



癌症基金會
CANCERFUND

抗癌路上不孤單

如何應付系列

當家人患上癌症

How to Cope | When Family Member has Cancer



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。基金會屬下的服務中心，為癌症患者和家屬提供心理諮詢和實質的幫助，同時著重個人化的服務，並統籌21個癌症病人自助組織，成立互助網絡，確保受癌症影響的家庭在抗癌路上得到所需的支援。

本刊物是基金會出版的癌症小冊子「如何應付」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實用貼士，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。你也可以從我們的網站閱讀或下載各癌症小冊子。

本會所有專業服務均免費為大眾提供。香港癌症基金會沒有接受政府及公益金的任何資助，一分一毫的善款全賴個人或機構的捐助，以持續支持各項免費癌症支援服務。若你想支持受癌症影響的人士，請與我們聯絡，你的捐款將直接令香港的癌症患者受惠。

抗癌路上不孤單
免費諮詢熱線

☎ 3656 0800



捐款熱線：3667 6333



網址：www.cancer-fund.org

前言

當家人患上癌症時，全家人的生活都可能會面臨改變，本小冊子是為了幫助每個家庭成員，特別是年青人，對癌症和治療有更深入了解而編寫。

雖然小冊子不可能完全解答你所有的問題，但可以幫助你了解親友所經歷的事，以及處理你的感受。

讀過這本小冊子後，如果發覺對你有所幫助，請轉交你的家人或親友參閱，他們或許也希望得到這方面的資料。



目錄

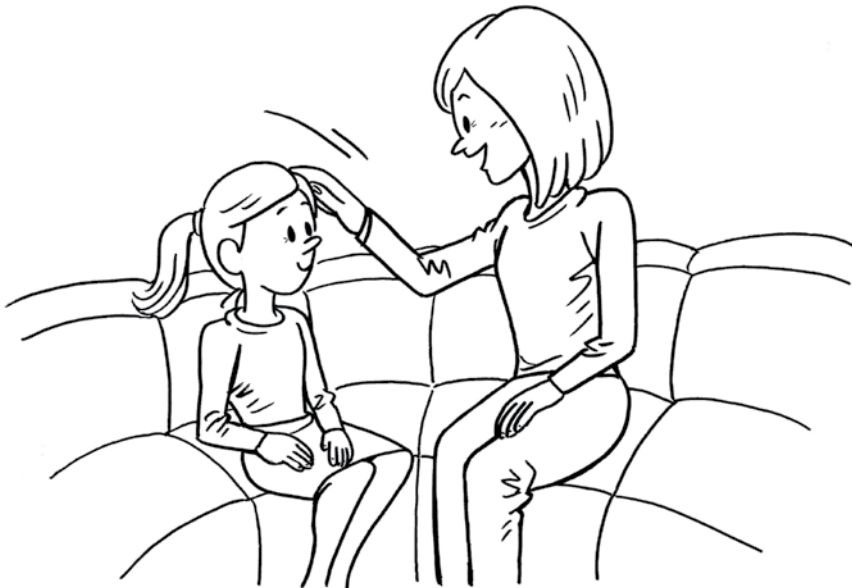
前言	2
病人家屬應該知道的事	4
病人和家人	5
癌症能否治癒？	7
幫助自己：認識癌症	8
癌是甚麼？	9
癌症治療	10
知多一點點	15
如何面對家人患上癌症？	17
父母的感受	24
請記著……	28
誰可以幫忙？	30
香港癌症基金會服務中心位置圖	32

病人家屬應該知道的事

以下是一些家屬應該知道的事，特別是寫給年青人的。

家屬須知：

- 隨著新療法不斷出現，不少癌症都可以治癒，尤其是早期發現(第一、二期)的癌症。對大部分患者而言，癌症已經成為一種慢性病
- 家人患上癌症，與你曾經想過或說過的事絕對無關
- 家人患上癌症，與你曾做過或沒有做過的事毫無關係
- 癌症並非傳染病，你不會從別人身上感染癌症
- 你或父母都不可能防止你的兄弟姊妹患上癌症
- 沒有人能夠解釋為何你的父母或兄弟姊妹患癌症，而你卻身體健康
- 無論你表現如何，也不能改變家人患上癌症或心情憂慮的事實
- 繼續上學和參加課外活動，對你會有幫助

