



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

認識癌症 甲狀腺癌



Understanding | Thyroid Cancer



香港癌症基金會於1987年成立，為本港最具規模的癌症服務機構，致力為受癌症影響的患者及其親友提供免費專業指導及資訊，確保抗癌路上不孤單。

本刊物是我們癌症小冊子「認識癌症」系列其中之一，旨在為癌症患者及其家屬詳述有關癌症診斷和治療資訊，提供實用貼士，並協助他們應對因癌症及治療而可能出現的副作用和情緒困擾。你也可瀏覽我們的網站，閱讀或下載各癌症小冊子。

本會的服務覆蓋醫院、社區及家居，並設有四間服務中心，分別位於中環、北角、葵涌及黃大仙。

我們的專業關護團隊包括腫瘤科護士、社工、藝術治療師、營養師及臨床心理學家，協助患者面對身體、情緒、心理及人際關係上的挑戰，減低他們在抗癌過程中的壓力。

抗癌路上不孤單
免費服務熱線

☎ 3656 0800



捐款熱線：3667 6333



網址：www.cancer-fund.org

前言

本小冊子旨在幫助你深入了解甲狀腺癌。

很多人得知自己患上癌症時，均會感到震驚和難過。我們希望透過這本小冊子，幫助你更了解甲狀腺癌的診斷和治療，同時提供相關支援服務的資訊。

我們已盡力確保本小冊子內容於出版時正確無誤，然而小冊子僅供參考，不能取代醫生或醫護人員的專業意見。在接受任何治療前，請務必諮詢你的醫生。

希望這本小冊子能解答你的一些疑問，並幫助你思考有什麼問題需要向醫生提問。

確診後，面對大量資訊可能令人不知所措，你或許無需閱讀整本小冊子，可挑選對你有用的部分閱讀即可。你亦可以將這本小冊子轉交給家人和朋友參考，讓他們了解相關資訊，從而更好地支持你面對癌症帶來的挑戰。



目錄

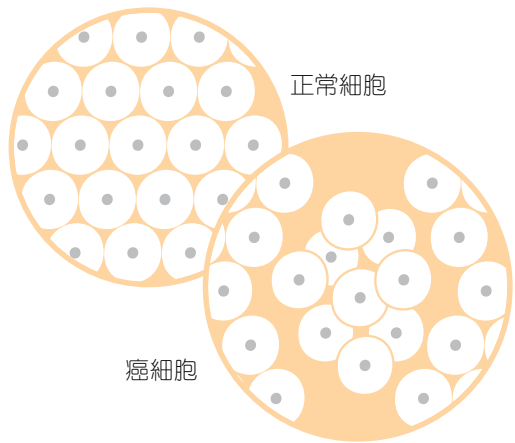
前言	2
癌是甚麼？	4
甲狀腺	5
甲狀腺癌	6
甲狀腺癌的成因	7
甲狀腺癌的症狀	8
診斷方法	9
甲狀腺癌的階段與等級	11
計劃療程	13
治療方法	17
請問醫生，我……	25
覆診	26
你的感受	27
我可以如何幫助自己？	33
誰可以幫忙？	35
香港癌症基金會服務中心位置圖	36

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」。

甲狀腺

甲狀腺是位於頸部前端咽喉（聲盒）下的細小腺體，亦稱為「活動」腺體，因為它生產兩種主要荷爾蒙，即三碘甲狀腺原氨酸（T3）及四碘甲狀腺素（T4），是保持身體正常運作所需的荷爾蒙。甲狀腺須有定量碘質供應以產生甲狀腺素。

若血液中的T3與T4含量下降，腦部內的丘腦下部便會釋放出「促甲狀腺荷爾蒙釋放荷爾蒙」（TRH）。隨著血液中「促甲狀腺荷爾蒙釋放荷爾蒙」水平上升時，垂體便會釋放出「促甲狀腺激素」（TSH），使甲狀腺生產更多甲狀腺素。

若甲狀腺未能生產足夠的荷爾蒙（甲狀腺機能衰退），身體便會感到疲勞昏睡，體重容易增加。反之，如生產過多荷爾蒙（甲狀腺機能亢進），情形便會相反，體重下降，食慾大增，也會感到難以放鬆。

