

乳癌患者

黃女士約40歲

四 十餘歲的黃女士，是一名乳癌復發病人。「六年前第一次患乳癌，當時好惶恐，不知為何選中我，世界像到末日似的！其後由乳癌名醫張淑儀醫生為我進行局部乳房切除手術，終於康復過來。」

「Stay positive，治療並不可怕」

「惟數個月前我開始咳嗽，初時以為感冒，只見普通科醫生，但後來愈咳愈厲害，咳至呼吸不順，渾身乏力，真是地上有張千元紙幣都無力彎腰拾起！其後多次求醫才發現肺積水，要入醫院抽肺水，之後在肺水中發現癌細胞，再經深入檢查，才知道因為乳癌復發而引致肺積水，之後，便要再次開始接受艱辛的抗癌治療……」黃女士說。

對於這次癌症復發，黃女士在感到不幸之餘，亦曾後悔，因為最初進行乳房切除手術後，經腫瘤科醫生評估認為需要進行術後化療，以減輕復發率，但她拒絕了！「如果重新再選擇，我當然會接受術後化療，但現在在困在後悔中亦無補於事，積極面對才是最應該做的事！」

由於經歷過躺在公立醫院病牀進行抽肺水這個她視為人間地獄的苦況，黃女士雖然擔心治療費用不菲，卻仍然決定到養和醫院接受治療。

「腫瘤科醫生一見到我，即說要盡快用藥，因為癌細胞已擴散至我的肺膜及肋骨。他為我定下十八個星期的化療療程，我開始吊針後，亦參加了養和醫院的癌症病友支援小組。」黃女士說。

在支援小組中，黃女士發現自己比很多人幸福，「以為自己好慘，但原來很多人情況比我差，一些淋巴癌病人每次進行治療時，需從早到晚吊注四包化療藥，有些一邊治療一邊嘔吐，又要家人攙扶，而我會行會走有精神，實在比其他人幸運。」

同途支援 走過抗癌路

治療路 不孤單

帶領癌症病人支援小組的養和醫院臨床心理學家馮淑敏博士指出，一個健康的人突然知道自己患上癌症，大多會六神無主，魂飛魄散，難免想到一些很負面的事，大大影響情緒及生活。「就算如何鎮定的人，都有一刻想到如醫不好，會死……由於前路茫茫，當中有很多無法預計、無法掌握的事，於是會不停找尋各方資料，有些人可能會愈找愈亂，迷失於各種不同的所謂治療良方或數據中，無法停下來，結果令自己更添煩躁，或會影響治療效果。」馮淑敏博士說。

有鑑於此，養和醫院於二〇一一年九月開始，於每月最後一個星期三的上午，為病人及其家屬設立癌症病人支援小組，由馮淑敏博士和腫瘤專科的護士負責主持，帶領討論和分享，並為病人提供資料及協助，每次參與小組的人數約八至十人。「選擇該時段主要是讓更多的人可以參與小組，亦方便病人在接受化療藥物吊注的同時，可以和其他病人分享經驗。雖然我們只扮演陪伴、傾聽及適時提供協助的角色，但希望透過成立支援小組，讓病人不但感受到醫療團隊的支持，更讓同行者有機會互助互勉，讓他們知道治療的路並不孤單。」馮博士解釋。

病友互相的幫忙及關懷，是藥物及醫科技術以外的抗癌良方。

癌症以往一直被視為不治之症，但現今的醫療科技不斷進步，有不少的治療方法已為患者帶來痊癒的機會。不過，仍然有不少的人擔心即使推過了治療，隨時都有復發的危機。但假若真的患上癌症又怎可輕言放棄？有醫院為幫助病人走過艱辛的抗癌路，特別設立癌症病人支援小組，為病友提供精神及心靈上的支援。以下四位過來人，在養和醫院的癌症病人支援小組中，互相扶持走出困境。

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：章可儀

乳癌是女性的噩夢，就算平時多硬朗的女性，在得知患乳癌後都感到大受打擊。



支援小組每月一次聚會，由馮淑敏博士主持，及兩位護士協助解答病友疑問。

馮淑敏博士指出，癌症病人在治療期間難免會有思緒紛擾、無助的一刻，透過支援小組，由過來人親述經歷、分享心聲，大家都會有得着。

有說服力！其實只要 Stay positive，治療並不可怕！

「參加支援小組後覺得心安定下來，得到支援，又有博士和醫護人員的意見，最重要是病友們的經歷及意見……所以次次都有參加，完成療程後亦不缺席！」黃女士說。

事實上黃女士是支援小組的中堅分子，樂意為病友提供協助，例如其中一位年輕病友阿呈住在偏遠地區，有時她會請丈夫駕車載他一程，有時又會特別為他付的士車費，好讓他在接受化療藥吊注後渾身乏力下，能安全回家。

淋巴癌患者

阿呈約26歲

才不過二十六歲便發現患癌，阿呈真的不知如何面對明天，特別是媽媽亦是癌症患者，而且在治療期間先行一步回家，父親又年邁力衰，茫茫前路只有自己一人獨行。支援小組的病友初時見到他從頭到腳都用衣物遮掩，戴上口罩，只露出一對小眼睛，可以想像，他在飽受煎熬下，日子是如何難過。到了後來，年輕小夥子逐步脫下帽子、圍巾、外套，終於露出從容的俊臉。

