



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

認識癌症
大腸癌



抗癌路上不孤單
免費癌症資訊與支援服務

☎ 3656 0800

www.cancer-fund.org



香港癌症基金會於1987年成立，目的是為癌症患者提供資訊和心理上的支援，同時提高大眾對癌症的認識。

基金會屬下的三間癌症基金會服務中心（癌協），統籌21個癌症病人自助組織，成立互助網絡，為癌症患者和家屬提供心理諮詢和實質的幫助；同時也著重個人化的服務。

本刊物是本基金會出版的《癌症資料小冊子》系列之一，詳述有關癌症診斷和治療的資訊，為癌症患者及家屬提供一些實用的貼士，以應付因癌症及治療而產生的各種副作用和情緒上造成的困擾。您也可以從我們的網站閱讀或下載本系列。

香港癌症基金會提供的免費服務，全賴個人及商業機構的捐助。若您想支持香港的癌症患者，請與我們聯絡，您的捐款將直接令香港的癌症患者受惠。

服務熱線：3656 0800

網址：www.cancer-fund.org 捐款熱線：3667 6333

香港癌症基金會

中環荷李活道32號建業榮基中心2501室

電話：3667 6300 傳真：3667 2100 電郵：public@hkcf.org

中環癌協服務中心

中環皇后大道中99號中環中心地下G03室

電話：3667 3030 傳真：3667 3100

電郵：canlinkcentral@hkcf.org

黃大仙癌協服務中心

九龍黃大仙下邨龍昌樓C翼地下2-8號

電話：3656 0700 傳真：3656 0900 電郵：canlink@hkcf.org

天水圍癌協服務中心

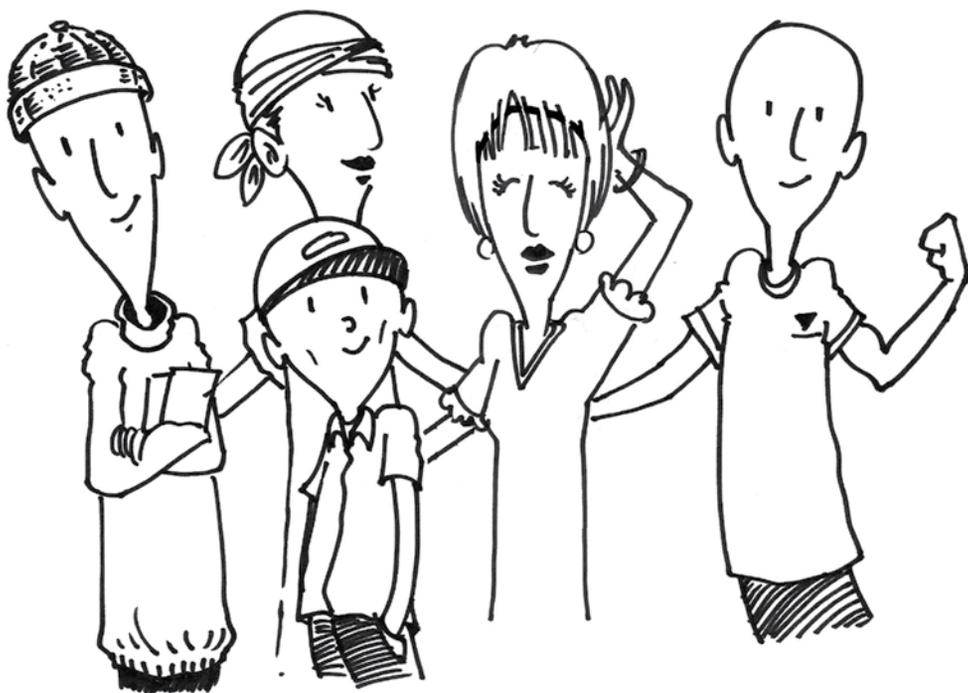
元朗天水圍天恩路12-18號置富嘉湖第2期2樓201C室

電話：3919 7070 傳真：3919 7099 電郵：canlink-tsw@hkcf.org

前言

我們希望這本小冊子可以解答你有關大腸癌 (Colorectal Cancer) 診斷和治療方面的一些疑問。但入門性的簡介不可能代替醫生，就你適用的療法提供建議。癌症是複雜的疾病，必須求診。

本小冊子若有助於你認識大腸癌，不妨轉交給親友參閱。他們或許也想多瞭解，看能夠為你做些什麼。

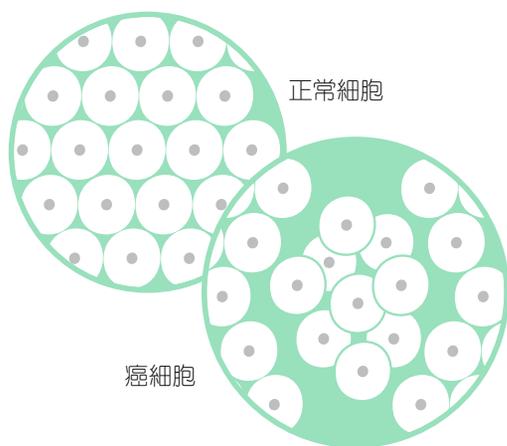


目錄

前言	2
癌是甚麼？	4
大腸	5
大腸癌的成因	6
大腸癌的症狀	8
診斷	9
如何診斷	10
進一步的檢查	12
治療	15
大腸癌的分期及治療方法	16
如何計劃治療？	17
(一) 外科手術	18
(二) 化學治療	24
(三) 放射治療	28
療後的跟進	33
請問醫生，我……	34
你的感受	36
親友可以做什麼？	43
與子女溝通	44
我可以如何幫助自己？	45
誰可以幫忙？	47
附錄	49
香港癌症基金會及組織網	
其他提供協助的組織	
癌症基金會服務中心位置圖	

癌是甚麼？

我們的身體由數以億計肉眼看不見的細胞 (Cell) 組成，不同部位的細胞形狀和功能不一，但自我修補和繁殖的方式大同小異。



惡性腫瘤俗稱「癌」(Cancer)。所組成的壞細胞具擴散能力，必須治療，否則會破壞周圍的組織，進而經血液或淋巴系統入侵其他器官，在該處形成「繼發性」(Secondary) 或「轉移性」(Metastasis) 癌腫。

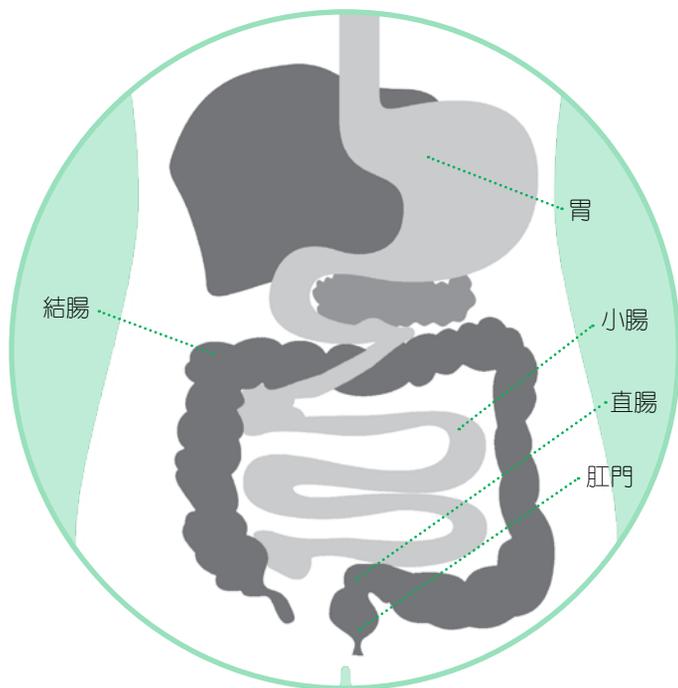
正常的細胞分裂得有秩序，會自我控制。但分裂的過程偶會失控，令細胞不停地增生，在體內積聚成塊狀的「腫瘤」(Tumour)。