免費服務熱線

☎ 3656 0800

甲狀腺癌

甲狀腺癌發病非常緩慢，可能數年後才出現問題。使用目前的新式療法，甲狀腺癌症患者治癒機會非常高，即使腫瘤已在甲狀腺以外位置擴散，不少患者仍可完全康復。

甲狀腺癌主要可分四類，檢驗患者的癌細胞後，醫生便可得知患者所患癌病之種類，從而決定最適合的療法。

- **乳頭狀癌 (Papillary)** — 最普遍的甲狀腺癌，年青患者（尤其是女性）發病尤為普遍。
- **濾泡狀癌 (Follicular)** — 罕見的甲狀腺癌，通常發生在年長患者身上。
- **髓質癌 (Medullary)** — 罕見的甲狀腺癌，常見的家族遺傳病。患者的家屬須定期進行檢查，以監察家庭成員是否出現病徵。
- **分化不良癌 (Poorly Differentiated)** — 分化不良指癌細胞形態跟正常細胞差異頗大。隨著人口老齡化，這類型的個案有增加的趨勢。
- **退行發育癌 (Anaplastic)** — 一種罕見的癌病。通常發生在年長患者身上，生長速度較其他甲狀腺癌為快，也不容易治療。

甲狀腺也可能出現有淋巴瘤。這種在甲狀腺淋巴組織內的罕見癌症，屬於非霍奇金淋巴瘤的一種。

除了退行發育癌外，甲狀腺癌發展得很緩慢，一般幾年之後才開始發生問題。

甲狀腺癌的成因

甲狀腺癌的成因，至今未明。醫學界一直在進行研究，希望找出導致甲狀腺癌的成因。

對有些人來說，可能與幼年接受過放射治療有關，也可能因為生活環境中有高密度的放射線存在，譬如，一九八六年烏克蘭的切爾諾貝爾地區核能爆炸，使得甲狀腺癌的人數增加。

有些個案顯示，在十至二十年前曾接受過頸部放射治療的人，患上此類癌病的機率較高。飲食中碘不足也可能發展甲狀腺癌。

患上甲狀腺髓質癌的人多是因為不正常的遺傳基因，可能在以下的情況發生：

- **髓質癌 (Medullary)** — 屬於罕見甲狀腺癌，常見的家族遺傳病，因此，病人家屬須定期進行檢查，以嚴密監察家庭成員是否有病徵出現。
- **家族甲狀腺髓質癌 (FMTc)** — 一般會影響較多家族的成員。
- **複合型內分泌瘤 (Multiple endocrine neoplasia) 併發症2A和2B類型** — 這種併發症，家族成員可能發展出不同的內分泌腫瘤，包括甲狀腺髓質癌。