「我非常不幸，亦非常幸運」

有這樣的改變，是誰給他的力量？

「支援小組的病友對我好，他們的家屬亦很關心我，在我入院吊注時給我買食物，平時又會打電話問我情況，總之……

組，開始投入助人自助的小圈子中。

「最初得知患病時真的徬徨無助，幸好在小組中碰上很多康復的病友，我才感到有希望。」蘇小姐說。

她坦言每個人知道自己患癌後，總會有一刻想到如治療失敗，最終會死亡，她亦不例外。到底怎算好，明天會是怎樣？一個又一個問題在她腦海中浮現，惶惶不可終日的心情她揮之不去，但在經過治療，在病友互相扶持下，確定身體癌細胞已被殲滅後，她感到癌症並不可怕。

「在治療期間，感到家人和病友的支援最為重要，特別是家人，因為有他們，我才有抗病的意志和力量。而病友分享如何進食才對身體好，抗癌期間的不適會是怎樣的情況，可以如何捱過等，都給我很好的支援。」蘇小姐說。

為了給自己打氣，蘇小姐在接受化療期間，當身體狀況好一點時，會給自己打扮一下，戴上

個個都對我好好……」阿呈說。

阿呈是一個非常不幸的個案，前年十一月發現頸患淋巴癌，不久阿呈的媽媽發現罹患末期肺癌，於九月底去世。阿呈媽媽在離世前亦參加支援小組，積極為兒子打氣！

媽媽為兒子所做的，大家看在心裏都既感動又難過，亦因為阿呈年輕，大家都特別疼惜他。阿呈坦言，媽媽離開後他仍未太習慣，有時會感到媽媽仍在身邊，而之前他把自己從頭到腳包起來，並不是自閉或不接受患癌事實，只是受副



▲ 小組中有護士參與，為病人解答治療上的各種疑問。



▲ 病友不時分享抗癌心得，例如練太極、氣功或烹調不同湯水等。

假髮化妝，盡量令自己看起來不像一個病人，然後和友人去茶敘，過一般人的正常生活。「病人被迫困在家是很辛苦的，外出活動能令自己感覺心情愉快。心情愉快，亦是一種抗病力量。」蘇小姐說。

作用影響掉髮，面色又蒼白，怕樣子嚇壞人，才把臉容遮掩。加上當時抵抗力弱，故外出戴口罩只是保護自己。

在治療期間，阿呈似是特別不幸，遇上肺片顯示有陰影，牙肉發炎要拔牙，出現面腫，甚至導管露出體外這類較少見的副作用和併發症；經過治療後，身



▲ 醫療科技先進，像最新的高速螺旋放射治療系統，便可更精準和有效殺死癌細胞。

▶ 部分病人吊注抗癌藥治療要一整天，如這段時間能保持心情舒暢，對治療會有幫助。

淋巴癌患者

蘇小姐約29歲

對於去年二月發現患淋巴癌，並且是較後期的蘇小姐來說，實在是太震驚了！「完全沒有不良生活習慣，不吸煙不飲酒，生活很正常，而且早生育，現在女兒都十一歲了，完全沒有患癌的高危因素，怎說，也不應該患癌！」蘇小姐說。

「癌症並不可怕」

然而世事就是這樣毫無道理，確診後蘇小姐馬上進行治療，並從護士口中得知有支援小

現時蘇小姐在支援小組中見到的病友，不乏徬徨無助的，就像當時的自己一樣，她很希望個人的經驗可以幫助病人走出情緒困境。

淋巴癌患者

袁女士約64歲

前年十一月確診患淋巴癌，在開始化療療程後不久便參加支援小組。由於她病情不輕，故每次吊注化療藥物需時五至六個小時，而第一、二次感到很辛苦，又嘔又腹瀉，但她相信與藥物副作用無關，可能是她吃了不潔食物所致。

「不要為明天擔心」

「初期得知患癌要接受化療，的確覺得漫漫長路，直至加入小組見到很多同路人，我就安心很多，特別是見到康復者，我就感到有希望。」袁女士說。走了人生一半路程，有不少歷練的袁女士明白各人有各人的



艱辛，透過互相分享可以令大家都有得着，例如病人之間會交換飲食心得，例如甚麼湯水對治療有幫助，哪些食物可以多食，哪些食物要戒食等，大家都有不同心得，至於如何選取適合意見，就得靠自己分析。

「病友經常說要Turn Positive！日後的事我們無法知道，那就不需要為明天擔心了！特別是早陣子香港意外頻生，人根本很渺小，這一分鐘生存，但下一分鐘可能已不在世上，那麼自己的病又有甚麼可怕呢？」她說。

有乙型肝炎及地中海貧血症的袁女士，已在半年前完成治療。在抗癌療程期間她的白血球跌至低點，要入院注射白血球針，之後又發燒，又要入院治療，有時又要輸血，比別人受更多的苦，她相信自己的年紀較大，情況又那麼差都能捱過，其他病友也必然能夠應付治療的挑戰。