



# 向日葵互協會 Sunflower Network

2017年12月至2018年2月

資助機構



癌症基金會  
CANCERFUND  
抗癌路上不孤單

## 通訊

### 迎新會、生日會活動花絮

Wing

在迎新會中，大部份的新會員都已經完成手術或化療，而我正接受化療，對治療真的一知半解。能夠與各同路人傾談，多認識治療，我真的很高興。當中有新會員感到擔心及難過，大家也作出安慰。當聽到委員會成員說出自己已經康復數年至十二年，大家也感到很開心。康復後可以幫助同路人，多參與義工服務也成為我的目標。

迎新會之後參加生日會，是次生日會為8至11月生日的會員慶祝。在生日會上各會員簡單介紹自己，並以歲數為單位，說出自己的康復年期，表示自己康復後像一個新生命般重生；由一個月至二十多歲都有，真的很令人鼓舞。生日會遊戲大家都玩得十分投入及開心，壓軸是大食會，生日之星在大蛋糕前拍照。大食會的食物全部由義工準備，十分美味又健康。大家在歡樂的氣氛下，渡過一個愉快的下午。

我很高興在迎新會及生日會中認識到新朋友，得到她們的支持及鼓勵，接收到很多正能量。



## 活動花絮

### 委員會公告

本委員會很高興通知各會員，林玉琮、甘玉冰及黃麗娟成為2017-2019第八屆義工幹事。歡迎三位加入我們團隊，共同參與委員會工作，推進本會服務。

# 輕鬆滿FUN嘉年華

慕賢

8月4日星期五是伊利沙伯醫院病人資源中心開放日——輕鬆滿FUN嘉年華。當天有互動體驗工作坊、攤位遊戲、樂隊表演、服務使用者分享等。透過工作坊、攤位遊戲等活動，讓醫院服務使用者、職員及訪客，增加對病人資源中心及各自助組織服務的認識。攤位遊戲由病人自助組織負責，其中包括前腺會、向日葵互協會、糖盼樂互協會、遺康社和腦友匯，而樂德會則協助接待。

當天早上10時多，我們便抵達D座大堂，看見許多義工在佈置攤位及會場，我們亦趕快佈置「向日葵」的攤位。每個遊戲攤位，都附設一個美食檔，答對遊戲便有一份美食；我們的美食是茶葉蛋。攤位剛佈置好，11時多便已有人來玩遊戲，參加者十分踴躍。

開幕儀式在12時多舉行，主禮嘉賓除了醫院高層外，還請來旺角街坊理事會主席梁華勝太平紳士。儀式過後，梁華勝太平紳士逐個攤位參觀，跟義工們拍照。台上則有舞蹈、歌唱及八段錦表演。

儀式及表演完畢後，繼續攤位遊戲，人越來越多，除了醫院員工，還有些病友家屬。我們的攤位大受歡迎，可能是茶葉蛋的功勞，很快便派完了，我們還有時間到其他攤位參觀，嚐嚐他們的美食，其中薏米水、麥芽糖餅都很美味。直到4時，大會完滿結束，大家收拾完攤位，在歡樂氣氛中，帶著愉快的心情回家。

## 活動花絮



### 栽種向日葵 遊戲玩法

- 請先閱覽本會宣傳單張以了解我們的活動。
- 請把我們提供的活動(向日葵)插在花盆中。
- 正確答對者可獲小食乙份。



# 義務工作 讓我多了解人生

韶珊

義務工作，讓我對生命多一份了解。

在2014年患上乳科腫瘤病時，多次因為受到細菌感染進出醫院。處身於腫瘤科病房時，曾遇過一些院友：左手倒不了水給右手的，也有嚥不下一口食物的，甚至已被醫生宣告到此為止的。在那段日子中，我多次與她們聊天，至今還記得她們木無表情跟我訴說將走到人生邊上時的感受，當時我只能啞口無言。