甲狀腺髓質癌病人的家屬可以測試是否有遺傳性的異常RET基因。如果有，醫生可能會建議你切除甲狀腺以防止癌症發展。

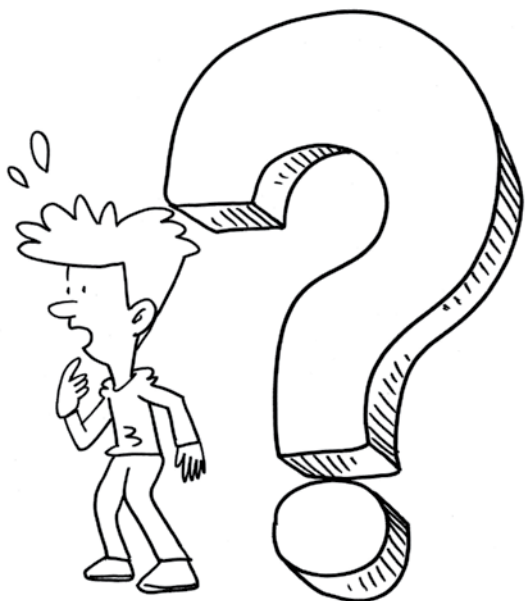
甲狀腺癌的症狀

大部份甲狀腺癌細胞的增長速度非常緩慢，常見的徵狀是頸部生出無痛腫塊，然後逐漸長大。有時，甲狀腺腫瘤會擠壓食道或氣管，造成吞嚥或呼吸困難。

也有人在得了骨癌或肺癌之後，才知道是因為甲狀腺癌擴散的緣故，也就是說甲狀腺癌已轉移到骨或肺部的器官，但是這種情況很罕見。

甲狀腺癌通常不會影響甲狀腺素的生產，因此不會產生甲狀腺機能亢進或甲狀腺機能衰退的徵狀。

若頸部發現腫塊或任何上述病徵，應盡快請醫生診治。即使有上述的病徵，也並不一定是癌病。



診斷方法

病人通常會先前往家庭醫生（全科醫生）診所檢查，做必要的檢驗及X光檢查；如果發現有癌細胞或者不能確定問題的癥結，即會轉介專科醫生。

進行全身檢查前，醫生會詳細詢問患者的病歷。

深入檢驗

若醫生懷疑硬塊可能是癌病，可能會做的進一步測試包括：

• 血液檢驗

血液樣本可查驗甲狀腺荷爾蒙的水平是否正常，醫生也會檢查患者一般的健康情況。

• 幼針抽驗或活組織檢驗（Fine needle aspiration or biopsy）

幼針抽驗檢查，是將一支細針慢慢插入頸部硬塊抽出細胞，然後在顯微鏡下檢查是否有任何癌細胞存在。

有時醫生也會用超聲波掃描以確定細針插入正確的位置。

• 手術活組織檢驗

在必要的情況下，醫生會為你動手術抽取活組織樣本。這個手術需要做全身或局部的麻醉。醫生會在接近甲狀腺附近的皮膚切一個小口，然後切取一小塊甲狀腺組織，隨後在顯微鏡下檢查組織是否有任何癌細胞，這項檢驗可在門診部進行。

必須做手術取得活組織樣本的原因如下：

1. 幼針抽驗無法取得足夠的活組織
2. 在顯微鏡下檢查組織時醫生無法由幼針抽驗的活組織確定是否有癌細胞

• 超聲波甲狀腺掃描 (Ultrasound thyroid scan)

在此項檢驗中，醫生會利用超聲波掃描頸部及甲狀腺內部的圖像。

當你安躺後，醫護人員會在你的頸部抹塗凝膠，隨後在該處使用小型聲波儀器來回移動，回聲經過電腦處理後會轉為圖像，顯示是固體硬塊，還是囊液。

• 甲狀腺放射性同位素掃描 (Thyroid Radioisotope Scan)

進行此項檢驗時，醫護人員會將少量放射性物質或碘質注射入患者血管。數十分鐘後，你需要躺臥在床上，將伽瑪攝影機放置在你的頸部位置，以測量甲狀腺的放射量。

癌細胞通常不會像正常的甲狀腺細胞般吸收放射性物質，因此攝影機能夠顯示可能存有癌細胞的位置。醫學界稱這些部位為「冷區」或「冷瘤」。

掃描過程不會讓你疼痛，注入的放射性物質也不會有不良的副作用。

• 電腦掃描 (CT Scan)

電腦掃描是一種精密的X光檢驗方法。掃描機攝取一系列的X光片後，把影像輸入電腦形成三維空間的圖像，得出腫瘤大小和部位詳細的影像，以幫助醫生了解你癌症的情況。

你在診察床 (couch) 上舒適地躺下後，即可進行掃描。掃描過程無痛，只需要靜躺30到40分鐘。

接受檢驗前4個小時內，須暫停飲食。醫務人員會給你喝一種特製的顯影劑，顯影劑可能讓你發熱。這種液體會會在X光上清晰的顯示出來。如果你對碘敏感，或者有哮喘，請在事前通知醫護人員。



甲狀腺癌的階段與等級

癌症的階段通常用來形容顯微鏡下癌細胞的形狀、大小，是否從原發位置擴散到身體其他的部分。了解這些資訊可以幫助醫生選擇最合適的治療方法。

階段

一般來說，癌症分為四個階段（一到四）：數字越低，例如一，代表癌細胞擴散的機會越小。反之，數字越高，情況越嚴重，擴散的機率越高。甲狀腺癌的階段是以不同類型的甲狀腺癌和病人的年齡來區分。分類系統如下：

