



向日葵互協會

Sunflower Network

資助機構



癌症基金會
CANCERFUND

季刊2009年9月

通訊

齊來共賀生日

伍慧賢

二零零九年八月一日星期六下午，「向日葵」於名舫酒家為會員舉辦生日會，會友在場內有說有笑，不時展露笑顏。

生日會正式開始時，司儀「東東」及「老師」首先恭祝八至十一月份生日之會員身體健康、生日快樂、平平安安、心想事成。郭惠貞及何艷芳不甘後人，立刻帶領我們進行「勾三搭四」遊戲；以口含著飲管，把四條橡膠圈一起互相傳遞一次，最快完成的一席就贏，需時多少？下次你試吓就知啦！接着就是另一個遊戲「世界之最」，每席要派出一位代表參賽，細如一角硬幣的錶面，竟然勝出為現場最細錶面，難得！難得！粗邊的太陽眼鏡成為現場最粗大的眼鏡框，雖正值炎夏，席中未有朋友帶着「大烏蠅」傍身，就白白錯失機會了！競爭成為現場最長尾指者戰況激烈，勝利者僅以長多一毫米的尾指摘冠。

主菜過後，我們以掌聲邀請梁淑勤姑娘擔任遊戲節目的頒獎嘉賓，大家開開心心分享勝利品。之後就是各位壽星依生日月份先後出來抽取生日禮物，每月之星們興緻勃勃拿着「物輕情意重」的小禮包來合照。吃過壽飽，司儀帶領大家合唱一曲生日歌，以示互相祝賀，在生日會結束前，眾生日之星愉快地來一個大合照。

特此鳴謝癌症基金會及快樂人生社區健康計劃2009資助今次活動。



活動花絮

傾心茶聚雜記

鄧筱娟

在星期天的下午，天氣十分炎熱，溫度達到37度，姊妹們都踴躍出席這聚會，互訴心聲。癌協社工黃金鳳姑娘教了我們兩個調節「身、心、靈」的方法：

- 1) 將正面的情緒蓋著負面的情緒，例如要自己想著一些快樂而有趣的事，這些美麗的片段可以令你樂透半天，負面的情緒便自動消失。
- 2) 用快樂的心情去調節自己的情緒，讓整個人鬆弛下來，便可以得到健康的效果。

會後有豐富的茶點招待，各人都帶著滿足及愉快的心情離開。

晒相服務：

近期舉行活動有2009年8月1日「生日會」。以上活動所拍下歡樂時刻的照片已整理好，歡迎各會友於2009年10月20日前親臨黃大仙癌協服務中心選擇相片，沖晒好的相片會有義工朋友聯絡提取，每張相片\$1，請於晒相時先繳交費用。（逢星期一、二下午二時至五時，當值義工將協助辦理手續。）



與你相關

你認識紓緩治療是甚麼嗎？

伊利沙伯醫院臨床腫瘤科副顧問醫生梁偉濂醫生口述
伊利沙伯醫院癌症病人資源中心社工蘇佩君姑娘筆錄

紓緩治療

癌症治療目的主要分為根治性和紓緩性兩大類，如癌病不能夠完全根治，醫生便會選擇為病人使用紓緩治療。紓緩治療包括整體性的徵狀處理或針對性的抗癌性治療，包括放射治療、化學治療、標靶治療、荷爾蒙治療，甚至手術治療。

適切乳癌病人的紓緩治療

- ◆ 醫生會按病人的病情、復發之範圍、身體狀態及治療方法的可行性，而決定其治療的方案。
- ◆ 一般當病人擴散情況較為嚴重，醫生會建議癌症病人考慮進行針對性的化學治療，但當然要視乎病人本身的身體狀況而決定。此治療之目的並不是將癌症完全根治，但對壓抑其擴散生長的效果也十分理想，從而亦可以減低癌症引來的不適。化學治療會以其成效及病人可接受的程度而決定療程次數，一般不會多過六次。在某些特別的情況下，還會考慮加上標靶治療作為輔助性之治療，藉以增強紓緩治療的效果。
- ◆ 此外，賀爾蒙抗癌藥也會使用作為抑壓較為生長緩慢的癌症擴散，例如只在淋巴或骨擴散的人。
- ◆ 放射治療的主要目的是作為止痛及減輕痛楚，還可減低癌腫侵蝕骨骼而引致骨折的風險。
- ◆ 有時，醫生也會利用手術紓緩乳癌病人的病情，例如在較年輕的病人，醫生會考慮為病人進行乳房切除手術，以減少胸口潰瘍的情況。也會進行骨手術，以鞏固其骨骼。