康復後我參與義工服務，因為想有更深刻的互動，不再是啞口無言，並深信分享的力量是何其大，雖然它治不了身體，但卻能治療心靈，讓人不再感覺孤單，甚至找到希望。

當義工前要接受約半年的訓練，在一次做情景演練的課堂上，扮演病友的一位同學，她說自己不會演戲，只會以自身經歷來演譯，她緩緩地說：「我曾患上XX癌，今天壞腫瘤已擴散全身了……」。空氣突然停頓了，課室內一片死寂，沒有人懂得回應。導師打破寂靜，擲地有聲的說：「有什麼我可以幫到你？若你想分享，我很願意聆聽。」扮演病人的同學平靜地把自己的情況說出。原來最好的幫助是「聆聽」，義工與其說學習如何幫助別人，不如說是學習聆聽，那是溝通首項要素，不要自以為經歷過後就是權威，硬把自己的情況說成標準答案，這何嘗不是做人的道理？！

完成義工訓練後，我開始有信心和別人分享患病的種種，而且不限於在醫院裡，更可伸延至生活中。記得我曾經陪伴過一位英國婦人，由她復發開始，陪她到醫院接受治療，為她作翻譯，更陪她走完人生的最後階段，與她的家人一起面對她的離去。整個經歷我看到病者的勇氣與信念，她家人的體諒與努力，縱然結果不是大家所希望的，但我們也盡力了。

在義務工作中，透過不同的互動與分享，讓我對生命多一份了解，這就是我最大的得著。

向日葵互協會十分感謝伊利沙伯醫院臨床腫瘤科副顧問醫生梁國璋醫生於10月14日在癌協為我們舉行講座－乳癌治療及新發展。講座內容極之豐富，除詳細縝析最新的乳癌治療方法外，更提醒我們覆診要注意的地方，與及乳癌復發的徵兆和處理。為了讓更多會員受惠，編委得到梁醫生的同意，在本會通訊轉載梁醫生詳盡講稿。由於篇幅所限，整份稿件將分期刊登，希望各會員垂注。

## 乳癌治療及新發展

伊利沙伯醫院臨床腫瘤科副顧問醫生  
梁國璋醫生

香港女性常見癌症當中，乳癌排名首位。2014年中有3868宗發病個案，死亡數字為604。香港每16位女性中便有一位會患上乳癌，而美國則是每8位，英國是每9-11位，澳洲是每11位。雖然乳癌新個案持續增加，但死亡數字卻沒有同步增加。保持死亡率不增加的可能成因：

- 定期自我乳房檢查和乳房X光造影有助提早發現乳癌
- 治療：手術後廣泛使用輔助性化療



### 乳癌的治療

- 乳癌的主要治療方法有：手術切除 (Surgery)  
放射治療 (Radiation Therapy)  
化學治療 (Chemotherapy)  
抗體治療 (Monoclonal Antibody Therapy)  
激素治療 (Hormonal Therapy)
- 可以單獨或合併上述方法採用，視乎個別病情而定



## 與你相關

### 手術切除

#### (一) 全乳房切除手術

- 如腫瘤較大或已經影響皮膚或胸壁，醫生便需將整個乳房組織及腋下淋巴腺一併割去
- 患者可配戴義乳幫助改善外觀，亦可考慮接受乳房重造手術
- 個別病人術後可能需要輔以放射治療（視乎腫瘤大小、手術邊緣和腋下淋巴結轉移情況）

#### (二) 乳房保留手術

- 適合於體積小，且沒有多處不同發病之腫瘤（必須先經乳房X光確定）
- 將乳房的腫瘤和周圍的組織及腋下淋巴腺切除，必需輔以放射治療
- 此方法對乳房之外觀影響較小

#### (三) 腋下淋巴腺切除

- 正常腋下有三十、四十粒淋巴結
- 腋下淋巴腺樣本切除：  
切除大概十粒淋巴結，來評估癌細胞是否擴散到淋巴部位，從而設定跟進治療

#### (四) 前哨淋巴結切除

- 注射含輕微放射性的藥物或藥用色素於乳房腫瘤內
- 通過淋巴系統，物質會流經最近腫瘤的第一個前哨淋巴結
- 將這淋巴結切除檢查，若癌細胞尚未轉移至“前哨淋巴結”，病人便不需要接受切除腋下淋巴手術。但若發現已經轉移，病人便需跟進切除更多淋巴