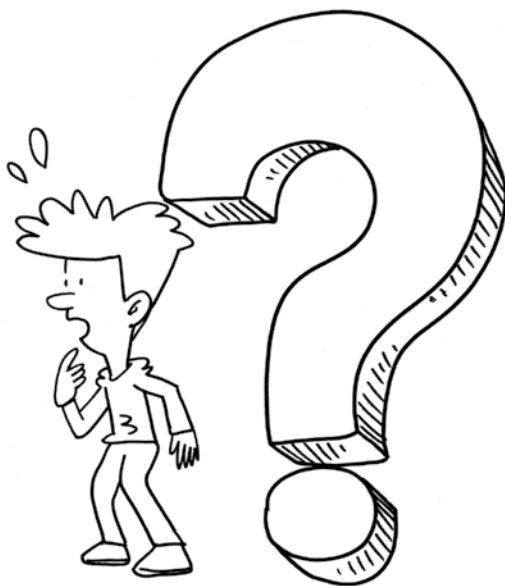


病人和家人

任何疾病或多或少都會影響病人的家庭生活，但隨着病人復元，家庭生活也會回復原狀。

但患上癌症的情況不一樣，病人不但要接受治療，而且還要經常到醫院或診所覆診。家人不但為患者焦慮，也為自己擔心。癌症是嚴重的疾病，如果不知道病人會否康復，你會感到恐慌。如果身邊有人患上癌症，你的生活會因為不同的因素而改變，例如：

- 是誰患上癌症？
- 患者的年紀？
- 患上的是哪種癌症？
- 有哪些治療方法？
- 是否有親密朋友或家人可以伸出援手？



- 患者是否和父、母或家人一起居住？
- 是否有兄弟姊妹？他們的年紀多大？
- 接受治療的醫院有多遠？是否方便探訪或致電？
- 住院的時間需要多久？
- 患者的感覺和態度如何？
- 患者對癌症是否難於啟齒？
- 你是否覺得跟癌症病人交談困難？
- 朋友知不知道你家人發生甚麼事？他們的反應如何？

上述任何一項因素都可能改變情況，只有你才知道癌症如何影響你的生活。

家裡每個人的反應都可能不同，有人可能因為生活出現改變而感到害怕、憤怒、疲累或對將來感到不安；也可能感到焦慮，無法像以往那樣容易傾談。有些人的表現好像甚麼也沒發生，生活似乎完全沒有改變。你可能會懷疑他們是否關心患病的家人而感到憤怒，但我們應緊記每個人的反應都可能不同，與其憤憤不平，倒不如直接和他們傾談，找出緣由。

免費諮詢熱線

(3656 0800)

癌症能否治癒？

以往，許多人將癌症與死亡劃上等號。隨著新療法不斷出現，不少癌症都可以治癒，尤其是早期發現(第一、二期)的癌症。對大部分患者而言，癌症已經成為一種慢性病。

即使接受治療，有些患者亦未必能夠痊癒，但現在的治療可以幫助患者紓緩症狀及延長壽命。有些患者得到治療後可以完全康復。不過，癌症是有機會復發，但即使復發，患者可以再接受治療，並同樣有康復的機會。

主診醫生、護士或社工都可以幫助患者及其家人更清楚了解病情及將要面對的治療，以減少不必要的憂慮。



幫助自己：認識癌症

認識家人所患的癌症及接受的癌症治療，可以幫助了解家人所面對的處境。

癌症分類超過二百種，治療方法各有不同。即使患上同類的癌症，也未必接受同一種治療方法。治療方法視乎患者的年齡、癌細胞之擴散程度、和個別患者的病情而定。

即使兩個人患上同類型的癌症和接受同樣的治療，療效也不一定相同。所以，如果你知道或聽聞某人所患的癌症和治療方法與你家人一樣，而情況未如理想，也並不表示你的家人不會康復，要緊記每個人的情況不同，同樣的療法也可能會有不同的反應。

癌症小冊子

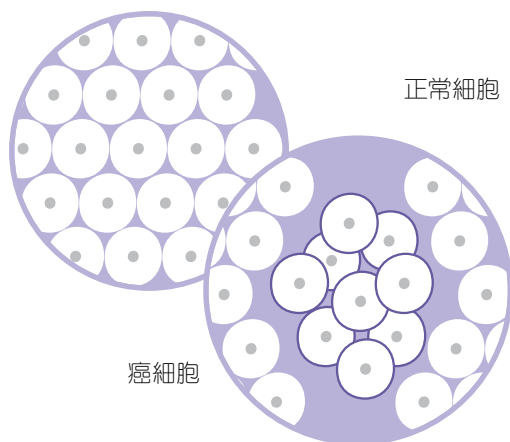


癌是甚麼？

我們的身體由數以億計的細胞組成，不同部位的細胞形狀和功能不一。正常的細胞有秩序地成長、分裂(繁殖)直至死亡。當分裂過程失控，細胞便會不停增生，在體內積聚成塊狀的腫瘤 (tumour)。

良性vs惡性

腫瘤分良性 (benign) 和惡性 (malignant)。良性腫瘤一般無症狀，也不會擴散到身體其他部位，通常不危及生命，只須定期觀察，除非增大及壓迫到鄰近組織才要治療。惡性腫瘤即我們所說的癌 (cancer)，不但會在原處增大，更具擴散能力，如不及時治理，會破壞四周組織，經血液或淋巴系統入侵其他器官，形成轉移性 (metastasis) / 繼發性 (secondary) 癌腫。