整體性的徵狀控制治療

癌症擴散，可以完全沒有任何明顯的徵狀，但也可以出現以下常見的徵狀：

痛症	主要由骨擴散所造成的。醫生會利用不同方法協助病人減輕痛楚，包括提供不同的止痛藥，為病人進行放射治療，甚至可用麻醉科治療方法如注射藥物入神經等。伊利沙伯醫院設有痛症部門以協助處理病人的痛症。
氣促	是癌症病人較為常見的徵狀，主要成因是癌細胞擴散到肺部、癌細胞侵襲了肺葉、肺積水或心胞積水等等。處理方法包括藥物治療及抽肺水程序等。
胃口差及經常有飽肚感覺	也頗為常見，形成的原因是由於肝臟受到癌細胞擴散的影響，多數會引致體重下降。醫生會處方藥物協助病人舒緩飽肚的感覺。
水腫	由於血液的蛋白不足、活動較少或心肺功能下降，水腫便會形成。醫生會以去水藥協助病人改善問題。

與你相關

伊利沙伯醫院 寧養中心



服務宗旨

位於伊利沙伯醫院日間醫療中心閣樓的寧養中心，不經不覺已成立了一年，主要為末期癌症患者及其家屬提供身、心、社、靈的優質全人照顧，包括醫療護理服務、多元化的心理社交活動及社區支援服務，著重維持病者生活質素。

服務內容

專科門診

腫瘤科醫生臨床診治
專科護士跟進徵狀護理
提供護理指導

臨床心理科門診

由臨床心理學家為病者進行心理狀況評估，以便為病者設計最合適的治療計劃

綜合門診

與痛楚處理科合作為患者作痛楚控制

心理社交及支援服務

個人及家庭輔導
專題工作坊及講座
小組治療
哀傷輔導
社區支援服務

心理關懷服務

義工服務



服務對象

已於伊利沙伯醫院臨床腫瘤科接受治療的病人，並由臨床腫瘤科醫生轉介往寧養中心接受舒緩治療。

總結

晚期乳癌病人的情況，雖然不可以完全根治，但存活率時間有時也可以頗長，臨床腫瘤科專科醫生必定會盡力協助病人延遲癌病對其之影響，並維持其生活質素的。

活動推介

活動名稱	日期/時間	活動地點	對象	收費	查詢及報名
傾心組旅行	27/9/09 (星期日)	待定	復發病友及家屬	待定	向日葵當值義工 3656 0838
秋季大旅行	22/11/09 (星期日)	待定	向日葵會員及家屬	待定	向日葵當值義工 3656 0838
「抗癌大步走」慈善步行籌款	29/11/09 (星期日)	起點在香港國際學校，沿著大潭水塘道返回起點	「癌協之友」自助組織之成員	參照乳癌聯席通訊	向日葵當值義工 3656 0838

備註：以上各項活動地點及收費詳情，稍後將會寄上單張通知各位，敬請密切留意報名日期及踴躍參加。

特別報告

- (1) 近日「豬流感」肆虐，為防病菌散播，原定18/7/09(星期六)的主題講座「舒緩治療」暫時擱置，直至另行通知。
- (2) 癌協主辦的「抗癌大步走」慈善步行籌款，現已開始接受報名，各位會員可在當值時間(星期一、二下午2時至5時，星期三晚上7時至9時及星期五上午11時至下午1時)到黃大仙癌協服務中心，向本會索取報名及贊助表格，並請於13/10/09或之前將填妥的表格連同以抬頭「香港癌症基金會」的劃線支票，一併交回本會。希望各位踴躍參加，共襄善舉。

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	✓	✗	✓
	8號風球或以上	✗	✗	✗

當值 時間表

逢星期一、二 (下午2:00至5:00)及星期三(晚上7:00至9:00)

溫情專線：逢星期三 (晚上7:00至9:00)

傾心組：逢星期五 (上午11:00至下午1:00)

以上當值時間，公眾假期除外

電話：3656 0838 傳真：3656 0900

電話設有留言服務，您只需留下姓名及電話號碼，本會義工會盡快回覆。

銀行帳戶

中文名稱：向日葵互協會

英文名稱：SUNFLOWER NETWORK

『恆生銀行』支票戶口 帳號：264-089301-001

鳴謝

捐助名單 (2009年5月至8月)

香港癌症基金會

黃大仙及西貢區「快樂人生社區健康推廣計劃」2009

編委名單

連靄虹 楊碧華 關艷玲 伍慧賢 王黛菲 陳楚環
梁孟儀 李國梅 鄧筱娟 陳艷顏 梁淑勤姑娘

(排名不分先後，如有遺漏，懇請見諒。)

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： ☐ 地址 ☐ 電話號碼 (手提 / 住宅) ☐ 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)		☐ 香港 ☐ 九龍 ☐ 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：	



向日葵互協會

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 0900

網址：<http://hk.geocities.com/sunflowergroup>