴謝。

希望看板

## 1001個希望—癌友家庭親子營開始報名了



1001個希望，就像一千零一夜的故事一樣，充滿了希望、智慧，與冒險犯難、永不放棄的精神！

自民國97年起，本會每年舉辦癌友家庭親子營活動，藉由專業社心老師的帶領，讓孩子們在營隊中對「癌症」有更多的學習和體會，也讓家人共同檢視罹癌後家庭之間關係的微妙變化，更希望能提供罹癌家庭有一個喘息與度假的機會。

107年「1001個希望～癌友家庭親子營」即將開跑，歡迎有興趣的病友或家屬撥打免費專線 0809-010-580 洽詢。

- 參加對象：罹癌父或母及未成年子女，每梯次10~12個家庭
- 費用：免費（每名預付500元/人報名費，於全程參加活動後退費）

活動時間	區域	活動地點	報名專線
3/17~3/18	北區	東森山林渡假村	02-33226286 #133 林社工
3/10~3/11	中區	飛牛牧場	04-23056731 #155 朱社工
3/24~3/25	南區	走馬瀨農場	07-5810661 #112 洪社工

# 送愛到病房，癌友關懷禮募集中

一句問候，抗癌不孤單！面對癌症，除了病友堅強的意志與耐力外，旁人的支持更是他們前進的動力，為鼓勵正在治療的癌友，誠摯邀請您響應「一份愛心，雙倍祝福—送愛到病房」，讓【明天巴士—保溫餐食罐】將您的愛直接送達，溫暖癌友的心房！

## 用關懷禮傳遞祝福 祝癌友早日康復

「生病的時候，有很多人守在旁邊陪著我，爸媽、醫生、護理師、志工，甚至從未見面的捐髮人，讓我可以帶著那頂美麗的假髮，就像一般人一樣，所以，我也想把這份陪伴送給其他需要的朋友，讓他們知道，別怕，抗癌路上，我們永遠都在！」

為陪伴更多癌友順利完成治療，歷經化療、3次骨髓移植，抗癌滿4年的宜綺，特別以勇闖明天為主題設計【明天巴士餐食罐】，除了希望餐食罐保溫及方便攜帶的功能可以為病友準備更多兼具營養及增加食慾的食物外，更希望藉由這份包裹著餐食罐的「癌友關懷包」，祝福更多癌友早日康復！

## 一份愛心，雙倍祝福 將餐食罐送到病房募集中

即日起至12月底，凡響應「希望在這裡-癌友家庭照顧服務」並捐款支持滿1500元(含)，可獲得【明天巴士餐食罐】乙個；滿3000元(含)，除可獲得【勇闖明天餐食罐】2套，主辦單位更會為您將餐食罐送到病房關懷癌友！（贈品數量有限，送完為止）



2017「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"/> 同聯結人 <input type="checkbox"/> 其他 並填寫身分證字號/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
明天bus餐食罐	捐款滿1500(含)可獲得餐食罐一個			採購機出貨，贈品數量，送完為止。
勇闖明天餐食組	捐款2000(含)，可獲得明天巴士餐食罐 X 勇氣map餐盤各一個			採購機出貨，贈品數量，送完為止。
「一份愛心，雙倍祝福，送愛到病房」	捐款滿3000(含)，除可獲得【勇闖明天餐食組】2套，主辦單位更會為您將餐食罐送到病房，關懷正在與癌對抗的病友。			華華捐款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**

發卡銀行：\_\_\_\_\_ 有效期限：\_\_\_\_月\_\_\_\_年  
信用卡別： Visa  Master  JCB  
信用卡號：\_\_\_\_\_  
持卡人簽名：\_\_\_\_\_ (同信用卡背面簽名)

銀行匯款 或  ATM轉帳 將豐國際商業銀行金控總部分行  
銀行代號：017 帳號：201-10-647544 戶名：財團法人癌症希望基金會  
 郵政劃撥 戶名：財團法人癌症希望基金會 帳號：50191500  
 全家便利超商 FamPort/愛心捐款  
 線上刷卡 請逕至癌症希望基金會「希望小站」購買 <http://gift.ecancer.org.tw/>

您從何處獲得訊息  活動文章 (DM)  廣告  網路  其他 (請註明)

備註：1. 愛心回覆單填寫後請傳真 (02) 3322-1719並來電確認，電話 (02) 3322-6287分機166詹小姐或分機165林小姐。  
2. 其他付款方式，請於匯款轉帳、FamPort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「2017希望在這裡」。  
3. 贈品與收據收據將於捐款成功後兩週後寄出。  
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、心理支持課程、癌症家庭子女獎助學金、照顧人力與急難救助等經濟協助之用。

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



### 希望寶盒

學名：Lenalidomide  
商品名：Revlimid  
中文名：瑞復美膠囊

**作用：**  
可在骨髓內發揮多種效果，使癌性骨髓瘤細胞的生長停止或變慢。

**給藥途徑：**  
口服。

**副作用：**  
白血球下降、血小板減少、靜脈血栓、腹瀉、便秘、噁心感、皮膚疹、疲倦、抽筋。

**健保給付條件：**

- 1.須與Dexamethasone（類固醇）藥物併用，適用於至少已接受過一種治療失敗的多發性骨髓瘤患者。
- 2.須經健保事前審查核准後使用，每次可申請4個療程，每人共18個療程為上限。
- 3.不得同時與Velcade（萬科）藥物合併使用。



### 2017年12月~2018年1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	
12月9日 (周六)	中醫調理講座 地點：淡水馬偕醫院	12月23日 (周六)	神經內分泌腫瘤分享會 地點：崇友文教基金會	12月25日 (周一)	癌症照護及福利資源保險講座 地點：台中希望小站
12月9日 (周六)	胃愛相聚—胃癌食譜料理分享會 地點：台北希望小站	1月13日 (周六)	袋金袋銀禪繞行大運 地點：台北希望小站	12月27日 (周三)	社心講座~癌後新人生 地點：台中希望小站
12月16日 (周六)	社心講座—親子疾病溝通 地點：台北希望小站	1月20日 (周六)	運動健健美 地點：台北希望小站	1月17日 (周三)	希望劇院 地點：台中希望小站
12月16日 (周六)	多發性骨髓瘤醫學講座 地點：臺大醫院	12月9日 (周六)	乳癌學習營 地點：童綜合醫院	12月9日 (周六)	婦癌學習營 地點：高雄希望小站



詳細課程內容請見本會課程訊息網頁  
<https://goo.gl/rf5mtX>  
或撥打免費專線  
0809-010580洽詢

### 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，我們滿懷感恩地收到了。如果您要查詢2017年9月、10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！