原發vs轉移(繼發)

癌症分為原發和轉移兩大類。原發性癌症是指於原部位發現的癌症，如肝細胞發生癌變，於肝臟形成腫瘤，便屬原發肝癌；轉移性癌症是指癌細胞向其他部位擴散，如肺細胞發生癌變，擴散到肝，於該處形成肺癌細胞的寄生性腫瘤，就是肺癌的轉移癌，嚴格上稱為「擴散至肝的肺癌」。

癌症治療

癌症治療日新月異，治療方法包括外科手術、化學治療、放射治療、標靶治療、免疫治療及荷爾蒙治療。

(一) 外科手術

醫生會切除有腫瘤的部分，但有部分情況也會切去腫瘤附近的組織。例如乳癌患者的乳房切除手術，除了切除腫瘤的本體外，醫生也會連帶切除四周一小圈正常的組織和緊鄰的淋巴結，在顯微鏡下觀察，確保手術部位的四周沒有癌細胞。

患者手術後通常會有痛楚，現時已有不同的止痛方法幫助患者紓緩痛楚。康復進度視乎癌腫的大小、手術的位置及方法，以及患者的身體狀況。

家人或好友可以陪同患者於手術後見醫生以給予支持、幫助患者提問及了解進一步的治療方案。

(二) 化學治療（簡稱「化療」）

化學治療的原理是將藥物經血管帶到全身。由於藥物帶有毒性，會影響身體所有細胞，無論是好細胞或癌細胞都會受到破壞，不過，癌細胞受破壞的程度會比正常細胞大。

化學藥物多數經靜脈注射入體內，亦有部分是口服藥片。

每次進行療程前，患者都需要驗血；若體內白血球不足，免疫力便會降低。於治療期間，若血球數目不理想，醫生會



按情況順延接下來的療程，以確保安全。

副作用

化學治療通常會使用超過一種藥物，每種藥物的副作用都不一樣，有的副作用比較強，也有的完全沒有副作用。醫生會清楚向患者解釋藥物的副作用，以及副作用出現的時間。一般副作用包括毛髮脫落、疲倦、噁心、嘔吐、腹瀉、身體不適等。即使施用相同的藥物，每個人的反應也不盡相同。大部份副作用都不是永久的，在治療結束後會逐漸消失。

情緒起伏

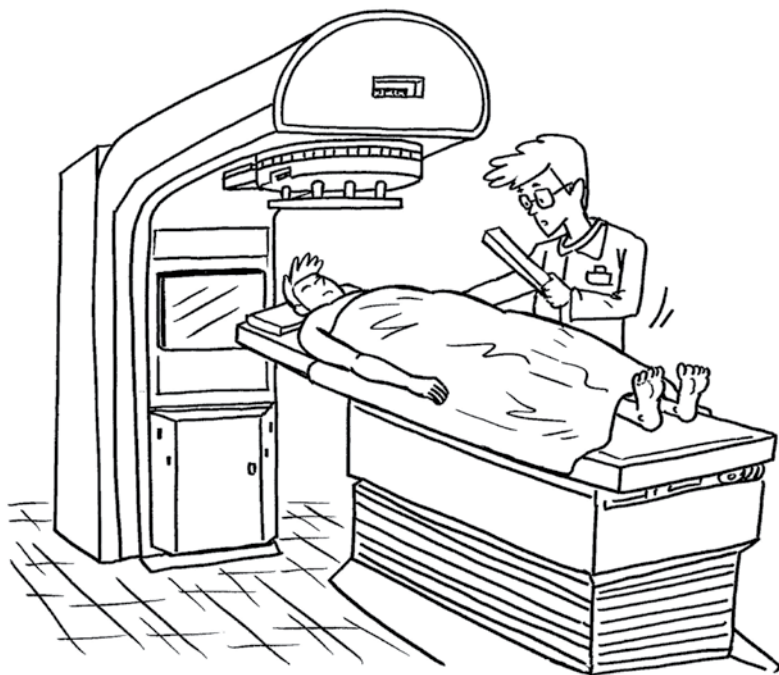
在接受化學治療後，有些人的情緒波動較大，可能會感到沮喪、緊張、特別飢餓或沒有飢餓的感覺。當然，這些改變未必完全因化學治療而起，正如患者的家人一樣，他亦會因癌症對生命帶來改變而感到悲傷或憂慮。

(三)放射治療（又稱「電療」）

放射治療是以高能量的射線來消滅癌細胞，在過程中儘量不損及正常的細胞。放射治療分為體外及體內放射治療。

為了確保放射治療能收得最佳效益，必須細心計劃整個療程。首次到醫院放射治療部時，醫務人員會請患者躺在「模擬器」上，於接受治療的部位照X光，這個步驟有時會使用電腦掃描器進行。周詳的計劃是放射治療中非常重要的一環，所以患者可能需要應診數次。