- **五十五歲以下患有乳頭狀 (Papillary) 和濾泡狀 (Follicular) 的甲狀腺癌病人：**

第一階段：腫瘤可能是任何大小，附近的淋巴結也可能受到影響，但是腫瘤並未擴散到身體其他的部分。

第二階段：不同大小的腫瘤已經擴散到身體其他的部分，譬如骨骼或肺部。

- **五十五歲以上患有乳頭狀 (Papillary)、濾泡狀 (Follicular) 及髓質甲狀腺癌的病人：**

第一階段：腫瘤小於兩公分，存在於甲狀腺中，並未擴散到淋巴結或者身體其他的部分。

第二階段：腫瘤的大小在兩公分到四公分之間，存在於甲狀腺中。並未擴散到淋巴結或者身體其他的部分。

第三階段：腫瘤大於四公分，存在於甲狀腺中；或者腫瘤可能是任何大小，已經擴散到甲狀腺以外，或者頸部附近的淋巴結。

第四階段A：腫瘤可能是任何大小，已經擴散到頸部附近的肌肉、神經或血管，或及頸部附近的淋巴結或上胸。

第四階段B：腫瘤可能是任何大小，已經擴散到頸部上方，脊椎骨或胸部，以及附近的淋巴結。

第四階段C：癌細胞已經擴散到身體其他的部分，如肺部或骨骼組織。

• 退行發育甲狀腺癌 (Anaplastic)

任何患有退行發育甲狀腺癌的人是屬於第四階段。這第四個階段又分為三部份，取決於癌細胞擴散的範圍而定。

第四階段A：腫瘤可能是任何大小，存在於甲狀腺中。淋巴結可能已經受到影響，但是癌細胞尚未擴散到身體其他的部分。

第四階段B：腫瘤可能是任何大小，已經擴散到頸部的軟組織。淋巴結也可能受到影響，但是癌細胞尚未擴散到身體其他的部分。

第四階段C：癌細胞已經擴散到身體其他的部分，如肺部或骨骼組織。

等級

你的醫生也許會用TNM的系統來區分甲狀腺癌的等級。

- T形容腫瘤的大小。從T1—T4四個等級
- N形容腫瘤是否擴散到甲狀腺附近的淋巴系統。N有兩個等級N0代表在淋巴系統內沒有癌細胞的徵象。N1表示在淋巴系統內有癌細胞
- M形容癌腫是否已經擴散到身體其他的組織，如肺部或骨骼（繼發性或轉移性癌）。共分兩個階段：M0是尚未擴散；M1是已經擴散

計劃療程

治療甲狀腺癌可以單獨或合併使用外科手術、放射性碘或者放射療法。多數的甲狀腺癌都能夠成功的治癒。

如何計劃療程

醫院會有一組醫護人員商量對你最有效的治療方法。這個治療隊伍包括：

- 外科醫生
- 腫瘤科醫生
- 護士
- 營養師
- 物理治療師
- 心理學家/社工



醫生在計劃療程時，會考慮多種因素：

- 健康狀況
- 患者的年齡
- 腫瘤的種類和大小
- 腫瘤在顯微鏡下的形狀
- 是否擴散到身體其他的部位

針對你的癌症類型和階段，如果兩種治療的效果都同樣有效，醫生可能要你做選擇。有時病人對選擇感到困難。如果你碰到這種情況，先要確定自己對兩種療法都有充足的資訊，並了解其副作用，以決定哪種治療最適合自己。

