

臺北

十月十三日

頭頸癌病友會 提升自我照護力

台北慈濟醫院二〇〇五年啟業後，即成立完善的頭頸癌治療團隊，藉由跨科治療，在個案管理師的協助下，訂定整合性診療計畫，提供病人全面性照護。為了提升病友及家屬的自我照護識能及認識疾病治療新進展，二〇二三年十月十三日，癌症中心舉辦「頭頸癌病友會」，邀請院內外講師演講，強化醫病交流。

國民健康署統計，在二〇二〇年，平均每四分十九秒就有一個人罹患癌症，而頭頸癌高居前位，放射腫瘤科黃經民主任在第一堂課介紹精準放射線治

療的新進展。首先提及光子治療與離子治療中質子射線、重粒子射線的差別，並教導病友在各種副作用發生時的處理方式，透過有獎徵答，讓大家對課程重點的記憶更深刻。

當病人罹患癌症，不但要跟醫師討論療程、面對一系列治療，也會因為衍伸出的各種費用，開始煩惱經濟來源。這次病友會特別邀請財團法人臺灣癌症基金會的趙莉萍社工員以「經濟與社會資源」為題，向病友們詳盡解說可以如何聯繫該基金會進行需求評估，進一步蒐集適合自己的資源。該單位提供的資源包括營養品補助、急難救助補助、交通補助、癌症子女獎助學金、居家喘息服務、住宿服務，鼓勵大家多加善用，促進生活品質。

頭頸癌病友的手術傷口多集中在頸部，容易因為術後疤痕造成日後張口困難或影響頸部及肩部活動度，而放射線

十月十三日，台北慈濟醫院癌症中心舉辦「頭頸癌病友會」透過專業講師分享強化醫病交流。



放射腫瘤科黃經民主任分享病友會的意義，並介紹精準放射線治療。



治療因為要透過高能量的放射線來消滅殘餘的癌細胞，可能對正常的細胞、軟組織、淋巴結造成損傷，進而導致周邊組織纖維化或次發性淋巴水腫。對此，復健科洪于琇物理治療師教導腹式呼吸、頭頸肩的伸展運動、口腔及舌頭運動，提醒病友們治療結束後要盡早下床活動、維持每日伸展運動、有氧運動和肌力訓練，但不要勉強自己，以免造成傷害。

「營養治療的重要性在維持體重、減少不適感。」巫虹萱營養師從治療期間的營養照護開始，說明六大營養素和水分對病人的重要，並教導如何攝取適當的份量。考量病人可能會遇到白血球減少、口腔黏膜破損、味覺改變等副作用，她提醒，化療期間忌生食、加工食品，熱食保存要在六十度以上、冷食要在四度以下，避免細菌滋生；可多選擇冷的、質地軟嫩細碎的食物、利用勾芡或湯汁幫助吞嚥、並盡量選擇色香味俱全的食物，增加風味。最後則教導如何選擇營養品，建議癌友還是要以天然食物為主，營養品為輔，選擇對的營養品才能讓治療效果更完善。



病友及家屬認真聽講，不時拿手機拍下簡報畫面、勤作筆記。

血液腫瘤科夏和雄醫師介紹藥物治療的新進展，指出頭頸癌治療分成全身性治療與局部治療，前者包括免疫治療、標靶治療、化學治療，後者包括手術治療、放射治療。治療方式愈來愈進步，病友療效更佳，存活率也更高，「若化療無效，臨床試驗的新藥物是您的希望，所以大家不要放棄希望，一定要跟醫師討論最適切的治療。」

詳盡的課程安排不只吸引頭頸癌病友與家屬，也有其他癌症的病友前來參與。病友活動包含工作人員、病友與家屬共約三十五人參與，一個上午的講座讓與會者對疾病更加認識，也更凝聚了醫病情誼。（文／廖唯晴 攝影／范宇宏）