每次進行放射治療前，放射治療師會把患者小心安置於準確的位置，確保感覺舒適。治療只需幾分鐘，進行期間，患者會獨自留在房內，但仍然可以透過通



話器與在鄰房觀察患者情況的治療師談話。治療進行期間，不會感到疼痛，但必須靜卧。

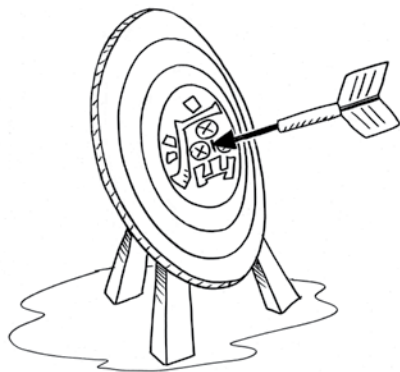
副作用

放射治療可能引致噁心和疲累等副作用，大部分情況都很輕微，取決於放射治療的強度和範圍。

另外，接觸輻射的皮膚可能有被太陽灼傷的感覺，需要避免在太陽下曝曬。接受照射的範圍亦可能會有毛髮脫落的現象，如果放射治療的部位是胃部或頭部，患者可能會噁心嘔吐、腹瀉、口腔損痛或頭痛。

(四) 標靶治療

標靶治療的優點是針對突變、增大或擴散的癌細胞，透過使用專門針對該種癌細胞的藥物，阻斷癌細胞生長或修復的功能，令癌細胞死亡。標靶治療的副作用一般較傳統化學治療藥物為少，對骨髓造血細胞和免疫系統亦影響不大。



由於大多數癌症成因複雜，並非單一性，因此合併治療會有較理想的效果，例如標靶治療加上化學治療或放射治療等，都會增加癌症治癒的機會。此外，標靶治療亦有效提高末期癌症患者的生活質素及延長壽命的機會。

不過，標靶治療並不適用於所有癌症，患者需經檢查確定是否適用此項治療，而標靶治療費用亦較昂貴，因此經濟因素亦是患者必須考慮的條件。接受治療前，建議患者與主診醫生詳細探討，衡量治療效用、療期、經濟情況等因素，然後再作決定。

副作用

標靶藥的副作用較化療藥少。常見副作用包括肚瀉及肝臟問題（如肝炎、肝酵素偏高）。除此之外，部分患者亦會出現皮膚問題（皮疹、乾涸、指甲變異、頭髮脫色）或血液問題（血管栓塞、傷口難以癒合、高血壓）。

(五) 免疫治療

醫學界近年積極發展的免疫治療，與傳統化療、標靶藥的藥物原理不同，主要是利用自身免疫力對付癌細胞。免疫治療藥物透過抑制免疫系統T細胞上的特殊受體，令T細胞「重新認識」偽裝為正常細胞的腫瘤，然後如同殲滅細菌病毒一樣攻擊腫瘤，產生縮小腫瘤的作用。

免疫治療費用昂貴，建議患者應該與主診醫生詳細探討，衡量治療效用、療期、經濟情況等因素，然後再作決定。現時免疫治療有應用於肺癌、白血病、頭頸癌、淋巴癌、皮膚癌等。

副作用

常見副作用是包括疲累、痕癢或肚瀉，副作用較傳統化療溫和。但亦有極少部份患者出現嚴重炎症，患者應留意身體的情況，如有皮膚發炎等免疫系統相關反應，建議立即求醫。

(六) 荷爾蒙治療

荷爾蒙治療是另一種藥物治療法，治療體內荷爾蒙而引起的癌症。荷爾蒙治療常用於治療某幾類的乳癌和前列腺癌。接受這種療法的患者需長時間服食醫生處方的荷爾蒙藥物，這些藥片雖然會產生副作用，但比化學治療溫和。醫生會於療程前解釋清楚療程年期及相關副作用等。

家人角色

理解患病家人的感受很重要，只要你明白癌症的副作用有機會令患者情緒及身體變化，例如脾氣暴躁、疲累、憂慮等。你可嘗試付出多點耐心和陪伴，可以抽時間與他一起做些寧靜的事情，例如傾談、閱讀、下棋、看電視或玩遊戲等。

在盡心照顧患病家人時，也不要遺忘自己的需要和感受。長期照顧的壓力可能會導致身心疲憊和困擾。如有需要，歡迎致電癌症基金會免費諮詢熱線3656 0800尋求支援。

知多一點點

現在你對癌症、癌症的治療和治療的副作用有點認識，你可能想知道更多關於家人所患癌症的情況，譬如它的種類、治療方法和對親友的影響，可向熟悉以下問題的人士請教：

1. 這是哪一種癌症？
2. 癌腫瘤在哪個部位？
3. 會好轉嗎？
4. 正在接受哪一類治療？會否接受其他治療？
5. 在接受治療時有甚麼感覺？會否感到痛楚？
6. 治療是否會改變他們的外貌？



