



從心開始

——漫談癌症癒後治療新概念

◆ 文 / 閻雲 臺北醫學大學校長

這幾年，隨著醫學的進度，癌症患者存活率也大幅提高，因此我們在治癒病人之外，甚至還強調「存活率」(survivorship)。癌症存活者是否夠健康，心理狀況尤其關鍵，因此心理醫生在現在的癌症治療中，愈益扮演著重要的角色，特別是癒後治療(post therapy)時期。

對於癌症治療，有時候「心理」重於「醫療」！以婦女的第二期乳腺癌為例，目前經過手術、化療、放射線與標靶治療之後，即使五年存活率都已達到百分之八十五以上了，但總是有人會問：我會不會恰好就是那另外的百分之十五呢？

很多病人能比較樂觀地面對它，認為自己應該是這百分之八十五的人，往往就真的是在其列；反之，如果一直悲觀的擔心自己是那百分之十五，事情常常就會真的發生——變成不幸的復發者。

我在美國行醫時，有一位病人罹患了非常簡單的二期乳腺癌，卻在治療完畢後不幸離婚了。「離婚」在乳腺癌病患中是十分常見的壓力(stress)，加上這位病患本身就是一位多愁善感的人，所以不到兩年的時間，竟意外地發現了轉移。但如果我們相信所有的統計學與分子標靶，以及她的基因檢測的結果，她都不會是落在百分之十五的那一群。

我對於這樣的病人，特別關心，很想理解，到底是我們的科學證據不足？還是因為其它外在因素如壓力等所致？

誠然，科學的不足是推動醫學家不斷努力的動力，但是在病患心理狀態方面，我們相信是可以透過心理治療與輔導來減緩的。

有些病人會在治癒之後仍需要持續追蹤，不像一般傳統的癌症治療，病患於治療完畢即算告一段落。這是最近醫學特別重視的一環。在治療期間，病患來自各方的高度關心，心理狀況也會得到高度的關注，比較不令人擔心；至於影響癒後期復發的因素，確實與心理狀態有著密切的關係。

所以，現在的腫瘤治療多會將心理專家納入，特別是在後段的治療；在病患後期的追蹤中，會安排他們定期與心理治療師會面，在輕鬆安靜的環境中，沒有電視、電話或任何外在干擾，希望病患可以自在地向心理治療師傾吐他的壓力。

漸漸地，臺灣也開始發展這樣的癌症治療方式，很快地我們發現：每當我們的病人與心理治療師討論他們在治療後所面對的憂慮，很明顯地可以看到病患的憂慮常出自對家庭的責任感，並非僅是他們自身病痛而已。所以，每每看著我的乳腺癌婦女病患，總在感佩他們深切的母愛，以及為家庭或子女犧牲奉獻的女性高尚情操之餘，心中還留有幾許不勝唏噓。

談及男性癌症病患，自然是以前列腺癌為例。一般而言，由於前列腺癌病患的年齡比較偏高，加上傳統東方文化或社會長期以來對男性的要求，讓他們已失去勇敢表達情緒的能力，更不大可能主動向外人吐露隱藏在他們內心的喜怒哀樂、抑或揭開自己脆弱的一面，當然也包括心理醫生在內。

殊不知這樣的情緒累積是極為不健康的，如果不能適時處理與抒發這些負面情緒，當它們逐漸累積，即可能演變成生理上的定時炸彈。

在癌症患者治癒後的各種情緒中，最主要的莫過於對復發的恐懼及對生命的不可預期，乃至於延伸到他對家庭的承諾，有些人還有社交或經濟等因素，即使有全民健保，但標靶治療的藥物並不便宜，因此經濟的壓力致使他們不敢做很多人生的抉擇。

對比鄰近的新加坡，臺灣的病患相對還是十分幸福的！新加坡同樣也有很好的健康保險，然而他們的健康保險採總量管制概念，倘若一位中年婦女不幸罹患乳腺癌，需要使用標靶治療，在用完她的配額之後，就必須向



花蓮慈院醫護團隊與慈馨病友們走出戶外，到富里鄉羅山村
體驗製作手工泥豆腐。攝影／彭薇勻

她健康的先生或孩子借用他們的配額，一旦家人的配額都用完，就必須面臨自費的狀況，因而病患不僅要與病魔搏鬥，心理上往往還要承受極大的罪惡感。

我曾經與新加坡的腫瘤專科醫師討論這個問題，他們同樣無解，其中一位醫師的太太也罹患乳腺癌，用盡家中所有的醫療保險配額，但身為醫師的丈夫卻也莫可奈何。

由此可知，有些病患的心理壓力並非自己創造出來的，而是由很多潛在的外在問題所產生的。例如，我的另一位病患，她的小女兒有嚴重的密閉空間恐懼症，幾乎不能出門。因此在她生病期間，不得不將照顧小女兒的責任轉嫁到大女兒身上，大女兒因一時無法承接這突如其來的責任，立即表示她要住校，即使就讀的大學離家僅廿分鐘的車程，讓此位罹病的媽媽十分不諒解。

後來，還是透過心理醫師的協助，了解這位病患心理狀況的全貌。經由每一個人傾吐心裡的困境，進而了解彼此、接受彼此。畢竟，我們每一個人的心靈空間既可大也可小，當它塞得滿滿時，自然顯得很小，一旦向外傾倒乾淨，頓時又變得很大了。

或許心理治療師的溝通與聆聽，不一定能夠完全解決病患正面臨的問題，至少心理治療師可以聆聽病患的心聲，了解壓力的來源，甚至能協助病患將問題一一列出，或排出輕重緩急順序，或尋求可能的解決之道，協助病患維持心理平靜與健康，保持樂與積極的態度來面對癒後的生活，不可諱言地，對他們的存活率來說確實能發揮關鍵作用。（整理／趙慧珍）



花蓮慈院醫護團隊與病友們及家屬開心合影，相互陪伴迎向新未來。攝影／黃思齊