腫瘤分良性 (Benign) 和惡性 (Malignant)。良性腫瘤不會擴散到身體其他部分，通常不危及性命。但若不停增生，可能壓迫到鄰近的器官，就需要治理。

大腸

我們進食時，食物沿食道通往胃部再進入小腸。小腸負責消化食物及攝取身體所需的養分。消化後的食物進入大腸，由大腸吸收水分，剩下的殘渣便是糞便。糞便會暫時留在直腸，等大腸蠕動時再排出體外。

腸臟分為小腸 (Small Intestine或Small Bowel) 和大腸 (Large Intestine或Large Bowel)，而大腸又分為結腸 (Colon) 和直腸 (Rectum)，故大腸癌包括結腸癌 (Colon Cancer) 和直腸癌 (Rectal Cancer)。



結腸和直腸位置圖

大腸癌的成因

醫學界對大腸癌的成因尚未有定論，但據統計其成因或與飲食習慣有關：吃過多動物性脂肪、蛋白質，而少吃植物纖維，有可能增加患大腸癌的風險。此外，肥胖、缺乏運動、吸煙、飲酒也可能增加風險。

家族中若有人曾患大腸癌，有血緣關係的家族成員罹患大腸癌的風險會較高。若家人未滿45歲已發現大腸癌，或家族中不只一人罹患，其他成員的風險也會相應增加。

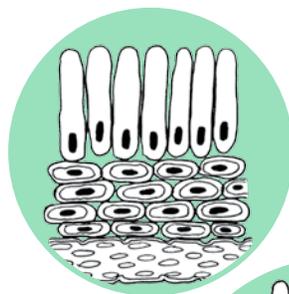
大腸癌常見的部位：

1. 結腸內壁。
2. 結腸黏膜上的粒狀瘻肉 (Polyp)。這類瘻肉一般無害，但偶會轉化為惡性腫瘤。

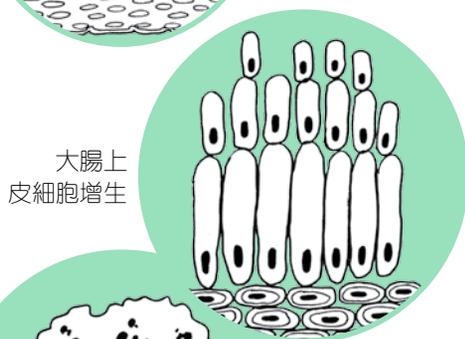
及早發現

根據2012年香港癌症資料統計中心的最新統計，大腸癌乃第二常見及死亡率第二高的癌症，僅次於肺癌。該年的男女患者合計4,563人，共有1,903人死於大腸癌。

瘻肉轉變為癌序列



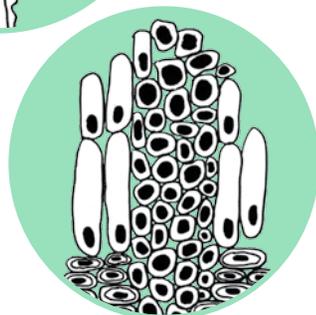
正常大腸



大腸上
皮細胞增生



腺瘤性瘻肉



大腸癌

大腸癌的症狀

- 大便有血或呈黑色
- 大便帶有黏液
- 排便習慣突然改變
(如持續便秘或腹瀉)
- 體重下降
- 腹部絞痛
- 如廁後感覺腸內仍有糞便
- 嘔吐
- 出現貧血症狀如手腳冰冷、疲倦、心跳、氣喘、面色蒼白、頭暈等

除此之外，腸腫瘤也可能引致腸閉塞，導致便秘、腸絞痛、腹部發脹。一旦發現上述任何一種症狀，都應儘快求醫。不過，其他疾病也會有類似的症狀，不能一概而論。



診斷

如何診斷？

一旦發現有大腸癌症狀時，一般人會先看普通科醫生。如果普通科醫生認為有需要作進一步的檢查，會將你的個案轉介給專科醫生。

直腸指檢

一般而言，直腸指檢是檢查大腸癌的首項檢查方法：醫生會戴上手套，將手指探進你的直腸，檢查是否有硬塊或腫脹。過程中或有輕微的不適，但不至於疼痛難當。

驗血

驗血可檢測求診者是否貧血。某些大腸癌患者血液中簡稱CEA (Carcinoembryonic Antigen) 的蛋白質濃度偏高，單靠檢驗CEA指數並不足以作為診斷大腸癌之用。

內窺鏡檢查

內窺鏡可直接觀察大腸內部是否有異常。檢查前幾天需要戒食高纖食物，並在檢查前一天服用瀉藥及飲用大量開水。檢查時患者需側臥，然後讓醫生把內窺鏡經肛門送進大腸。在有需要的情況下，可順道抽取細胞樣本作活檢組織化驗。過程中

或有不適，一般檢查後可即日回家，但由於檢查前醫生可能會使用鎮靜劑，宜請親友陪伴回家。

大腸鋇劑灌腸造影 (Barium Enema)

這是一種特殊的大腸X光，通常在醫院的X光部門進行。

為了清理腸道獲得清晰的影像，照X光前幾天須戒高纖食物。檢查前一天，更要服用輕瀉藥和飲用大量開水。



灌腸當天不飲不食。醫院會給你適當的指示。

為了潔淨腸道，照X光前或須洗腸，患者須側臥讓護士將軟管送入直腸以灌水，然後忍耐幾分鐘再去洗手間，將水排出體外。正式檢查時，含銀（Barium）的顯影劑會被灌入直腸，令大腸獲得清晰的顯影，再由醫生進行分析。有別於內窺鏡檢查，灌腸造影不能抽取細胞樣本作化驗。過程中可能有點不適，事後或會感到疲倦，宜請親友陪同回家。

灌腸後頭幾天，排便會呈白色。銀劑也可能引致便秘，或須服用輕瀉藥。

進一步的檢查

切除癌腫前，醫生通常會做進一步的檢查以了解癌腫有否擴散，尤其是針對大腸癌最常波及的肺部和肝臟。這包括：

肝功能測試

抽血化驗以測量肝臟的化學反應。若結果異常，或表示癌細胞已擴散到肝臟。

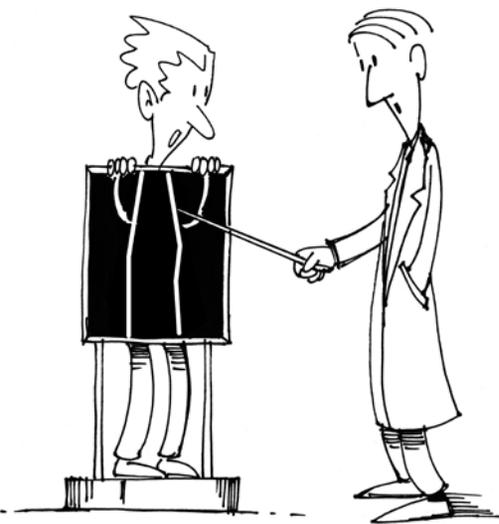
胸部X光

用以檢查癌細胞有否擴散到肺部。

電腦掃描 (CT Scan)

利用X光描繪體內立體 (3D) 的影像，內含的資訊遠多於平面的X光片，有助於診斷。整個過程需時10至40分鐘，無痛。CT的輻射不會危及你身邊的人，包括兒童。

檢查前四小時須暫停飲食，期間須口服或注射顯影劑。若曾患哮喘、風疹、濕疹、過敏性鼻炎，對某些食物、藥物或X光顯影劑過敏，事前務必要告訴醫生。掃描時須靜臥醫療床上，儘量靜止不動，移動的話會令影像模糊。電腦掃描並沒有藥力延後的問題，一般完成檢查後就可回家。



超聲波掃描 (Ultrasound Scan)

利用聲波描繪腹腔和肝臟的影像。醫生會在你的腹部塗上一層薄薄的啫哩（凝膠），然後以小型探針在腹部移動。探針發出的聲波經電腦分析後轉化為影像。整個過程只需幾分鐘，無痛，無藥力延後的問題。