如果有不明白或擔憂之處，記得一定要問醫護人員。與醫護人員討論不同治療的優缺點對穩定你的心情會有幫助。

第二意見

有些人覺得，多問一個醫生的意見，可以幫助自己決定採用哪種療法。只要你覺得有幫助，大多數的醫生都願意為你推薦另一位專科醫生，以徵求第二意見。

詢問第二意見可能會延誤治療的時間，當尋求第二意見時，你和醫生都要確定如此做對你的治療是有幫助的。

簽署同意書

在接受治療以前，醫生會向你解釋治療的目標並請你簽署一份同意書。在沒有你同意，醫生不會進行任何治療。在簽署同意書以前你需要了解：

- 你接受療法的性質與範圍
- 這種療法的利弊得失
- 其他可以選擇的療法
- 這種療法可能面對的重大風險

如果你不了解醫療人員的解釋，請他們再解釋一次。有些癌症的治療非常複雜，要求醫護人員再次說明是平常的事。

如果對自己的療法有疑問，不要怕問醫生或護士。不妨把問題寫在紙上，見醫生時可由摯親好友陪同，以便提醒那些你很想知道，但容易忘記詢問的問題。

許多病人覺得醫護人員太忙沒有時間回答他們的問題，但是了解即將要接受的治療對自己身體、心理的影響非常重要，醫護人員有義務向你解釋。

如果尚未考慮好接受哪種治療方式，你可以要求多一點時間做決定。如果你決定不接受治療，醫護人員會向你解釋不接受治療的後果。

治療的利弊

許多人聽到癌症治療就緊張，因為治療可能產生許多副作用。但是這些副作用可以用藥物控制。也有些人想知道如果不接受治療會有什麼後果。

雖然許多治療會產生副作用，但是也可以有效的控制病情。

• 早期的甲狀腺癌

對多數早期的甲狀腺患者來說，治療的目標是為治癒。根據個人情況的不同，治療的方法可能很不一樣，效果也會不同。

• 晚期甲狀腺癌

當甲狀腺癌已經進入晚期，治療的目標是為了控制，紓緩症狀，使病人能夠過一個比較有品質的生活。

決定治療方法

如果你的腫瘤仍然在初期階段，而治療的目標是為了痊癒，是否接受治療的決定並不困難。但是如果治療只是為了在一段時間內控制症狀，決定是否接受治療就會困難得多。

在這種情況下，你需要與醫生詳細討論是否需要接受治療。如果你決定不接受治療，仍然可以得到紓緩照顧以控制症狀。



治療方法

外科手術

甲狀腺癌的首要療法，通常是外科手術。醫生會根據腫瘤特性、個人的健康狀況以及你的個人意願，與你共同制定最適合你的單側葉切除或全切除治療方案。

如何施手術

在手術前，醫生有時候不能夠百分之百做出診斷。在這種情況下，外科醫生會移除甲狀腺受影響的部分，然後在顯微鏡下檢驗。診斷確定後，醫生在第二次手術時，再移除甲狀腺其他受影響的部分。

• 單側葉甲狀腺切除術 (Hemithyroidectomy)

針對腫瘤在4厘米或以下、只局限於一側甲狀腺、並沒有擴散跡象的早期癌症，特別是生長較緩慢的乳頭狀癌。

• 全甲狀腺切除術 (Total Thyroidectomy)

適用於腫瘤大於4厘米、已擴散至淋巴結或甲狀腺以外的組織、或屬於較具侵襲性的類型。

醫生也會檢查甲狀腺附近的淋巴結是否受到癌細胞的影響以減少手術後癌症復發的風險。

有時候醫生必須切除甲狀腺附近的組織，因為：

- 癌細胞開始擴散到甲狀腺以外。
- 如果你患上的退化發育甲狀腺癌，這種癌擴散得比較快。有時，醫生必須移除一小部份的氣管，然後在喉嚨上開一個小口，讓你得以呼吸。

即使治療甲狀腺癌主要依靠外科治療，但醫生亦可能採用放射性碘治療或體外放射治療，以消滅依然存在的癌細胞或治療已擴散到身體其他部份的癌細胞。



手術後

手術後，你需要盡早下床行走，這是康復非常重要的第一步。就算你需要臥床，亦須維持定時足部移動及深呼吸動作。物理治療師會指導你如何做。

透過靜脈輸注（滴注）的方法，使你身體所需的液體得到補充，直至你能夠進食為止。

手術後，你可能感到一些痛楚或不適，而醫生會開出一些止痛藥給你；若止痛藥不見功效，要立即通知護士，以便更換。同時為確保氣道暢通，你須要以半坐姿勢臥床。

在一般情況下，接受單側葉甲狀腺切除的患者，在手術翌日便可出院。全甲狀腺切除的患者，如血鈣水平正常或穩定上升，亦可在手術翌日出院。在手術後一段期間內，患者吞嚥時會感到痛楚，因此可能要食用軟質食物。

在出院前，護士或營養師會與患者討論有關飲食問題。保持均衡飲食是十分重要的，若你進食困難，可用營養飲品補充所需的營養，詳情可參考香港癌症基金會印製的《癌症與飲食》小冊子。

癌症與飲食小冊子



手術的副作用

• 聲音沙啞疲弱

由於甲狀腺的位置，外科手術可能會影響連接咽喉（聲盒）的神經線，導致

患者在手術後一段時間，聲音沙啞疲弱。通常這只是暫時的問題，只有少數人會受到長期的影響。

• 鈣質流失

在甲狀腺切除手術中，可能對甲狀腺後細小的甲狀旁腺造成一些損害，甲狀旁腺的功能是控制血液中的鈣質水平，如果受到損害，鈣質水平便會下降至低水平，如有需要，醫生會為病患者開出補充鈣質的藥。

