

專欄文章

日期： 2021年2月11日（星期四）
資料來源： iMoney 網上專欄【無牆醫院@iM 網欄】
標題： 攜手同行 與癌共存
參考網址： [請按此\(報導\)](#)

【無牆醫院@iM網欄】攜手同行 與癌共存

名人薈萃 10:47 2021/02/11  讚好 0

  關注文章  儲存文章

分享：   



隨着醫學發展，癌症已非不治之症，藥物的治療效果亦已日益顯著。早期的癌症可採取根治式治療，而晚期的癌症亦可以縮小或控制腫瘤為治療目標。

然而，即使是最早期的癌症，亦無法斷言會百分百康復；晚期癌症患者的腫瘤也可能無法完全移除，難免仍受身心困擾。香港防癌會－賽馬會「攜手同行」癌症家庭支援計劃(下稱「攜手同行」計劃)為不同階段的癌症患者和其家人提供全人關顧模式的支援。從我們病友的小故事中，可了解他們是如何跨過挑戰，與癌共存。



徵狀處理

癌症患者接受治療後，醫生仍會密切跟進患者的狀況，但在等待覆診期間，輕微不適也容易讓患者擔心病情發展。

李女士是早期腸癌患者，雖已完成治療，但仍常常感到疲倦和偶爾肚瀉，顯得十分擔憂。「攜手同行」計劃的個案經理聆聽了李女士的困擾後，分享了一些小運動，並鼓勵李女士持續練習，亦向李女士寄出了有關飲食營養和實用穴位按摩的小冊子。練習了一段時間後，李女士感覺稍有改善，使她更有信心去建立健康生活習慣，減低復發機會。

對癌症患者而言，身體上的不適是最無力和令人擔憂的。因此，讓他們掌握更多舒緩徵狀的方法，能增強他們的信心，與癌共存。

調整心態

癌症患者完成治療後，身體需時恢復，當感到自己的身體跟以往不同的時候，就難免勾起悲傷的情緒和對未來的擔憂。

黎小姐為甲狀腺癌患者，雖然已完成治療，但每次看到自己手術後的傷痕，都像提醒自己是病人一樣，加上黎小姐是比較容易擔憂的人，以致自己經常浸沉在癌症復發的憂慮中。「攜手同行」計劃的個案經理除了提供情緒支援外，亦教授她放鬆的方法和鼓勵她發掘自己的興趣，分散注意力。在機緣巧合下，黎小姐發掘了自己對繪畫和諧粉彩畫的興趣。在畫畫的過程中，她感覺放鬆，能放下憂慮。

從確診癌症開始，擔憂好像永遠離不開。發掘放下擔憂的方法，尋找合適的傾訴對象，便能打破一直處於擔心狀態的惡性循環。

重整人生

癌症除了帶來身體不適外，亦難免會打亂生活計劃。

陳女士是腸癌四期患者，在確診前本已計劃退休，享受生活。當醫生告知她確診一刻，就如同被判死刑，想到本應準備享受人生，頃刻變成準備捱苦，心情相當低落。幸而在治療的過程中，丈夫除了一直鼓勵陳女士外，還在工作時間外貼心地照顧她，讓陳女士相當感動，夫妻關係甚至比患病前更親密。陳女士亦學會更欣賞身邊的人，盡力活好自己。

癌症無疑令人著眼於很多失去的東西，當病情稍為穩定後，可能會意外地發現有其他的得著和計劃呢！

攜手同行

在「與癌共存」的路上，患者和家人都會面對不少的擔憂，像找不到出路一樣。

吳女士是乳癌三期患者，深受治療後的身心壓力所困擾。「攜手同行」計劃的個案經理邀請吳女士參與同路人聚會，認識有共同經歷的癌症患者，互動互勉，彼此扶持，建立同路人網絡。

縱然有時候未能即時解決問題，但多一個人分擔，多一個人同行，就多一分力量面對困難。

雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會由二零一八年九月起成為香港防癌會 - 賽馬會「攜手同行」癌症家庭支援計劃的夥伴機構，在新界區（離島、荃灣及葵青區除外）營辦大埔中心，為不同階段的癌症患者和其家人提供全人關顧模式的支援。



▲ 同路人茶敘讓癌症患者互相認識，彼此扶持



▲ 癌症患者參加了計劃的「粉彩畫班」後，發掘了自己的興趣，更親手繪畫賀年卡送贈同路人



雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會 ALICE HO MIU LING NETHERSOLE CHARITY FOUNDATION



▲ 送贈予「攜手同行」計劃參加者的癌症資訊小冊子

“ 作者_雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會簡介:

為實現「無牆醫院」精神，雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會主動走出醫院，進入社區為大家提供最專業、最準確的健康護理及復康資訊。