磁力共振掃描 (Magnetic Resonance Imaging, MRI)

主要觀察體內的組織。與CT掃描的成像原理類似，不同的是用磁場而非X光構成身體的橫切面影像。

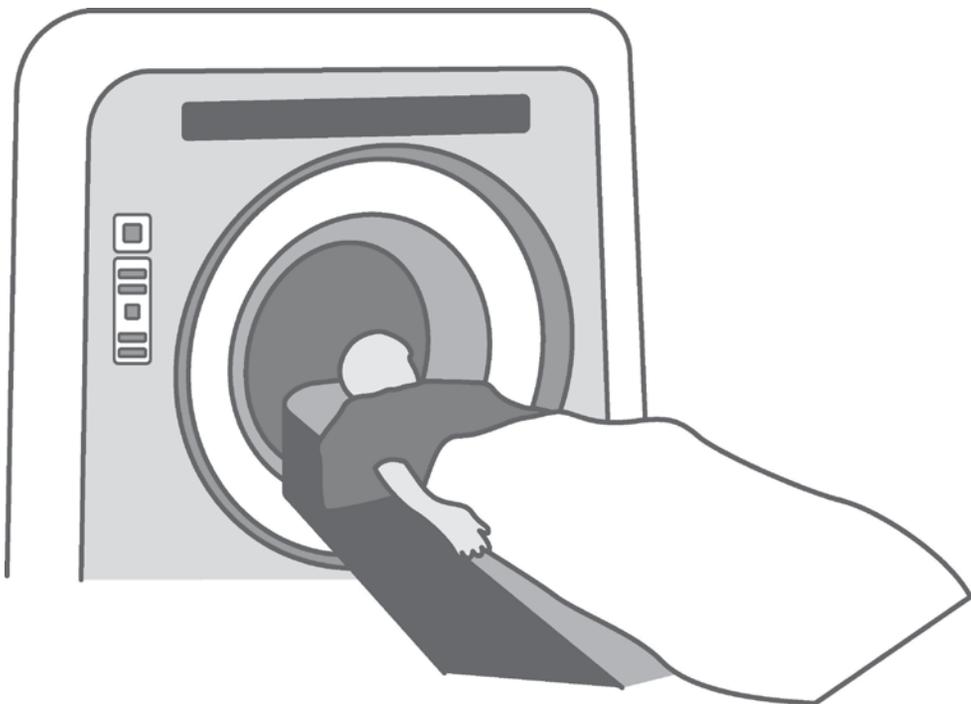
由於磁場極強，接受MRI前須移除隨身的金屬物品。如體內裝有心臟起搏器、心臟監測器、金屬支架等，可能不宜採用MRI，請預先通知醫護人員有關情況。

黃大仙癌協
免費支援熱線

☎ 3656 0800

接受MRI掃描時，患者須靜臥在一個兩端均有開口的大型金屬圓筒內。整個過程需時約30分鐘。期間儀器會發出噪音，醫護人員通常會提供耳塞。若處身密閉的空間令你不安，請事先告訴醫護人員。

以上的檢查都可能要等候數天才有結果。在這段日子，你可能感到不安，與親友傾訴或會有幫助。



治療

大腸癌的分期及治療方法

大腸癌最常見的療法是用外科手術切除癌腫，但亦可能兼用化學治療或放射治療以加強療效。

具體的療法須視乎患者的身體狀況、檢查結果、癌症期數以及外科手術的發現。有些患者需要在手術前後接受其他治療。



大腸癌的分期 (Staging) :

- 第一期：癌細胞只見於大腸壁，並未擴散
- 第二期：癌細胞擴散到大腸壁外的組織或黏附在鄰近的器官，但未影響淋巴系統或遠端器官
- 第三期：癌細胞擴散到鄰近的淋巴系統
- 第四期：癌細胞擴散到肝臟、肺部等遠端器官

如何計劃治療？

醫生選擇治療方案時所考慮的因素包括：年齡、身體狀況、癌腫的類型、大小、位置及期數。

早期的大腸癌一般只須切除即可，無須兼用其他治療。現在有些大腸癌可用微創手術切除，減少併發症兼加快康復。較後期而無擴散跡象的大腸癌或會兼用其他治療如化療、放射治療，以減低復發風險。

至於一些已擴散的大腸癌，治療主要依靠化療，以控制、穩定病情，以及紓緩病徵。若情況合適，可加上標

靶藥物來加強療效。進行手術與否則需視乎個別病情而定。

不同患者的情況各有分別，醫生也可能對療法有不同的見解，即使同屬大腸癌，各人的治療方案在細節上也可能很不同。如果你對療法有疑問，務必問明醫生。



(一) 外科手術

醫生會根據癌腫的形態、大小、波及的範圍，選定最適合的切除方法。動手術前，須經患者簽字允准。在你簽名同意手術方案前，要細心聽醫生講解，問明細節。

結腸/直腸切除

治療大腸癌最常見的是切除病變部分以及鄰近的淋巴結，並將大腸兩端連接起來。

有時候，切除癌腫後的兩段腸臟因無法連接起來，便須將腸的一端接駁到腹腔外，形成人工造口（Stoma），作為排便的管道。

造口在體外以小袋覆蓋以收集糞便。這個小袋通常是暫時性的，術後幾個月後便會再做手術，重新接合腸道。但也有少數患者難以重接腸道，從此須用造口排泄。

此外也有「迴腸造口」（Ileostomy），將迴腸的開口接到腹腔外，由覆蓋造口的小袋子收集糞便。這通常也是暫時性的。

為確保腸道乾淨，術前須按指定的餐單飲食，並服用輕瀉藥。癌腫若令大腸閉塞，難以排便，就可能要立刻動手術。

繼發腫瘤的切除/治療

在某些情況下，如癌腫擴散至肝臟或肺部，患者可考慮切除該部分的癌腫，以達致更佳的療效。部分肝臟擴散也可考慮用其他的方法處理，簡述如下：

射頻燒灼（Radiofrequency ablation, RFA）

把針狀電極插入肝臟的癌腫，發出電流（射頻）達致高溫來消滅癌細胞。

微波燒灼（Microwave ablation, MWA）

用微波代替無線電頻譜（RF）的燒灼療法。

低溫治療（Cryotherapy）

除了高溫，亦可反過來用低溫消滅癌細胞。用法一如射頻燒灼，將儀器插入癌腫以局部降溫殺死癌細胞。

選擇性體內放療 (Selective internal Radiotherapy, SIRT)

將微型放射性珠送進癌腫區的血管，以射線摧毀癌細胞，但會傷及部分健全的肝臟，患者身體亦會暫時附帶輻射。

立體定位放射治療 (Stereotactic body Radiotherapy, SBRT)

每次利用高劑量的體外射線殺死癌細胞，療程較短，一般只需數次定位放射。

以上的療法並非每個腫瘤科中心都會採用，亦不是每位患者都適用，患者宜聽取醫生的講解和意見。

天水圍癌協
免費支援熱線

☎ 3919 7000

術後的康復

手術後越快開始走動，越有助於康復。若暫時未能下床，可多在床上活動雙腿、做深呼吸練習。

手術後頭幾天須用尿管排尿。有些情況需要在傷口放置引流管以排走分泌物。

為防感染，術前和術後均須注射抗生素。術後穿長襪，以防血液凝結導致靜脈栓塞。

麻醉藥力消退後，腸道的蠕動通常會減慢。腸道活動恢復正常前，勿飲用飲品。通常術後兩至三天可啜飲少量開水，再逐步增加飲水量。四、五天後，可逐漸進食清淡的食物。請聽從醫護人員的指示。