• 疲倦

甲狀腺切除手術後的幾個星期感到疲倦是正常的現象。等候甲狀腺荷爾蒙治療期間也會令你疲倦。

• 疤痕

手術後，在鎖骨的上方會有一道疤痕。剛開始的時候這道疤痕是紅黑色，然後會逐漸淡化。



手術後的跟進及治療

• 甲狀腺荷爾蒙 (Thyroid Hormones)

接受全甲狀腺切除的患者，醫生會處方荷爾蒙補充劑讓你手術後立即開始服用，替代由甲狀腺製造的荷爾蒙。一般單側葉甲狀腺切除術後，則未必需要服用。

放射治療

體內放射治療

在切除甲狀腺的手術後，醫生可能會進行**放射性碘治療 (RAI Therapy)**。放射性碘進入身體後，會被體內殘留的甲狀腺細胞或癌細胞吸收，然後輻射會集中清除這些細胞。由於放射性碘對身體其他正常細胞的影響有限，因此能有效消滅可能仍存在頸部，或已擴散到身體其他部位的癌細胞。

為了讓治療發揮最大效用，體內的**促甲狀腺激素 (TSH)** 水平必須提升，以刺激殘留的甲狀腺組織或癌細胞吸收放射性碘：

• 方法一：在治療前注射重組促甲狀腺素 (Thyrogen, rhTSH)

好處是可繼續服用甲狀腺荷爾蒙補充劑，無需停藥；也能避免出現疲倦、浮腫等低甲狀腺功能症狀。

• 方法二：治療前停服四碘甲狀腺素 (T4)

停藥期間可能會感到疲倦和浮腫，但這些症狀在恢復服藥後會消失。

在治療前，醫生會要求你進行**低碘飲食**，減少體內碘含量，讓癌細胞更有效吸收放射性碘。需要避免的食物包括：

- 魚和海鮮
- 雞蛋、芝士、牛奶等乳製品
- 加碘的食鹽
- 含碘的藥物，特別是某些咳嗽藥
- 食物顏色添加劑E127，例如：加糖的櫻桃，罐裝草莓
- 含碘的補充劑

副作用

放射性碘治療會使患者受到輕量輻射影響，在治療後會維持四至五日。在此期間，你體內的放射量會從尿液、血液、唾液及汗液散失。因此，你須留院數天，直至放射量完全消失為止。

在接受治療後數天內，須採取預防措施，以避免其他人受到放射性碘質感染，換言之，須限制探病者的人數以及停留時間。

這些措施與限制探訪時間，可能會令患者感到被隔離和孤單寂寞，通常隔離時間只會維持四至五天，一旦掃描顯示放射性消失後，你便可繼續過正常生活。若你正在用母乳喂哺，便須在療程期間和以後一段時間內停止哺乳，醫生會與你詳細討論此事。

體外放射治療

放射治療使用高能量輻射線消滅癌細胞，一方面可治療癌病，另一方面盡量減低對正常細胞造成的傷害。

使用體外放射線治療甲狀腺癌並不普遍。但在下列情況，醫生或會考慮採用：

- 髓質及退行發育癌：該類癌細胞不吸收碘，電療效果較佳
- 手術後仍然有癌細胞殘留在頸部
- 無法用手術移除腫瘤，特別當腫瘤位置或患者身體狀況不適合手術
- 治療後復發

而為確保每次治療的位置準確一致，醫院會為你特別配製一個膠面具，固定頭部和頸部的位。在計劃治療時，醫護人員會為你戴上面具並拍攝X光片，準確標示需要治療的部位。

治療會在醫院放射治療部進行，療程通常每週五次，持續5至6週。實際治療時間視乎癌病的種類和大小而定。醫生會在事前與患者詳細討論療程。

由於電療不會使放射性物質殘留於體內，治療期間和治療後可以正常社交，無需與他人（包括兒童）隔離。



副作用

視乎治療劑量和療程長短，副作用因人而異。開始治療前，醫生會詳細解釋可能出現的副作用：

- 如有噁心可服用醫生處方的止嘔藥，可以有效地減低噁心感覺。
- 如果喉嚨痛而無法正常進食，你可以用高能量的飲品代替正餐，使用前先向醫生諮詢。香港癌症基金會（電話：3656 0800）印製的《癌症與飲食》小冊子，內有實用飲食貼士，歡迎下載。
- 如果皮膚感到發紅、乾燥、痕癢、疼痛，放射治療師會建議你如何護理。治療部位不宜使用含香料的產品，要保持皮膚乾爽。用暖水清洗皮膚，隨後輕輕印乾。

