



# 癌症病友會 心情加油站

文／高壓氧治療中心 技術員 林允雅

**去**年12月28日，在重症醫學中心夏德椿主任的規劃及帶領下，本院舉辦了肺癌病友會，病友攜家帶眷的與會，好不熱鬧。胸腔科涂智彥主任說，病人到醫院看病來去匆匆，與主治醫師相處的時間極短，肺癌病友會有助於醫病雙方面對面充分溝通，病友們也能藉此機會互相認識，而來自病友的鼓勵有時比醫師講的話更管用。

涂主任透露，他有個病人原本拒絕治療，後來因為在候診時受到病友的鼓勵而改變觀念，毅然接受治療，走出一條活路。

## 聽君一席話，了解肺癌治療新趨勢

陳鴻仁醫師在病友會為病友及家屬講解肺癌治療的新趨勢。他說，肺癌以前無藥

可醫，如今肺癌醫療已大幅進步，患者若能早期診斷早期治療，預後是很好的。他認為長期吸入二手菸是導致許多人罹患肺癌的原因之一，國內還有一些名人雖然注重養生，結果卻仍罹患了肺癌，可見肺癌很難完全預防，最重要的是一旦罹患就應勇敢面對，積極治療。

他說，很多肺癌病患害怕化療的副作用，其實並非每個化療病人都會發生副作用，況且現在預防及治療副作用的藥物效果很好，只要再加上良好的營養攝取，化療副作用是可以克服的。他還提醒病友對另類療法要小心，例如牛樟芝若大量服用會有致毒性。

## 別輕易放棄，珍惜活著的每一瞬

有一位85歲阿嬤當初在發現肺癌後接受化療，吐個不停，頭髮也掉光光，但在使用肺癌標靶藥物後，與肺癌共存已超過15年之久。陳醫師以此提醒病友絕對不要輕易放棄，他最後並以江自得醫師的詩文鼓勵病友：「活著的每一瞬就死一次，要死多少次才算真正活著；你終於頓悟：寫好每一首詩就是活著，每一首詩都是你最後一首，永恆的詩。」

詩婷個案管理師接著帶領病友更深入地認識何謂標靶治療，讓病友了解副作用造成的原因、過程及處理方法，不要因為覺得無助、害怕而貿然停藥，錯失治療的黃金時機。

## 病友說經驗，為自己的健康負責

一位周姓病友也在活動中分享自己的治療經驗。她說，她是癌末合併骨頭淋巴轉移，標靶治療、電腦刀、化學治療及肺腺癌切除手術都做過了，歷經2年又7個月的煎熬，在治療過程中發現均衡清淡的飲食及正常生活作息的重要性，身體力行，又學會了氣功，認真地為自己的健康負責。

她鼓勵病友們要活在當下，聽醫師的話，多和醫師配合，把正確飲食和運動當成天天必吃的藥物，只要吃好睡好心情好，身體自然好。

劉先生分享照顧83歲罹癌母親的心歷路程，他說，母親在1年多前診斷為肺癌4期，雖然標靶治療有效，卻也擔心抗藥性，總想著能再為母親多做一些什麼，曾試過生機飲食，但母親很抗拒。他說，讓母親睡得飽、吃得下和排便順暢，就是他現在照顧母親的3大原則。



病友及家屬踴躍提問

## 把營養顧好，治療交給醫療團隊

另一位36歲病友說，他長期腰痛，前後看過7、8位醫師，診斷為椎間盤凸出並做了半年復健，非但沒好轉，反而惡化到快要不能走路。後來他到本院就醫，確定罹患肺癌第4期。當他得知肺癌第4期患者有9成只剩1年可活，而當時他的孩子才剛滿周歲，那種痛苦非別人能夠體會。

他說，涂主任不斷關心他、鼓勵他，他接受了化療和電療，期間曾反覆發燒、嘔吐，但在醫師的協助及家人的陪伴下都撐過去了。後來，他學習用沒生病的態度面對生活，把治療交給醫療團隊，自己則正常過日子，一天吃7-8餐顧好營養，不再想能活多久，也不再自怨自哀，每天就是好好陪伴家人，回醫院化療則當成來找醫師聊天，感謝妻子的不離不棄，讓他能快樂地活在所擁有的每一瞬間。

病友會帶來的感動與收穫，只有參與其中的人才能深刻感受。由於肺癌病友會極受病友及家屬歡迎，夏德椿主任計劃今後每半年舉辦一次，讓病友們持續有個平台與醫護人員溝通，病友間在抗癌的道路上，也能互相交流、互相鼓勵。🕒