術後頭幾天可能會感到輕微的疼痛，一般服用止痛藥可紓緩疼痛。疼痛若持續，請通知醫生以作調校。此

外，長時間坐著，腹部的傷口或會不適。但隨著傷口復原，不適感就會慢慢消失。

傷口一般在術後七天可拆線。出院前若有任何不適，務必告訴醫生。

患者關心自己的病情是正常的，但有時候卻覺得跟身邊的人難以啟齒。如果你想跟親友以外的人傾談、多聽專業意見，癌協的專業團隊包括社工、臨床心理學家，以及同路人均很樂意提供協助。



手術會影響我的性生活嗎？

大部分人在手術復原後都能恢復正常的性生活。有些患者因為多了造口，對自己的身體轉變感到敏感，可能不願意有性行為。

伴侶此時應表示諒解，與他分享感受，紓緩患者的焦慮。同時不妨告訴醫生，看是否需要請教這方面的專家。你的醫生很可能診治過類似的患者，你無須覺得尷尬。

切除直腸有可能觸及連接性器官的神經，令男患者無法勃起和射精。但這類情況不多，而且可能是暫時的現象。

如有任何疑問，宜在手術前請醫生詳細講解。



術後吃得好有助康復

切除腫瘤後，有些食物可能影響到排便的習慣或造口的功能。

術後短則數星期，長則數月，排便的習慣就會穩定下來。但初期或會有以下的變化，須耐心適應：一天排便數次（頻繁）；一有便意就要衝往洗手間（急迫感）；腹瀉；便秘；腹脹，經常放屁；臀部痠痛。這些症狀通常會逐漸減輕。若情況持續或排便始終不穩定，須告訴醫生，看應該用藥還是請這方面有專長的護士或營養師協助。

定時進食有助於穩定排便。如果食慾不振，不妨試小食多餐。每天至少飲用一至兩公升飲料。多吃魚、肉、蛋等高蛋白食物以助康復。宜進食各種不同的食物以求均衡。但要按身體狀況，避免過敏和須顧忌的食物。最好每天記錄食物的種類、數量和身體的反應，看怎樣進食對康復最有利。若有腹瀉，可多吃白麵包、粉麵等低纖維食物，避免全麥等高纖維食物。少吃綠葉菜。蔬菜要煮軟，水果要削皮。

排便漸趨穩定後，可試食術後初期不適應的食物，看是否不再影響排便。若始終不能適應，可請教營養師。

術後若經常放屁或感到腹脹，試看以下的做法能否紓緩：放慢進食，仔細咀嚼；少吃豆類、啤酒、香口膠、碳酸飲料、洋蔥；試用薄荷油膠囊、茴香茶、薄荷茶。



本會出版的《癌症與飲食》有進一步的說明，歡迎登入www.cancerfund.org/booklet/tc/免費下載。

結腸造口術

切除癌腫後，只有少數患者須接受結腸造口手術。進行手術前，醫生會仔細選定造口的位置，確保你無論坐立或走動，造口袋都不易移位。造口位置初期會有點腫脹，有時候要幾個星期才回復正常。

術後頭幾天，護士會替你護理造口，確保造口袋清潔。逐漸康復後，護士會教你清潔造口和更換造口袋。初學時無須心急，一步步慢慢來，很快就熟能生巧。學習護理時可請親友陪同，以便在初期從旁協助。

市面上有多種品牌，可請護士協助你挑選最適用的造口袋。在家要常備足夠的供應，存放在可確保私隱的固定地方，以防臨急找不到。

有些患者怕戴造口袋，寧可每天沖洗造口。不過，此方法並非所有造口人都適用，建議先徵詢醫生或護士的意見。

與過來人分享經驗很有幫助，香港造口人協會是這方面的關懷組織，電話：2834 6096。

我會痊愈嗎？

如果癌細胞未入侵直腸壁或擴散到大腸外，也未進入淋巴系統，約有七至八成的人，在外科手術後的五年仍然生存。

癌細胞如果擴散到其他器官，除少數情況外，外科手術的作用主要以紓緩症狀為主。

(二) 化學治療

化學治療的原理是利用癌細胞分裂較正常細胞為快的特性，用化療藥物來殺死癌細胞。化療藥物通常溶入血液運行全身，沿途搜索癌細胞並擊殺它們。

大腸癌常用的化療藥物包括：Fluorouracil或5-FU、Oxaliplatin、Irinotecan和Capecitabine。

在上述藥物中，Fluorouracil是此中首選。此藥可與其他抗癌藥物，例如亞葉酸 (Folinic Acid) 合用，增加藥效。患者可請教醫生比較不同混合療法的效能和副作用。

手術後的化療

手術後的化療又稱輔助化療，用以減低癌症復發的風險。

一般來說，切除癌腫後，如發現癌細胞已轉移到鄰近的淋巴結，又或經評估後顯示癌腫復發的風險較大，便需要考慮化療。

針對轉移性大腸癌的治療

傳統化學治療

大腸癌患者接受治療後多數會康復。只有少數人的癌細胞會擴散，最常見入侵的部位是肺部和肝臟。

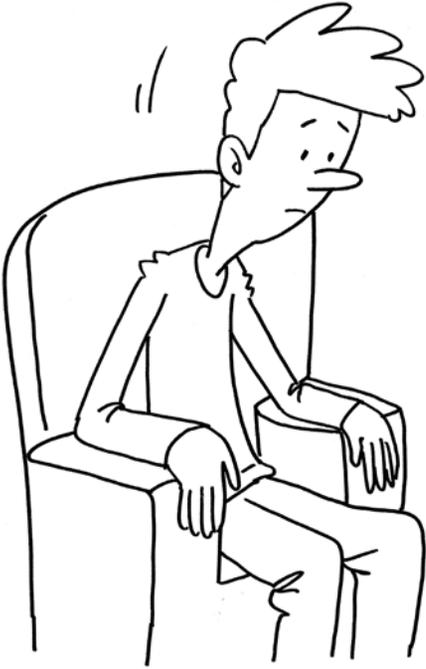
轉移性（繼發性）大腸癌在大多數情況下並不能根治，但可用化療減輕症狀和穩定病情。化療藥物進入身體後，會經血液到達身體各個部位，從而殺死癌細胞。醫生會根據你的身體狀況、過去治療的紀錄和身體反應等，來決定選取適合你的療法。

少部分已轉移的大腸癌也會考慮根治性的切除，如身體狀況許可，手術前後也會常用到化療。

副作用

抵抗力下降

化療藥物會暫時降低血液裡正常細胞的數目，令你感到疲倦、易受感染。在化療過程中，醫生會定期為你驗血，必要時用抗生素對抗感染。



疲倦

化療期間可能會覺得疲倦、力不從心，要多休息。

噁心

有些化療藥令人噁心、嘔吐，通常可服止嘔藥以紓緩不適。但不同的人對不同的藥有不同的反應。如果你用的藥無法止嘔，請告訴醫生，看是否需要換另一種藥物。

腹瀉

止瀉藥可減慢大腸蠕動，減輕腹瀉。多吃低纖食物也可能有幫助。切記多喝飲料，補充腹瀉流失的水分和電解質。

口腔疼痛

化療有可能令口腔感到疼痛甚至輕微潰爛。使用醫生處方的漱口水、清水或生理鹽水（將一平茶匙幼鹽溶於半公升開水）清潔口腔可紓緩症狀。口腔疼痛若影響進食，可以營養飲品代替正餐。詳見本會出版的《癌症與飲食》。

毛髮脫落

開始化療前，問明醫生所選用的藥物會否引致脫髮。脫髮通常是暫時的。完成療程後，頭髮會重新長出來。詳見本會出版的《毛髮脫落》。歡迎登入www.cancer-fund.org/booklet/tc/免費下載。



手腳紅腫

長期使用Fluorouracil可能令手掌和腳跟紅腫疼痛。有時候會痛得難受，但完成療程後，一般很快就會消失。

現在的化療藥物雖較前期大有改善，副作用輕得多，但藥力到底很強，很多人認為可免則免。其實，不同的抗癌藥有不同的副作用，不同的患者感覺也不相同。應該用的話還是要用，用藥前問明可能的反應，作好心理準備。