機構網站：<https://www.nethersole.org/hk/> ”

更多無牆醫院的文章請[按此](#)

如欲查看更多iMoney網上專欄的內容請[按此](#)。

即睇iMoney全新網站【imoney.com】

#即Like **iMoney智富雜誌** 專頁【設定為 搶先看/See First】搶盡投資先機！



攜手同行 與癌共存

隨着醫學發展，癌症已非不治之症，藥物的治療效果亦已日益顯著。早期的癌症可採取根治式治療，而晚期的癌症亦可以縮小或控制腫瘤為治療目標。

然而，即使是最早期的癌症，亦無法斷言會百分百康復；晚期癌症患者的腫瘤也可能無法完全移除，難免仍受身心困擾。香港防癌會 – 賽馬會「攜手同行」癌症家庭支援計劃(下稱「攜手同行」計劃)為不同階段的癌症患者和其家人提供全人關顧模式的支援。從我們病友的小故事中，可了解他們是如何跨過挑戰，與癌共存。

徵狀處理

癌症患者接受治療後，醫生仍會密切跟進患者的狀況，但在等待覆診期間，輕微不適也容易讓患者擔心病情發展。

李女士是早期腸癌患者，雖已完成治療，但仍常常感到疲倦和偶爾肚瀉，顯得十分擔憂。「攜手同行」計劃的個案經理聆聽了李女士的困擾後，分享了一些小運動，並鼓勵李女士持續練習，亦向李女士寄出了有關飲食營養和實用穴位按摩的小冊子。練習了一段時間後，李女士感覺稍有改善，使她更有信心去建立健康生活習慣，減低復發機會。

對癌症患者而言，身體上的不適是最無力和令人擔憂的。因此，讓他們掌握更多紓緩徵狀的方法，能增強他們的信心，與癌共存。

調整心態

癌症患者完成治療後，身體需時恢復，當感到自己的身體跟以往不同的時候，就難免勾起悲傷的情緒和對未來的擔憂。

黎小姐為甲狀腺癌患者，雖然已完成治療，但每次看到自己手術後的傷痕，都像提醒自己是病人一樣，加上黎小姐是比較容易擔憂的人，以致自己經常浸沉在癌症復發的憂慮中。「攜手同行」計劃的個案經理除了提供情緒支援外，亦教授她放鬆的方法和鼓勵她發掘自己的興趣，分散注意力。在機緣巧合下，黎小姐發掘了自己對繪畫和諧粉彩畫的興趣。在畫畫的過程中，她感覺放鬆，能放下憂慮。

從確診癌症開始，擔憂好像永遠離不開。發掘放下擔憂的方法，尋找合適的傾訴對象，便能打破一直處於擔心狀態的惡性循環。



重整人生

癌症除了帶來身體不適外，亦難免會打亂生活計劃。

陳女士是腸癌四期患者，在確診前本已計劃退休，享受生活。當醫生告知她確診一刻，就如同被判死刑，想到本應準備享受人生，頃刻變成準備捱苦，心情相當低落。幸而在治療的過程中，丈夫除了一直鼓勵陳女士外，還在工作時間外貼心地照顧她，讓陳女士相當感動，夫妻關係甚至比患病前更親密。陳女士亦學會更欣賞身邊的人，盡力活好自己。

癌症無疑令人著眼於很多失去的東西，當病情稍為穩定後，可能會意外地發現有其他的得著和計劃呢！

攜手同行

在「與癌共存」的路上，患者和家人都會面對不少的擔憂，像找不到出路一樣。

吳女士是乳癌三期患者，深受治療後的身心壓力所困擾。「攜手同行」計劃的個案經理邀請吳女士參與同路人聚會，認識有共同經歷的患癌者，互勵互勉，彼此扶持，建立同路人網絡。

縱然有時候未能即時解決問題，但多一個人分擔，多一個人同行，就多一分力量面對困懼。

雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會由二零一八年九月起成為香港防癌會 - 賽馬會「攜手同行」癌症家庭支援計劃的夥伴機構，在新界區（離島、荃灣及葵青區除外）營辦大埔中心，為不同階段的癌症患者和其家人提供全人關顧模式的支援。



同路人茶敘讓癌患者互相認識，彼此扶持



雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會 ALICE HO MIU LING NETHERSOLE CHARITY FOUNDATION



癌患者參加了計劃的「粉彩畫班」後，發掘了自己的興趣，更親手繪畫賀年卡送贈同路人



送贈予「攜手同行」計劃參加者的癌症資訊小冊子

作者_雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會簡介：

為實現「無牆醫院」精神，雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會主動走出醫院，進入社區為大家提供最專業、最準確的健康護理及復康資訊。

機構網站：<https://www.nethersole.org/hk/>