7. 癌症和治療是否會改變他們的感受或行為，會否變得軟弱或容易發脾氣，還是與以前一樣？
8. 我可否陪伴家人一起去醫院接受治療？
9. 整個療程要多長時間？要隔多久去醫院一次？
10. 每次治療需時多久？
11. 我可否前往探病？
12. 在接受治療期間，我是否可以繼續上學或上班？病人是否需要留在家中？
13. 病人是否可與家人吃同樣的食物？
14. 我可以怎樣幫忙？

你可能還有其他問題需要解答，請致電癌症基金會**免費諮詢熱線：3656 0800**，我們樂意與你討論任何問題，並可為你聯絡其他自助組織，認識與你處境相同的人。

當家人患上癌症時，毋需憑空想像癌症治療的過程，可與主診醫生、癌症基金會社工或其他癌症病人傾談以了解更多實際情況。

免費諮詢熱線
☎ 3656 0800

如何面對家人患上癌症？

當家人患上癌症時，對你會有很大的衝擊，你可能會有些難以理解和難以表達的感受。

以下的內容會講述其他人的經歷，特別是有家人患上癌症的年輕人，某些感受你可能會覺得不合情理，而有些則好像感同身受。但請緊記，感受純粹是發自內心，無分「好」與「壞」。無論你對這些感受覺得內疚或慚愧，或置之不理，它們仍不會消失。

處理感受的好方法是承認你有這些感受，並與其他人傾談。你可與父母或其他長輩、朋友或其他經歷過這種情況的人傾談。

談論癌症或說出你的感受本來已經相當困難，如果其他人無心傾聽或沒法幫忙，更使人沮喪，譬如你想與父母親傾談，可能是因為他們不知道這麼回答你的問題；或者當你想找他們傾談時，他們心理尚未準備好，需要更多的時間思索後才能與你傾談。有些父母，不論如何疼愛子女，也不知道如何與子女討論這些困擾的問題。

如果無法與父母談論你的感受，歡迎致電癌症基金會免費諮詢熱線3656 0800 我們樂意與你傾談。

以下是一些癌症病人的家人憶述他們的感受。

害怕

「姊姊剛得癌症的時候，我害怕她很快會死去，我們一向要好，我也曾擔心癌症可能會傳染給家裡其他人。」 — 麗芬，13歲

當家人診斷患上癌症，你會感到整個世界好像就要塌下來似的，害怕家人被癌症奪去生命是人之常情，擔心家裡其他人會被傳染也十分正常。但事實上，與傷風感冒不同，癌症不是傳染病，多了解癌症會讓你不再那麼害怕。

聆聽癌症的檢驗和治療也可能很困難，有些人一聽到化學治療或放射治療便會不寒而慄，處理這些恐懼的最佳方法是認識這些事物。

癌症小冊子



香港癌症基金會出版了一系列癌症小冊子，歡迎登入本會網站免費下載。

「爸爸入院後，媽媽也去醫院陪伴，剩下我和阿姨在家，阿姨對我很好，但我有時很害怕，因為不知道爸爸的情況怎樣，我也很掛念他們。現在媽媽和爸爸每晚都打電話給我，告訴我在醫院的情況，我也告訴他們我的情況，這樣，我比較安心。」 一晉熹，9歲

當父親或母親患上癌症，另一人可能會花很多時間在醫院相伴，與其他家人相處的時間也會相對減少。父母親都留在醫院，家裡的孩子可能會感到不安，他們會擔心父母的情況，經常保持聯絡會使大家安心。

內疚

**「有一天我很氣姊姊，她和朋友去踏單車，
卻不肯帶我去，於是我說：「我想你去死！」
現在她患了血癌，真的可能死去，
我想這可能是我的錯。」—嘉怡，10歲**

假如你不明白癌症的成因，便會很容易誤以為一句話或跌一跤也可以導致癌症。

**「有一晚我把家裡弄得亂七八糟，
第二天早上，媽媽踩著雜物跌倒了，撞瘀了手臂。
不久，醫生告訴我她患上癌症。現在她已入院治療。
假如她不是因為我而跌倒，
或許不會有事。」—晞彤，11歲**

正如說錯話不會導致癌症的道理一樣，撞瘀、碰傷甚或跌斷骨也不會導致癌症。有些人怕把自己的感受告訴其他人，並長期感到內疚。我們有時因自己身體健康而家人生病感到內疚，這種感受證明你關心你的家人，但你不單要關心患上癌症的家人，也要愛惜你自己。

生氣

「我有時對弟弟患上癌症感到生氣。我知道這是不對的，他也不想生病。但是，一切都因為他的病而改變了，爸媽的口中只有弟弟，媽媽也一樣，這對我很不公平。」—圓圓，13歲

家人患上癌症後，父母不能像過去一樣經常在你的身邊，或不再像以前般照顧你，甚或需要將你寄住在其他地方，使你覺得很難過。生氣並不表示你是壞人或不愛患癌的家人。那些與你有相似經驗的人，他們共同的體驗是：遇上這情況必須緊記，事情會有好轉的一天。