#### (五) 乳房重造手術

- 內置義乳在切割部位填補缺憾，通常植入硅氧橡膠或鹽水袋等
- 用自己身體的組織，如腹部或背部的皮膚肌肉和脂肪來重造乳房

#### (六) 外置義乳

- 海棉質料的臨時義乳
- 有重量的矽膠製義乳



## 局部手術治療新趨勢

- 乳房腫瘤切除術後，切緣(resection margin)已經是陰性，近期研究指出進行再切除而為了獲得更廣泛的清潔區域是不必要，因為放射線治療和全身系統性治療可以成功降低復發率。



## 體外放射治療



### 輔助體外放射治療

- 利用高能量輻射線消滅可能剩餘的癌細胞
- 可作為手術後之輔助治療，以增加局部控制的療效
- 照射範圍可包括術後之胸壁/乳房，腋下及鎖骨上淋巴區域
- 療程通常一星期五次
- 整個療程大約需要三至四星期
- 體外放射治療有如照X光，不會引起痛楚，亦不會令病人帶有輻射性

### 放射治療新趨勢

- 對於1至3粒淋巴結轉移病人，顯示術後放射治療均具有在局部控制和長期存活率上的明顯好處
- 傳統需要六周的放射治療。在繁忙的現代社會中，有些患者無法配合，減低接受部分切除的意願。目前英國研究發現，三周的療程也有同樣的效果
- 新的試驗則是在手術中，腫瘤切除後直接放射治療，省去術後六周療程
- 也有手術中埋入放射物質，帶回家，一周後再取出即可

## 化學治療



### 化學治療的使用

- 手術前輔助治療 (Neoadjuvant Therapy)
- 手術後輔助治療 (Adjuvant Therapy)
- 復發性或轉移性癌症的舒緩治療 (Palliative for Recurrent or Metastatic Disease)

#### (一) 手術前輔助化學治療 (Neoadjuvant Therapy)

- 一般適用於較大的腫瘤，希望藉著化療將腫瘤先行縮小，再可靠地將腫瘤全面切除
- 常用的混合化學治療方案：
  - ◆ AC x 4 → Taxotere x 4 → 手術
  - ◆ AC x 4 → Taxotere / herceptin x 4 → 手術
  - ◆ TCH x 6 → 手術

#### (二) 術後全身輔助治療

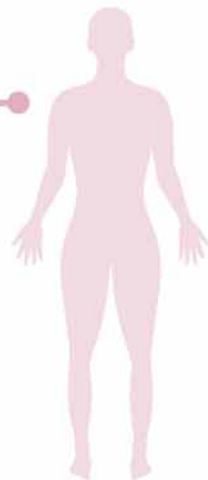
##### (a) 決定因素：

##### (1) 腫瘤因素：

- 腋下淋巴有無影響，有多少粒受影響
- 主瘤大小
- 癌細胞惡性程度
- 入侵血或淋巴管
- 生物特性：HER-2受體，ER，PR (荷爾蒙受體)

##### (2) 病人因素：

- 年歲，身體狀況



與  
你  
相  
關





## (b) 術後全身治療的分流

- 低危** - 無腋下淋巴擴散 及 年紀超過35歲 及 腫瘤小於或等於2cm 及 低惡性度 及 無血管侵蝕 及 賀爾蒙受體呈陽性 及 HER-2呈陰性
- 中危** - 無腋下淋巴擴散, 但不是低危類  
腋下淋巴擴散(1-3粒)、HER-2呈陰性
- 高危** - 腋下淋巴擴散(1-3粒)、HER-2呈陽性  
腋下淋巴擴散超過3粒



類別治療	賀爾蒙受體呈陽性	賀爾蒙受體不詳	賀爾蒙受體呈陰性
低危	賀爾蒙	賀爾蒙	不適用
中危	賀爾蒙+/-化療	化療+賀爾蒙	化療
高危	化療+賀爾蒙 +/-標靶治療	化療+賀爾蒙 +/-標靶治療	化療 +/-標靶治療