標靶治療

也是一種抗癌藥物。標靶藥物的副作用一般較傳統化療輕，但仍可傷及正常細胞，對身體產生影響。標靶藥物也不能根治轉移性的大腸癌，但結合化療或單獨使用可望加強療效或延長患者的壽命。

常見的大腸癌標靶藥有：

- 1.Cetuximab; 2.Panitumumab;
- 3.Bevacizumab; 4.Aflibercept;
- 5.Regorafenib

其中1和2的作用是阻截癌細胞接收指導其生長的訊息，從而死亡，醫學上稱為EGFR抑制劑 (Inhibitor)。使用前要對癌細胞進行測試，看其中兩種名為KRAS和NRAS的基因有否產生變異，才能決定是否採用此藥。

3、4、5屬血管抑制劑 (Angiogenesis inhibitors或Anti-angiogenics)，令癌細胞難以增生血管，得不到養分而死亡。

副作用

EGFR抑制劑

當標靶藥注入身體，尤其是初次注射時，可能會有以下的過敏反應：發燒、肌肉疼痛、寒顫等，嚴重的甚至會有呼吸困難和休克的情況。注射前一般會處方預防藥物予患者，並在注射期間密切監察情況。

用藥後常見的副作用包括皮膚乾燥、痕癢及出疹、腹瀉等。

血管抑制劑

常見的副作用包括高血壓和蛋白尿。比較嚴重的副作用包括血管栓塞或出血，以及腸道出現瘻管或穿孔，但

並不常見。

如何進行治療？

化療和標靶藥物通常透過手臂靜脈或經植入胸腔的導管注射入身體。胸腔導管可連接可攜式泵，定時定量將藥物輸入血管，方便患者在家自行用藥。除注射劑外，個別化療和標靶藥物會以口服形式用藥。

視乎所用的藥物而定，有些療程注射後可即日回家，有些則需要留院數天。每個療程一般相隔2至3星期，以讓身體從副作用中復原。療程數量則須視乎病情及患者對藥物的反應而定。

本會出版的《化學治療》在這方面有進一步的說明，歡迎登入www.cancer-fund.org/booklet/tc/免費下載。

中環癌協
免費支援熱線

☎ 3667 3000

(三) 放射治療

放射治療以高能量射線破壞癌細胞，簡稱「放療」，俗稱「電療」。好處是集中照射癌腫，較少機會損害正常細胞。跟化療相反，放射治療是局部的治療，放射治療射線不觸及的部位是不受影響的。

手術前後的放射治療 (Adjuvant Radiotherapy)

較常用於直腸癌，較少用於結腸癌。若直腸癌經外科醫生評估後認為手術有困難，有時可用術前的放射治療縮小腫瘤，方便切除。另外若直腸癌經掃描評估後發現並非早期，有時也建議使用術前的放射治療以加強控制。術後的直腸癌如屬較高復發風險的組別，也會考慮使用放射治療。

若病情及患者的身體狀況許可，可同時使用化療及放射治療，以加強放射治療的效果，但副作用會相應增加。

放射治療治繼發性癌

癌症復發時，雖然不能根治，但使用放射治療可縮小癌腫。尤其當癌細胞轉移到骨時，可減輕痛楚。

計劃療程

放射治療一般在醫院的放射治療部



進行。劑量視乎癌腫的種類和大小。療程的長短也因人而異，由數天到數星期不等。

療程前的計劃極為重要。前期工作包括在皮膚畫上記號，確保射線能夠準確進入體內的部位。放射治療記號在療程中必須保持清晰。醫護人員會教你護理皮膚，避免記號褪色或被洗掉。

接受放射治療前，患者須躺在模擬器下，以X光照射治療的部位。這個

步驟有時會以CT掃描進行。為了配合治療前的準備工作，患者或要應診數次。

正式接受放射治療時，你會獨自留在放射室，在床上靜臥，避免移動身體，確保射線能夠對準癌腫。有需要時可透過對講機與鄰室的放射治療技術員通話。每次治療一般只需幾分鐘，不會有不適的感覺。

副作用

放射治療的副作用視乎放射的部位而定，放射治療不觸及的部位不會受影響。

噁心

一般不嚴重，服用止嘔藥即可控制。如果沒有食慾，或可以高熱量飲品或補充劑代替正餐。某些補充劑於藥房有售，但宜問准醫生。

腹瀉

放射治療有可能造成腹瀉，可請醫生用藥控制。

本會出版的《癌症與飲食》有進一步的說明，歡迎登入www.cancerfund.org/booklet/tc/免費下載。

疲倦

放射治療期間若覺得疲倦，只須盡量多休息，無須過慮。

皮膚敏感

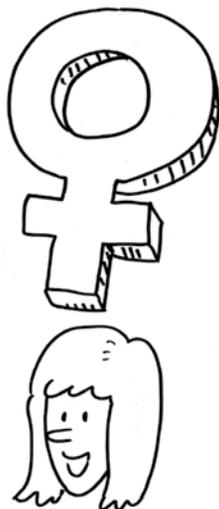
放射治療部位的皮膚可能會出現紅腫和疼痛。護士會教你護理患處，保持清潔乾爽，避免衣物磨擦以紓緩敏感反應。

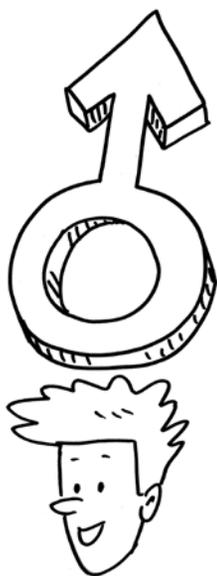
骨髓造血功能受損

如放射治療涉及大範圍的骨髓，可引致白血球、血小板及紅血球數目下降，令你容易受感染、出血或貧血。期間須充分休息、避免受傷，勿急速變換體位以防暈眩。身體若有瘀塊、斑點或貧血徵狀，應立即告訴醫生。

卵巢

盆腔範圍的放射治療有可能令卵巢喪失功能，永久停經，並出現潮熱、出汗、心跳、陰道乾涸等更年期徵狀。





睪丸

男性患者如需接受盆腔範圍的放射治療，有可能令睪丸喪失製造精子的功能，導致不育。放射治療對睪丸製造男性荷爾蒙的功能影響較

小，故不影響性能力。

副作用的程度取決於放射治療的劑量和療程的長短，但大部分的不適都可用藥紓緩。療程結束後，副作用就會逐漸消失。若情況持續，務必告訴醫生。

放射治療不會令患者身體附帶輻射。治療期間或事後都可放心與別人接觸，包括兒童。

本會出版的《放射治療》有進一步的說明，歡迎登入www.cancer-fund.org/booklet/tc/免費下載。

會陰及外陰

放射治療可能會令生殖器官及會陰的皮膚紅腫、疼痛、滲出分泌，甚至潰爛，可能引致小便刺痛，影響性行為等。外陰的反應一般會持續三至四星期，其後逐漸消退。醫護人員會留意你有關的變化。

膀胱內壁發炎

放射治療可能令膀胱內壁發炎，從而有尿頻、小便刺痛的情況。大量喝水或飲料可稀釋尿液。可同時請醫生處方藥物以減輕小便的刺痛。

怎樣選擇治療方法？

每種療法都有利與弊，加上各人的病情和體質不同，面對多種選擇時，要決定使用哪種療法，有時候並不容易。醫生若只建議一種療法，應問清楚才簽名同意：只有這種選擇嗎？為甚麼其他療法不適用？反之，若有幾種療法供選擇，則要細心衡量其長短，看哪一種相對最適合。



決定療法之前，首先要明白不同治療的好處及所引起的副作用，然後權衡一下自己接受治療所帶來的益處同時是否能夠接受副作用所帶來的影響。身體是你的，只有你才能為自己作抉擇。