被忽略

「晚上，爸媽走進妹妹的房裡替她關燈，並吻她說晚安，但卻不進入我的房間。」—潔如，15歲

其中一件使孩子感到不滿的事，是覺得被遺忘或被忽略，覺得不像從前那樣受到關愛。所有家人，包括父母，都有很多事情要做，並可能要用全副精神照顧患癌的家人，特別是如果他們需要時常往返醫院，剩下來關心你的時間就很少了。

「我做了錯事，媽媽便大聲責罵，但是哥哥做了錯事，他們卻不責備。」—昌平，13歲

「媽媽患病以後，家裡一切都變了，我們不再一家人圍坐吃飯，沒有人教我做功課。我覺得再沒有人照顧我，一切都要靠自己。」—小虎，13歲

不論是你的父母還是兄弟姐妹患了癌症，如果你覺得不像以前那樣受到關愛，請記著：那患癌的家人得到較多關心，是因為他需要特別照顧，而不是因為你所得到的愛少了。

感到孤單

「我真的覺得很奇怪，在媽媽患了癌症後，很多朋友都不想與我一起，好像癌症是個怪物，或者害怕會由我身上染上癌症。爸爸說，如果他們這樣對你，就不是真正的朋友。但是，他們以前真的是我的好朋友，我也很掛念他們。」—惠霖，15歲

有些年輕人在家人患癌後失去一些朋友，這可能是因為他們不知道應該和你說些甚麼，所以暫時和你疏遠，以免尷尬。

「有時，我的朋友奇怪我為何表現得這樣古怪，我希望他們明白，我有時不和他們一起，只是想陪伴我生病的姊姊。」－嘉琳，12歲

如果你覺得這段時間很難受，但記住這情況不會永久。舊朋友或許會重回你的身邊，你也會交上新朋友。學校裡的同學可能也有家人患病，因而更了解你的感受，這可能是個很特別的新朋友。

感到尷尬

「自從我弟弟開始脫髮，人變得蒼白瘦弱後，我不想再帶朋友回家了，我不想他們見到弟弟現在的樣子，我相信他自己也不想見到他們。」－光珮，12歲

假如你因家人患了癌症，在面對其他人時感到有點尷尬，其他的人也可能有同樣的感覺，這種感覺在你們都接受了這個事實後便會消失。

面對副作用

「姊姊原本有一頭秀髮，現在一覺醒來後，枕頭上滿是脫髮，梳頭或洗頭時也會有大量頭髮脫落，初時我見了真的很害怕，但她卻已安然接受，並不怨天尤人。」－嘉寶，16歲

假如你所愛的人因癌症治療產生的副作用，在外貌上有所改變，你也必須學習接受這些改變。開始時，你可能覺得害怕和不適應，但根據過來人的經驗，你很快便會習慣。

**「我爸爸患了癌症，並留醫很長一段時間。
他回家時，身體仍十分虛弱，上樓梯時也需要我攙扶，
我不太能接受，因為他以往一直很壯健，但現在
卻這樣虛弱，令我感到不安。」 — 振華，16歲**

即使你預先已知道家人不會像過去一樣，但你可能仍然沒有足夠的心理準備接受這個轉變，請記著，即使他們的外表有了改變，但仍然是同一個人。

改變

有些年輕人在家人患上癌症後，自己本身會有些改變，他們可能在學校生事，或者無法像以前那樣集中精神上課或與人相處，他們擔心自己也生病，甚至真的比較容易生病。出現這些改變並不奇怪，因為年輕人對新的經歷和感受，比較容易害怕和憂慮。正如處理其他問題或憂慮一樣，與其他關心和了解情況的人傾談，會有幫助。

並不是所有的改變都會帶來壞影響，也會有好的一面。家人患了癌症的一些年輕人覺得，癌症幫助他們成長，也令家人彼此間的關係更加密切。

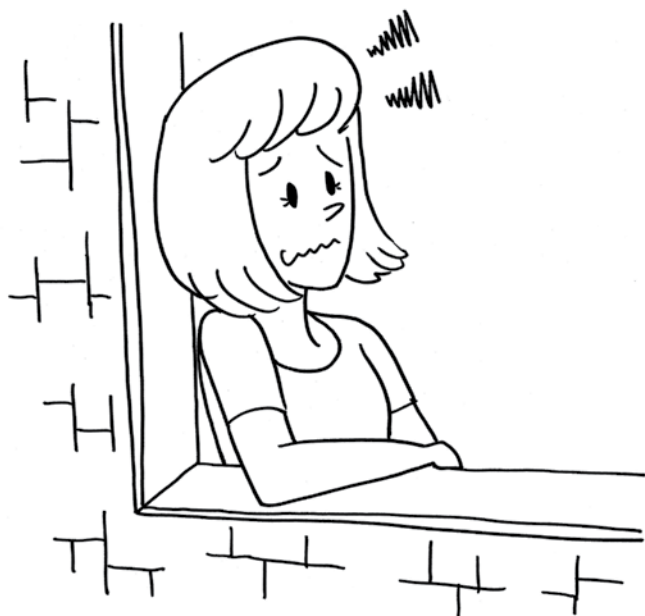
父母的感受

有家人患了癌症的年輕人都很想知道父母的感受，這個問題並無固定答案。不論是父母本身或其他家人患上癌症，父母可能為要作出的種種決定，他們對癌症所帶來的轉變也會感到憂慮、害怕、疲倦或迷惘。