## (c) 手術後輔助化學藥物治療

- 利用抗癌藥物破壞並擾亂殘留癌細胞的生長和分裂，以減低癌症轉移的可能性
  - 一般來說，整個療程為期四至六個月
  - 輔助化療相對復發和死亡的危機減少
  - 輔助化學藥物治療
    - 混合化療較單一化療優勝
    - 一般為4至6個療程
    - 含藥物阿霉素(Anthracyclines)類較不含阿霉素類的療程效果較佳
    - 紫杉樹皮提煉而成的藥物(Taxanes) 亦有更佳的輔助療效，尤其是在一些較高風險的病人
    - 新一代的抗體治療(e.g. Herceptin)，研究亦証實可作輔助治療來增強癌病控制
    - 常用的混合化學治療方案：
      - AC x 4 (十二星期)
      - TC x 4 (十二星期)
      - TAC x 6 (十八星期)
      - PASC01 (十八星期)
- FEC100 x3 → T x3



下期再續.....\\

# 活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名 / 查詢	費用
3/12/2017 (星期日)	迎新會	新加入向日葵之會員	下午 1:00 – 2:30	黃大仙 癌協服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	免費
3/12/2017 (星期日)	生日會	12月至3月份生日之會員及其家屬 (歡迎非在該段期間生日之會員參加)	下午 2:30 – 4:30	黃大仙 癌協服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	HK\$20
24/3/2018 (星期六)	二十二週年會員聚餐	向日葵會員及其家屬	下午6:00 – 晚上10:00	荷里活廣場 聯盛宴	請留意稍後寄出之單張	待定

備註: 1. 以上各項活動地點及收費詳情, 均以稍後寄上的單張作實, 敬請密切留意報名日期及踴躍參加。  
2. 在各項活動中, 大會所拍攝的照片, 祇用作內部記錄及會訊刊登用途。各位會員如欲在活動時間拍照留念, 敬請自備相機。

## 活動舉行前3小時天氣惡劣, 依據下列警告訊號安排

天氣警告	警告訊號	室內活動	戶外活動	義工當值及服務
暴雨	黃色	✓	✗	✓
	紅色 / 黑色	✗	✗	✗
颱風訊號	1號風球	✓	✓	✓
	3號風球或以上	✗	✗	✗

## 當值時間表

當值時間: 星期一至星期四 (上午10:00至下午1:00 下午2:00至5:00)  
星期六 (上午10:00至下午1:00)  
星期一 (晚上7:00至9:00)  
溫情專線: 星期一 (晚上7:00至9:00)  
以上當值時間, 公眾假期除外  
地點: 九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號 黃大仙癌協服務中心  
電話: 3656 0838 傳真: 3656 0920  
電話設有留言服務, 您只需留下姓名及電話號碼, 本會職員/義工會盡快回覆。

## 銀行帳戶

帳戶名稱 (中文): 向日葵互協會  
(英文): SUNFLOWER NETWORK  
帳戶銀行: 『恒生銀行』支票戶口  
帳戶號碼: 264-089301-001

## 鳴謝

捐助名單  
(2017年7月至9月)

香港癌症基金會 伊利沙伯醫院病人資源中心  
社會福利署 雀巢香港有限公司\*  
康樂及文化事務署# 尹炎女士

\*物資捐助

(以上所有排名不分先後, 如有遺漏, 懇請見諒。)

## 編委名單

連靄虹 楊碧華 陳楚環 王秋琮 伍慧賢  
劉淑娟 高詠詩 楊行宜(癌協社工) 黃麗賢(QEH社工)

## 會員更改通訊資料表格

日期：\_\_\_\_\_

會員姓名：(中文)	會員姓名：(英文)		
會員號碼：			
更改資料： <input type="checkbox"/> 地址 <input type="checkbox"/> 電話號碼(手提/住宅) <input type="checkbox"/> 傳真號碼			
新通訊地址：(室)	(樓)	(座)	(大廈名稱)
(屋苑名稱)	(街號)	(街道名稱)	
(地區)	<input type="radio"/> 香港	<input type="radio"/> 九龍	<input type="radio"/> 新界
新電話號碼：	(手提/住宅)	新傳真號碼：	
生效日期：年 月 日	會員簽名：		
本會專用：			
負責人：	資料更新日期：		

請於填寫以上表格後，沿此虛線剪下寄回『九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心轉交「向日葵互協會」收』



### 向日葵互協會

地址：九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心

電話：3656 0838 傳真：3656 0920

網址：<http://www.sunflowernetwork.org.hk>