與醫生商定療法之前，先與親友商討，將所想得到的問題列一份清單（參看第34頁）。屆時請親友陪同見醫生以協助提問和記錄。

多聽一種專業意見

癌症的診治複雜。選定療法前，有些患者希望在主診醫生之外，多聽一種專業意見，從多一個角度來看問題，即所謂的「第二參考意見」

(Second Opinion)。以往物色另一位醫生多靠相熟的醫生、親友或患者推薦，現在也有人上網搜尋。相關的網址包括：專科醫生和醫學團體、醫院、大學醫學院/研究所、患者論壇，但判斷哪個網址的資訊最適用需要花點工夫。

選定了另一位醫生後，可以請主診醫生將你的病歷副本給前者過目。如果你和第二位醫生均有參與病歷互聯計劃，你也可以授權醫生使用你的私人密碼查閱電子病歷，詳情請致電計劃熱線2300 6654查詢。同時儘快請第二醫生作出判斷。延誤治療的話，第二參考意見再好亦屬徒然。

主診醫生開始治療後，你仍然可以徵求第二意見。有了第二參考意見後，也可以繼續請第一位醫生治療。



療後的跟進

完成療程後，須定期覆診和檢查，包括X光、大腸鏡、驗血檢測癌胚抗原（簡稱CEA）。療後的跟進可能持續數年，但次數隨病情逐漸穩定而減少。期間若發現身體有異狀或新症狀，便應通知醫生。你亦可聯絡一些腸癌病人自助組織，與其他同路人建立互助網絡，彼此支持。

腸癌病人自助組織

香港造口人協會

為造口病友提供資訊及支援服務、籌辦不同活動，與病友分享經驗、互相支持。

電話：2834 6096

屯門醫院造口之友

為腹部造口手術的人士提供資訊及支援，分享經驗，提供情緒上的支援。

電話：2468 5528

祥康之友

癌協屬下關懷非造口大腸癌患者的組織。舉辦復康活動，分享經驗，彼此鼓勵，協助康復者重建信心。

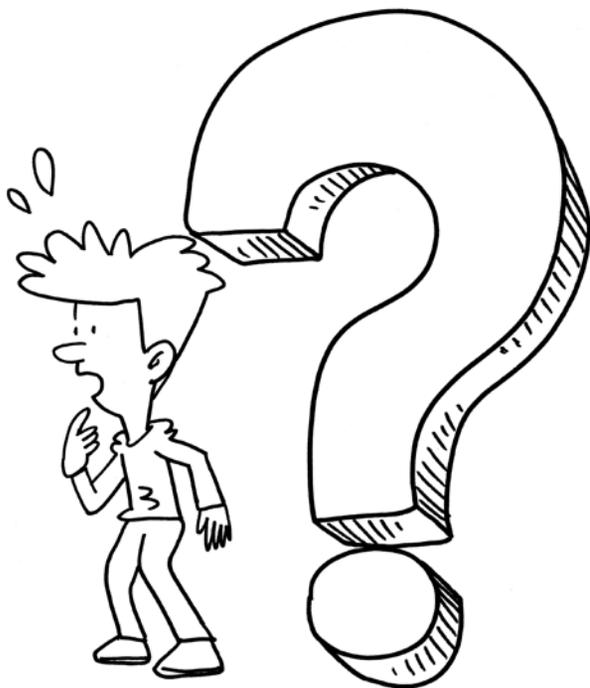
電話：3656 0700



請問醫生，我……

見醫生聽取診斷報告、治療建議前，就你所有的疑問列出清單。可請一位親友陪同，從旁做筆記，提醒你要問的問題甚至代為發問。聽不懂的話，務必請醫生解釋。有些患者可能希望將診症的內容錄音或錄影，但這必須事先徵求醫生的同意，同時醫生亦有權拒絕相關的要求，而在政府醫院內，亦須事先獲得醫院管理局的批准。以下是大腸癌患者常見的疑問：

1. 我的腫瘤是惡性的嗎？是經什麼檢驗確定的？屬於哪一類？
2. 癌腫有多大？有沒有擴散？影響到哪些部位？屬於哪一期？
3. 怎樣治療最好？有幾成把握？有什麼風險？
4. 聽說癌症治療包括手術、放射治療、化學治療等。我是否只需接受一種療法？還是完成一種療法



- 後，需要再接受其他療程？
5. 整個療程有多長？是否需要住院？對生活起居影響多大？需要停工停薪嗎？
 6. 我需要造口嗎？會影響性生活和生育能力嗎？
 7. 副作用是否很大？怎樣紓緩？會否有長期後遺症？
 8. 整個療程收費多少？我的保險是否夠用？
 9. 完成療程後，怎樣確定治療是否成功？
 10. 完成療程後，每隔多久要複診？要做哪些定期檢查？
 11. 你建議的療法為什麼最好？有其他次選嗎？效果相差多少？
 12. 如果現在不治療，遲些再考慮是否太遲？
 13. 完成治療後，體質會否變得很弱，生活上要作很大的調適，不能再照顧子女？
 14. 這種癌是否很容易復發？
 15. 我患上的癌症會遺傳嗎？子女患同樣癌症的風險有多高？
 16. 在治療過程中，同時諮詢中醫意見會否有幫助？會相衝嗎？

你的感受

患上癌症，面對未知的未來難免心情複雜；而在診治的過程中，情緒又可能因為隨著身體的反應，呈現階段性的變化。你可能會有一些下列的情緒，但感受的次序也許不同。這都是正常的，不等於說你不夠堅強，應付不了癌症。

面對情緒的階段性變化是患者應對病症的一種「功課」。每個人的反應都會有點差別，而情緒也無所謂對錯。你的親友也可能有類似的感受，需要感情上的支援和指引。

震驚和不相信

「我不相信！」
「不可能！」

剛得知患癌時，即時的反應可能是震驚、呆若木雞、覺得難以置信。震驚過後又可能拒絕接受事實：聽不進別人的話，只記得自己的苦處，反覆問醫生相同的問題，但都聽不入腦。

事實上許多癌症是可以治療的，即使不能痊愈，通常也可受控制，故患者可先容許自己心情有定下來的時間，再與身邊的人討論，這也許有助接受自己患上癌症。

憤怒

「為何偏偏選中我？」
「為什麼這樣對我？」

某些患者會用憤怒來掩飾自己的恐懼和悲傷。他們或會遷怒於親友、同事、環境，甚至質疑自己所信的神：「你為什麼對我這樣苛刻？」

任何疾病都令人難受，何況是癌症。憤怒是正常的情緒，你無須感到內疚。有時親友未必能完全理解你的憤怒只是源自對自己病情的擔心，而非針對他們。

情緒逐漸平伏後，可在適當的場合對親友講明你的心情。若當面難開口，可用電郵、短訊，或者給他們看這本小冊子。如想與社工或輔導員直接傾談，可致電本會熱線：3656 0800。

否認

「我沒事！」 「我沒有生癌！」

有些患者會拒絕談論病情，連「癌」這個字都不想聽。你可以確切地告訴親友：「多謝你的關心，我現在不想談這個問題，希望你不要介意我容後再說吧！」

不過，有時候親友可能怕刺激你而裝作沒事，如果他們的忌諱令你覺得難受、孤立無援，不妨直言，告訴他們你明白自己的病情，想積極面對，需要他們的支持。





恐懼

「我會不會死？」 「會不會很痛？」

獲知患癌後，「死」是最多人擔心的，次之可能就是怕「痛」。

近年來，治癌的方法不斷改進，治療成功率穩定上升，癌症死亡率亦有下降的趨勢*。如果及早檢驗和發現，許多癌症是可以治愈的，對部分患者而言，癌症已經成為一種慢性

病。如你覺得疼痛，也有藥物或其他方法可以控制痛楚，無須過份擔心。

也有很多人擔心，治療的得益彌補不了副作用的困擾。這種顧慮是可以理解的，但每個病例都不同，難以一概而論，你可以把所有疑問列一份清單，請醫生用顯淺的語言逐一解釋，直到你聽明白，安心接受治療。