另一方面，父母也想表現堅強，以便幫助其他家人，他們希望家人團結一致，共渡這個困難時期。父母親有許多需要決定及完成的事，在沉重的壓力下，與家人傾談往往會心有餘而力不足。本節與大家分享一些父母的親身感受。

患上癌症的父母可能擔心他們會因此擾亂了家人的生活。

「我感到很難過，因為病了之後，丈夫抽出很多時間陪我。我想孩子很難受，儘管他們不說。我很希望一家人能夠好好地談一談。」





父母知道自己得病後，不能像其他父母一樣與孩子一起做某一些事情，感到內疚。

「我覺得自己令兒子失望，好像不是個真正的父親，因為我不能夠像其他父親一樣陪他跑跑跳跳。」

如果發生這種情況，大家可以找一些有能力做到，又可以與家人分享的事情。

父親或母親患了癌症，另一人家務加重，但又擔心自己做的不好。

「我的妻子病了，在她留醫期間，我需要父兼母職，但我擔心在某些家務上做得不及她好。一日，我最小的兒子說：『媽媽的炒蛋不是這個樣子的。』我不責怪他，因為我也寧願吃她煮的菜，於是，我問她是怎樣炒蛋的。現在，早餐起碼已好吃了些。」

父母不希望子女裝作若無其事，餸菜味道不好也說成很美味。即使會感到一陣子難堪，但大部份父母寧願聽家人的真正感受，也不想子女把難過的感覺藏在心裡。

照顧患癌症的孩子可能使得父母親感到心力交瘁，有時控制不住情緒，因而對其他的子女失去耐心，甚至表現煩躁或發脾氣，事後即使不說，許多父母親心裡也很難過。

「在兒科診所陪伴慧雯一整天，當我返回家裡，已經筋疲力竭，因此為了一些小事對其他子女高聲喝罵，他們很難過，事後我更難過，因為我知道實在不應該這樣做。」



有些父母擔心子女會感到難過，想從旁幫助，但卻不知如何入手。有時，孩子不想與父母談論癌症，是因為他們不願父母擔心。事實上，如果父母覺得你受到困擾，但又不了解你不跟他們討論的原因，可能使他們更加擔心。

「自從我生病後，子女的態度也變了。我知道有事困擾著他們，但當我問起時，他們卻說沒甚麼，我只希望他們與我談談，幫他們解除困擾。」

有時候，年輕人可以做的，是訴說他們的感受，並讓父母也有機會說出他們的感受，彼此了解。

父母希望子女知道，家人患上癌症，全家人都會全力支援。癌症可能會影響家庭生活，但重要的是，一個家庭的難題，需要大家一起解決，即使生活步調轉變，你們仍是一家人，而父母永遠會在你身邊支持你。

免費諮詢熱線
(3656 0800)

請記著……

- 不要對你的感受感到慚愧或害怕，其他與你同一處境的人，也可能有相同的感受
- 如果你願意傾談，對事情可能有很大的幫助。你可以把感受與父母，其他長輩或可以信任的朋友傾談
- 多了解癌症和治療的方法，可以移除我們的恐懼，對癌症沒有根據的臆測，往往要比真實情況壞得多
- 嘗試結識與你年紀相若，家人亦患上癌症或重病的人，他們會比較容易明白你的感受
- 如果聽到一些關於癌症而令你害怕的談話，請別人解釋清楚，不要以為你聽到的就是事實或自以為全部明白，請勇於發問
- 記住除父母外，還有其他長輩可以幫你

當家人患上癌症後，你會有很多不同的想法和感受，不過，請緊記生活上的種種改變，只需要花點工夫，我們都有能力適應。在需要的時候，請找人幫忙，不要害怕向人求助。如有需要，歡迎致電癌症基金會**免費諮詢熱線3656 0800**尋求支援。

每個患上癌症的人，都有不同的心路歷程，家人的經歷亦不盡相同。所以從電視、電影、或書籍中所見所聞，未必與你家的情況相同。如有困惑，可與父母或其他可信賴的人士傾談，說出你的感受。