癌症與飲食小冊子



由於放射治療會令患者疲倦，因此要盡量爭取時間休息，尤其是每天須長途跋涉接受治療的患者，更加需要多些休息。

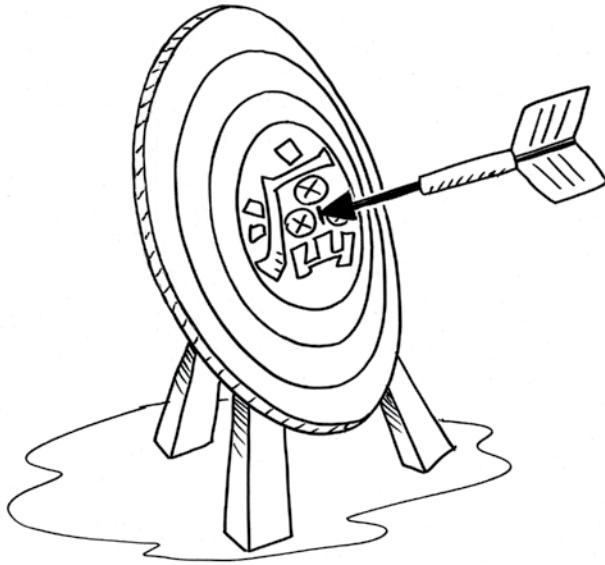
在治療完畢後兩三個星期，這些副作用會逐漸消失。如副作用持續出現，就要通知醫生。體外放射治療不會使患者帶有放射性，在整個治療過程中，可保持正常社交。

標靶治療

能更精準地攻擊癌細胞，減少對正常細胞的影響。針對已擴散或惡化的甲狀腺癌患者，醫生可能會建議使用標靶藥物：

多激酶抑制劑 (Multi-kinase inhibitors) — 該藥物能阻止腫瘤形成新血管，並幫助癌細胞生長和分裂的蛋白質。醫生會根據病情、癌症類型和患者的整體健康狀況，選擇最合適的藥物。

治療通常以口服藥物形式進行，你可以在家中服用，無需住院。治療期間，醫生會密切監察療效和副作用，並根據情況調整劑量。



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。以下是癌症患者常見的疑問：

1. 我的甲狀腺癌是在什麼階段？
2. 我的甲狀腺癌屬於哪種等級？這代表了什麼意思？
3. 我需要做哪些檢驗？
4. 你建議做哪種治療？
5. 不同治療的副作用有哪些？
6. 手術是否會影響我的聲帶？
7. 在手術後做放射治療有什麼好處？
8. 治療完成後，我仍然能夠工作嗎？
9. 治療後會影響我的生育能力嗎？
10. 除接受治療外，我可以做些什麼幫助自己？



覆診

在治療完畢後，你須在未來數年內定期檢查身體及接受X光檢查。如果發生任何問題或發現任何身體變化時，要盡快通知醫生診治。

你亦可能要進行放射性碘掃描，以便檢查體內是否仍有甲狀腺癌細胞存在。亦可進行有關甲狀腺所製造蛋白質甲狀腺球蛋白的血液測驗，此項簡單血液測驗，能夠檢查體內是否存在應消滅的甲狀腺癌細胞。

你如果希望得到香港癌症基金會印製的《放射治療》、《癌症與飲食》、《毛髮脫落》等小冊子，請掃描以下之QR Code或在治療期間順道前往公立醫院的癌症病人資源中心索取。

癌症小冊子



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，即使不能痊癒，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你病情的擔心。