有患者往往認為醫生對預期治療成效的解答模稜兩可。這是因為醫生只能根據臨床經驗及數據，告訴你治療效果及反應，但始終患者情況各有不同，必須要經治療後作檢查，

*根據2012年香港癌症資料統計中心的統計，1998年至2012年所有癌症死亡率有下降的趨勢。

才能肯定病情的進展。然而，隨著醫學發展進步，醫生比從前已經更能掌握病情進展，亦有更多藥物選擇，能為患者提供適當的跟進及治療方案。

治療後擔心復發往往是患者會面對的感受。未知的將來確實令人不安，但是現實往往並非想像般可怕。與家人及親友談論病情，可減少由緊張引起的不必要憂慮。網上既有權

威的醫學資訊，也有病友分享的經驗，有助於你減少顧慮，放心接受治療。不過，讀者要確保來源可靠，否則反會帶來不必要的顧慮，在抗癌上走冤枉路。癌症基金會為不同癌症製作了30多本以不同癌症為主題及癌症相關的癌症小冊子，可於基金會的癌協服務中心取閱或登入本會網站www.cancer-fund.org/booklet/tc/免費下載。



埋怨與內疚

**「如果我沒有……
就不會生癌。」**

得悉患癌後，有些人不是怪自己就是怪別人，嘗試為患癌的原因作一個解釋。雖然，找到病因在心理上是一種解脫，但其實，即使醫生也不一定知道某個病例確實的成因。所以患者無須自責或繼續纏繞在無答案的問題上。

怨恨

**「你未試過
放射治療，不明白
我進食的痛苦！」**

患病期間，有點怨恨煩躁往往在所難免。同住的家人也可能抱怨你打亂了他們的生活。大家不妨找一個合適的時機敞開彼此的感受，互相了解，一起尋求解決方法。將怨恨埋在心裡，反而會令大家面對更大壓力。

退縮和自我孤立

「別理我！」

患病期間，你也許希望有獨處的時間整理思維和情緒，不過親友或許也想分擔你面對的困難。如果能告訴他們，你此刻想靜一靜，先想想怎樣做，一有頭緒就會與他們分享，請他

們支援，他們聽了不但安心，而且會很高興，隨時準備與你同行。

患病也容易令人抑鬱，不願意與人溝通，這也是可以理解的。不過，如抑鬱心情已維持了一段頗長的時間，並開始影響你的日常生活，你可以聯絡我們的社工或臨床心理學家，或請主診醫生為你轉介精神科醫生，透過輔導及藥物為你提供協助。



學習與癌症「相處」

發現自己患癌後，可能需要一點時間去適應生活的變化和治療的副作用。

治療期間要經常來往醫院，事後會感到疲倦。有些人可能要請長假，完成療程後亦須在家休養以助復原。期間要儘量多休息，無論生活或工作，都需要量力而為。

現在不少藥物的副作用已較以往的輕，故很多患者能在治療期間過著正常的生活。

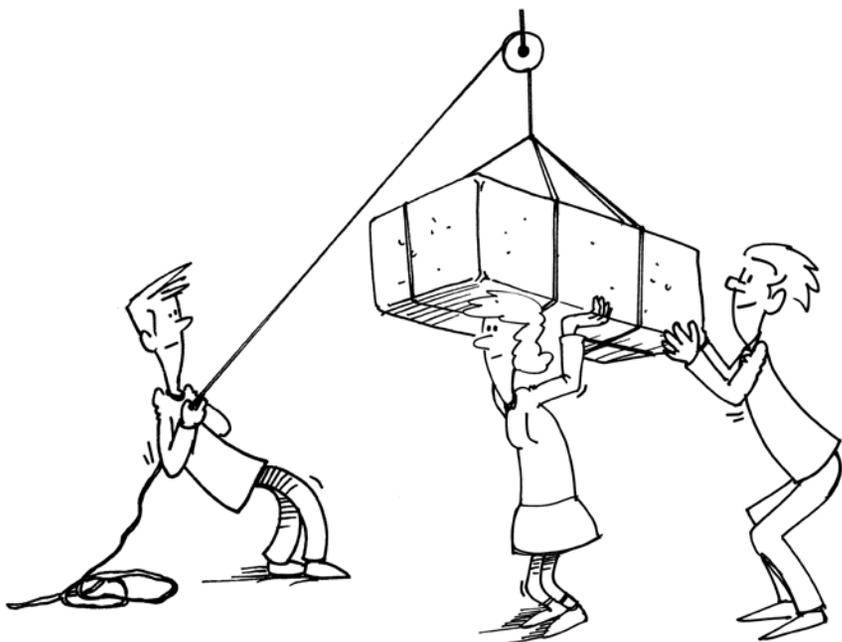
面對癌症，即使覺得應付不來，也無須感到挫敗。不要怕告訴親友，誠懇地與他們分享，他們會更願意與你分擔。



親友可以做什麼？

親友的支持很重要，但有些患者害怕與親友提及自己的病，假裝一切如常。反過來，也有些親友不想讓患者知道他們擔心，裝作不知道身邊的人患癌。可是隱瞞及拒絕承認情緒，反而會在不知不覺間與患者產生誤會或孤立了患者，增加了溝通的困難。

得悉患者確診患癌後，親友無須急於向其打聽病情、提供建議。待患者願意談及病況時，只要仔細聆聽已經足夠。詳情可參閱本會出版的《如何與癌症病人傾談》，歡迎下載索閱或致電我們的熱線 3656 0800。



與子女溝通

父母與子女談論自己的病情並不容易。由於小朋友的心智發展階段、理解能力及情緒反應不一，家長對個別小朋友須給予不同的照顧。家庭成員更要多了解小朋友的感受，從而幫助他們面對及適應家中的種種變化。

年紀較小的孩子，並不能完全明白癌症的種種問題，但他們知道其他人的基本身體狀況，並可分辨健康及生病的情況。故爸/媽可以告訴孩子自己患上了「癌症」，並應該採用正確的疾病名稱，這是幫助孩子明白癌症及了解父母患上癌症後身體狀況的第一步。而年紀稍長的孩子在觀察、語言、邏輯分析等各方面能力已較強，故已可明白較複雜的解釋。無論子女年齡多大，都要耐心地告訴他們，父母生病並不是因為他們不乖、做錯事，以免他們自責。

青春期的子女理解能力已較高，當他們提出問題時，家長應坦率地解答，以免他們對癌症有誤解，選擇逃避現實。另一方面，他們或會較喜歡與同輩溝通，某些青少年會變得不願意和家長溝通，不接納或不服從家長的意見，這些都是青少年用以鞏固自我的正常行為。家長一方面應尊重他們的私人空間，另一方面與他們保持良好溝通。本會印有《我怎麼告訴孩子？》，歡迎索閱。

香港癌症基金會「彩虹會」，為父母或親屬患癌或因癌症而喪親的兒童，提供免費情緒支援、輔導及康樂活動，以協助他們了解癌症，及適應有關家庭轉變；亦會與他們建立友誼及互信關係，藉此提供輔導和支持，詳情請致電本會熱線：3656 0800。



我可以如何幫助自己？

得知患癌時，震驚之餘，有人覺得除了靠醫生就只能乾等。其實現在資訊發達、關愛社會的企業亦愈來愈多，你和家人在等候診治時，有很多事情可以做。透過自助求助的渠道加深對診治的了解，需要作決定時可增加信心。

知彼知己

對自己的癌症和療法愈了解，愈容易做選擇、應付療程和面對療後的生活。可是，資訊的來源有時未必可信，而且每個患者的病情都有分別，最好還是請教你的醫生，以免造成不必要的恐慌或誤解。