癌症相關資訊

癌症資訊繁多，網上、書籍等途徑都可以獲得。但要小心審視資訊的真確性，查看可信賴的資訊來源，以免造成不必要的驚慌。癌症的治療方法經常更新，即使最先進資料在數年間也可能變得過時，故此也要留意出版或刊登的日期。

香港癌症基金會出版了一系列癌症小冊子，並會定期更新內容，歡迎登入本會網站免費下載。

癌症小冊子



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。詳情請致電香港癌症基金會免費諮詢熱線3656 0800。

癌症基金會的互助網絡

我們在社區中設有癌症基金會服務中心，而在香港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關護癌症患者和家屬在患病的每個階段的需要，從全方位關注的角度設計復健活動，同時亦著重個人化的支援服務。

癌症基金會協助多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。我們屬下的互助組織會員人數過萬，這些互助組織，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、大腸癌、鼻咽癌等。

癌症基金會服務中心的專業團隊包括社工、註冊護士、註冊營養師、臨床心理學家及藝術治療師，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，面對治療過程中可能會出現的各種問題。透過屬下遍佈醫院、社區及家居的支援網絡，癌症基金會竭力秉承令癌症患者活得更好的服務使命。

「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。」

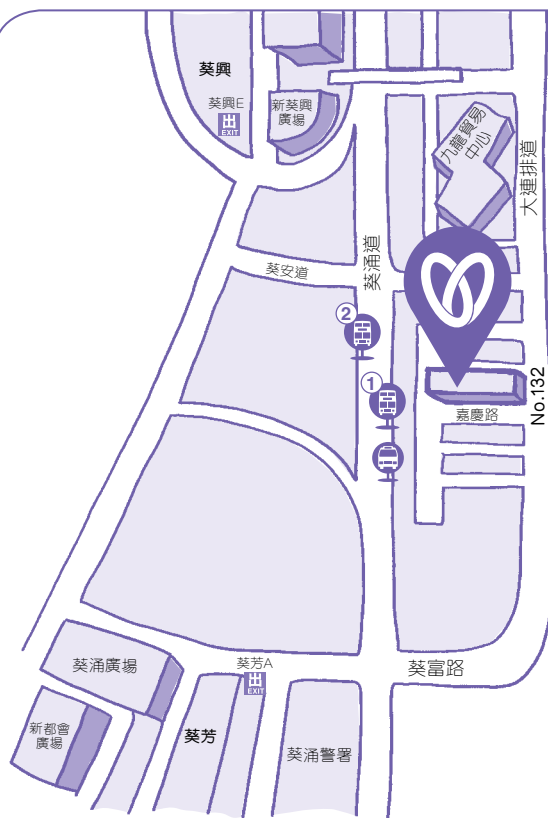
本小冊子由香港癌症基金會出版2023

本書內容截至稿件最終審閱日(2023年12月)為止正確無誤。

免費諮詢熱線
☎ 3656 0800

香港癌症基金會服務中心位置圖





香港癌症基金會賽馬會服務中心 (葵涌)

新界葵涌大連排道132-134號
TLP132 三樓

(港鐵葵芳站A出口)

電郵: canfund-kcc@hkcf.org



綠色小巴站 (葵涌道)

94, 302, 313



葵芳邨巴士站

(葵涌道葵芳邨對面/ 裕林工業大廈對出)

237A, 265M, 269A, 269M, 290, 290A, 33A, 36A, 38A, 40, 46P, 46X, 57M, 59A, 61M, 935



葵芳邨巴士站

(葵涌道近葵益道)

240X, 260C, 265M, 269M, 46P, 46X, 47X, 57M, 58M, 58P, 59A, 67M, 269P

捐助機構



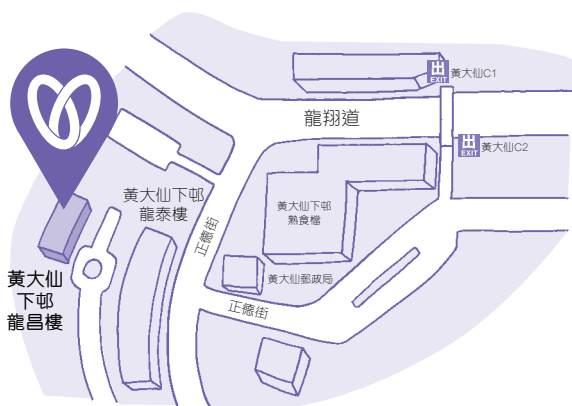
香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

鳴謝



傅德蔭基金有限公司
Fu Tak Lam Foundation Limited



**香港癌症基金會服務中心
(黃大仙)**

九龍黃大仙下邨(二區)龍昌樓
地下C翼2-8號
(港鐵黃大仙站C2出口)

電郵: canfund-wts@hkcf.org

筆記

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

筆記

[illegible]

香港癌症基金會
Hong Kong Cancer Fund

諮詢熱線 3656 0800

捐款熱線 3667 6333

網站 www.cancer-fund.org



癌症小冊子



C-12-01-2023