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，可致電本會免費服務熱線：3656 0800。

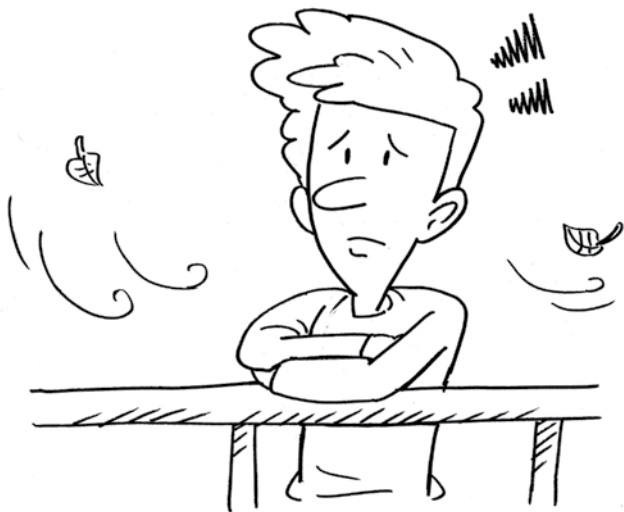
否認

「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，大多數癌症的死亡率都有下降趨勢。如果及早檢驗和發現，許多癌症是可以治癒的，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，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，要確保資訊來源可靠，否則反會帶來不必要的顧慮，在抗癌上走冤枉路。癌症基金會製作了40多本以「認識癌症」及「如何應付」為主題的癌症小冊子，可於癌症基金會服務中心索取或於基金會網站查閱電子版。

癌症小冊子



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，完成療程後亦需在家休養以助復原。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。



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、社會服務機構亦愈來愈多，你和家人在等候診治時，有很多事情可以做。透過自行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有別，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，可嘗試自訂簡單的目標，慢慢重建信心。

第一步，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進行諮詢。學習放鬆自己，這方面的教材有很多，不難掌握，但需要練習。你可以在家上網或跟隨光碟進行，甚至去上課，務求持之以恆，讓之成為生活習慣。詳情可參考本會出版的《癌症與飲食》和《癌症和輔助療法》，或向本會服務中心查詢。

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、旅行、跳舞、玩音樂、種花等。

癌症與飲食小冊子



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查詢，或致電政府社會福利署熱線：2343 2255。

誰可以幫忙？

請記住，有很多人願意幫助你和你的家人。有時候，與那些跟你的病情沒有直接關連的人傾談，反而更容易啟齒。你或許會發現，與受過專業訓練的輔導人員傾談，能帶來意想不到的幫助。香港癌症基金會很樂意與你分享相關經驗及提供免費支援。如想了解更多，請致電香港癌症基金會**免費服務熱線：3656 0800**。

香港癌症基金會的自助組織

本會於中環、北角、黃大仙及葵涌均設有香港癌症基金會服務中心，為癌症患者及其家人提供免費支援服務。

我們的「癌症支援之友」，匯聚了22個癌症患者自助組織，共超過16,000位會員。這些獨特的自助組織涵蓋各類癌症，例如喉癌、前列腺癌、大腸癌、鼻咽癌、婦科癌、乳癌等。透過我們的服務中心，協調這個龐大的朋輩支援網絡，讓相同病類的患者及康復者在不同活動中，互相鼓勵及分享資訊。

免費服務熱線

☎ 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



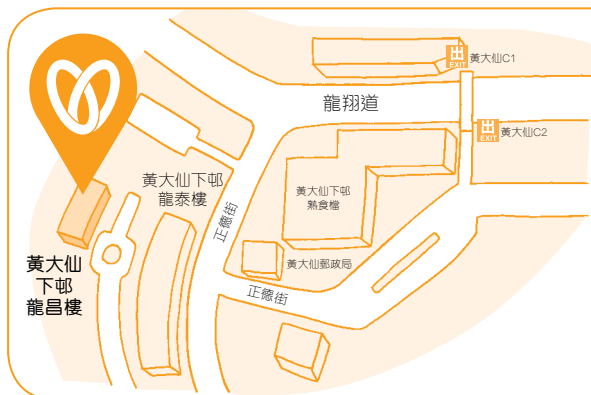
香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

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

「面對癌症，只靠醫藥並不足夠。
香港癌症基金會希望為受癌症影響的人提供
專業癌症資訊和全面支援，並為他們帶來
希望和面對未來的勇氣。」

我們竭力確保抗癌路上不孤單

本小冊子由香港癌症基金會出版2026

感謝 香港中文大學醫學院助理院長 (學生發展)、
耳鼻咽喉 — 頭頸外科學系系主任 陳英權教授 參與審閱

本書內容截至稿件最終審閱日 (2026年3月) 為止皆正確無誤。

香港癌症基金會
Hong Kong Cancer Fund

服務熱線 3656 0800

捐款熱線 3667 6333

網站 www.cancer-fund.org



癌症小冊子



U-20-01-2026