療後耐心復原

接受治療後，有些患者或無法應付一些以往視為理所當然的事，包括家務。隨著身體逐漸好轉，可就此自訂簡單的目標，慢慢重建信心。



作為基本功，你可以調整飲食和作息以助抗癌。首先可自行或與家人一起設計營養均衡的餐單，有需要可以約見營養師諮詢。同時學習放鬆自己，這方面的教材有很多，掌握不難，但需要練習。為了有恆心地做，成為生活習慣，可以在家上網或看著光碟做，甚至去上課。詳見本會出版的《癌症與飲食》、《癌症和輔助療法》，或向本會各服務中心查詢。

此外，你也可以定時做運動以增強體質。方式和次數視乎身體狀況，可自訂目標，按部就班。

即使覺得節制飲食太辛苦，不習慣做運動，也總可以培養興趣幫自己抗癌，例如散步、行山、渡假、跳舞、玩音樂、種花、養魚等。

財務負擔

癌症除了影響生活和身心健康外，醫療開支也不少。除了向公立醫院求診，當面對經濟困難時，可申請政府提供的「綜合社會保障援助計劃」（簡稱「綜援」），又或政府及不同機構提供的各類藥物資助計劃。

詳情可向醫院社工或公立醫院癌症病人資源中心（參看第49頁）查詢，或致電政府社會福利署熱線：2343 2255。

誰可以幫忙？

不要忘記，有很多人願意幫助你和你的家人。與一些跟你的病沒有直接關連的人傾談，有時反而更容易啟齒。你或許發覺與一個受過專業訓練的心理顧問傾談，會大有幫助。香港癌症基金會很樂意與你分享有關的經驗及提供免費支援。詳情請電癌症基金會服務中心，熱線電話：3656 0800。

癌症基金會的互助網絡

我們在社區中設有三個服務中心，而在香港七間主要的公立醫院內也設有「癌症病人資源中心」，為癌症患者及家屬提供免費的資訊和諮詢服務*。

● 癌症基金會服務中心

我們在社區中的三個癌症基金會服務中心，提供了癌症患者和家屬在患病的每個階段的需要。座落在中環、黃大仙和天水圍的服務中心，從全方位關注的角度設計邁向康復的活動，同時著重個人的需要。

癌症基金會協助21個癌症病人自助組織，建立互助網絡，以便分享重要的資源，為癌症患者和家屬提供最好的服務。除了彼此支援，組織各種活動以外，一些癌症的康復者擔任義工，到醫院探望癌症患者，以過來人的身分給予他們安慰。超過14,000人參加我們屬下的互助組織。這些互助組織分為三大類，一類是為所有的癌症患者所設，另一類是為特定類別癌症的患者所設，如乳癌、腸癌、鼻咽癌等，並有專為英語患者所設的組織。

*香港癌症基金會不設任何收費檢驗服務

本會為註冊慈善團體，為癌症患者、家屬及照顧者提供免費癌症支援服務。本會未有代理任何健康產品、收費身體檢查或疫苗注射服務。如有任何自稱「癌症基金會」的收費服務，均與本會無關。有關查詢，可致電本會熱線：3656 0800。

癌症基金會服務中心的專業團隊包括社工、腫瘤及舒緩科的專科註冊護士、註冊營養師、臨床心理學家、藝術治療師及心理輔導員，提供支援、資訊和特殊的需要。中心提供家庭或個人的諮詢和傾談，幫助癌症患者、家屬及照顧者，透過不同的技巧面對治療過程中的種種情緒波動。其中包括學習放鬆，以減輕身體和精神的壓力。中心內也提供豐富的圖書和復健課程。

「治療本身不難應付，但完成療程後，我始終擔心癌症會復發，覺得很孤單，特別感激病友的支持。」

● 癌症病人資源中心

在醫院接受診斷後，「癌症病人資源中心」往往是癌症患者第一個得到支援與資訊的地方。這些中心提供認識癌症、應付癌症的小冊子。有需要的話，有社工可以在情緒上支援患者和家屬。

● 熱線電話

由專業人員提供個人或家庭的輔導，幫助患者和家屬應付由癌症引起的生理或心理問題。熱線電話為3656 0800。

如欲索取其他有關癌症的資料，
請電香港癌症基金會服務中心 (電話3656 0800)。
並歡迎瀏覽我們的網站：www.cancer-fund.org

本小冊子由香港癌症基金會出版2015

感謝臨床腫瘤科專科傅耀彤醫生、黃錦洪醫生、梁海量醫生及郭婉琳醫生校稿

香港癌症基金會及組織網

癌症基金會服務中心

中環癌協

皇后大道中99號中環中心地下
G03室

電話：3667 3030 傳真：3667 3100

電郵：canlinkcentral@hkcf.org

黃大仙癌協

黃大仙下邨龍昌樓地下2-8號

電話：3656 0700 傳真：3656 0900

電郵：canlink@hkcf.org

天水圍癌協

新界天水圍天恩路12-18號

置富嘉湖第2期2樓201C室

電話：3919 7070 傳真：3919 7099

電郵：canlink-tsw@hkcf.org

病人互助組織

CANSURVIVE

服務對象：所有癌症（外籍人士）

電話：3667 3000

香港創域會

服務對象：所有癌症

電話：3656 0799

祥康之友

服務對象：腸癌無造口之人士

電話：3656 0700

香港造口人協會

服務對象：腸癌有造口之人士

電話：2834 6096

屯門醫院造口之友

服務對象：腸癌有造口之人士

電話：2468 5528

癌症基金會伙伴網絡

瑪麗醫院癌症病人關顧支援組

香港瑪麗醫院癌症中心2樓

電話：2255 3900 傳真：2255 3901

東區尤德夫人那打素醫院癌症病人資源中心

香港柴灣樂民道3號東座1樓

電話：2595 4165 傳真：2557 1005

伊利沙伯醫院癌症病人資源中心

九龍加士居道30號伊利沙伯醫院

R座6樓601室

電話：3506 5393 傳真：3506 5392

瑪嘉烈醫院癌症病人資源中心

九龍荔枝角瑪嘉烈醫院道2至10號瑪嘉烈醫院

H座腫瘤科大樓2樓及3樓

電話：2990 2494 傳真：2990 2493

基督教聯合醫院癌症病人資源中心

九龍觀塘協和街130號P座

電話：3949 3756 傳真：3949 5595

威爾斯親王醫院癌症病人資源中心

新界沙田銀城街30-32號威爾斯親王醫院包

玉剛爵士癌症中心3樓

電話：2632 4030 傳真：2632 4557

屯門醫院癌症病人資源中心

新界屯門青松觀道屯門醫院地庫

放射治療部

電話：2468 5045 傳真：2455 1698

其他提供協助的組織

社會福利署

熱線：2343 2255

復康專科及資源中心

電話：2364 2345

電郵：rehabaidcentre@ha.org.hk

撒馬利亞會

〈生命熱線〉

電話：2382 0000 〈中文〉

2896 0000 〈英語〉

僱員再培訓局 - 樂活一站

電話：182 182

電郵：erbhk@erb.org

愛德循環運動社區支援及護送服務

〈可安排探訪、前往醫院的交通和購物等〉

電話：2777 2223 傳真：2777 2269

緊急求救電話

電話：999

政府救傷隊救護車

電話：2735 3355

易達巴士

〈為年滿60歲有行動困難者安排往返醫院、
診所覆診〉

電話：2348 0608

易達轎車

〈專為輪椅人士而設·提供個人化服務〉

電話：8106 6616

聖約翰救傷隊救護車

〈24小時服務〉

電話：1878 000

善寧會 - 安家舍

〈提供哀傷輔導服務〉

電話：2725 7693

電郵：jttc@hospicecare.org.hk

瞻明會

〈提供晚期病人及家屬服務及哀傷輔導〉

電話：2361 6606

電郵：cccg@cccg.org.hk

癌症基金會服務中心位置圖



香港癌症基金會
Hong Kong Cancer Fund

癌協熱線 3656 0800

捐款熱線 3667 6333

網站 www.cancer-fund.org

Facebook 專頁：

www.facebook.com/

hongkongcancerfund

本書承蒙澳新銀行贊助，特此致謝



U - 0 2 - 0 1 - 2 0 1 5