

# 香港中文大學那打素護理學院

## 流金頌培訓計劃

CTP003: 慢性病處理及臨終關懷

公眾講座 (二)

主題：長者常見癌病及晚晴照顧

2011年1月14日 (星期五)



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

# 癌症分期

- 目前最常用的系統是TNM分期。
- TNM分期根據三部分資料：
- *(T) 癌腫的大小*
  - Tis=癌前病變、T1至T4=代表腫瘤由小至大
- *(N) 癌腫有否擴散至鄰近淋巴結*
  - N0=沒有擴散至鄰近淋巴結、N1至N3=不同程度的擴散
- *(M) 癌腫有否轉移至其他器官*
  - M0=沒有擴散至其他器官、M1=已擴散至遠處部位

# 1至4期

為了病人更易明白，醫生一般把TNM系統評定為1至4期。

- 第1期：腫瘤局限一處，沒有擴散徵象
- 第2期：腫瘤已擴散到鄰近淋巴結，但沒有波及其他器官或組織
- 第3期：腫瘤已擴散至鄰近淋巴結，亦波及附近器官或組織
- 第4期：腫瘤已擴散至遠處部位

# 肺癌

是香港癌症頭號殺手

## • 除吸煙外，

缺乏進食新鮮蔬菜、水果和含豐富維他命A的食物

長期吸入廚房油煙

經常進食經燒烤、醃製的食物

長期吸入燃燒香燭的煙霧

種族或遺傳因素

## 患上肺癌徵狀

- 時常感到疲倦
- 食慾不振、體重下降
- 持續咳嗽
- 氣喘
- 痰中帶血
- 胸口疼痛：咳嗽或深呼吸時，胸口隱隱作痛或突然劇痛

## 檢查和診斷

- 胸肺X光照片檢查
- 用顯微鏡檢查痰涎內有沒有癌細胞
- 支氣管內視鏡
- 電腦掃描

# 肺癌有甚麼治療方法？

外科手術

體外放射治療

化學藥物治療

標靶治療

# 大腸癌

是香港的第二位最常見癌症



## 大腸癌的高危因素

- 年過50
- 家族中有人患過大腸癌
- 本人或家族中有人患慢性結腸炎或結腸息肉
- 長期進食高脂肪、高膽固醇食物，而纖維攝取不足
- 體重超標(BMI體重指標超過25)
- 飲酒過量
- 吸煙
- 極少運動

## 患上大腸癌徵狀

- 大便帶血、或呈黑色
- 排便習慣突變、糞便形狀改變
- 體重下降;
- 下腹不適
- 大便時有尚未排清的感覺;
- 出現貧血徵狀：手腳冰冷、疲倦、心跳加速、氣喘、面色蒼白、頭暈

# 大腸癌的檢查和診斷

- 結腸內視鏡檢查 (大腸鏡檢查)
- 大腸鋇劑灌腸造影檢查
- 直腸指檢
- 糞便隱血檢查

## 大腸癌治療方法

- 外科手術
- 輔助治療
  - 放射治療
  - 化學療法

# 肝癌

是香港第三號癌症殺手

# 肝癌的成因

- **乙肝病毒**

- 慢性乙肝病毒大約高100倍。
- 估計全港有十分之一的人口是帶病毒者，或曾經感染乙型肝炎。
- 在這群長期帶病毒者中，有四分之一人會演變成肝硬化或因此而導致肝癌；

- **肝硬化**

- **丙型肝炎**

- 患肝細胞癌的機會大約高150倍

## 肝癌的高危因素

- 酗酒
- 進食有毒素的食物
- 長期受到某些環境、  
污染物侵害
- 膽管炎或先天性膽  
總管囊腫

## 患上肝癌的徵狀

- 早期病徵並不明顯。
- 上腹不適、腹痛, 特別是右上腹
- 右肩疼痛
- 食慾不振、體重下降、噁心和昏睡
- 上腹有硬塊
- 皮膚和眼白呈微黃、皮膚痕癢: 因膽管被瘤腫隨塞, 膽汁色素在血液積聚, 引致黃疸
- 小便呈茶色、大便呈淺灰色
- 腹部積水

## 如何檢查和診斷肝細胞癌？

- 血液甲胎蛋白檢查
- 腹部超音波檢查
- 電腦掃描
- 血管造影檢查
- 磁力共振掃描
- 活組織檢查

## 肝癌有甚麼治療方法？

- 手術切除
- 經肝動脈栓塞化療
- 酒精注射
- 射頻消融術
- 高強度聚焦超聲治療
- 標靶治療
- 肝臟移植□



# 乳癌

是全世界婦女，也是香港婦女最常見的癌病，近年發病率不斷上升，發病年齡也逐漸降低，50歲以下婦女發病率的升幅尤其顯著。

乳癌在男性中偶然也會發生。在2004年，共有12宗男性乳癌新症。

# 那些人較易患乳癌？

## 性別

主要是女性，  
男性也有機會

## 年齡

患乳癌機會  
隨著年齡增  
長上升

## 遺傳

母親、姊妹  
及親屬患過  
此病的人士，  
患上的機會  
較高，

## 經期

12歲以前初  
經以及55歲  
以後停經者

## 飲食

長期進食高  
動物脂肪食  
物

## 生活

吸煙、嗜酒、  
缺乏運動

## 生育

從沒有生育  
過或40歲以  
後首次生育

## 肥胖

BMI超過25

## 藥物

長期服用避  
孕藥或接受  
賀爾蒙補充  
療法5年以上  
者



# 患上乳癌的徵狀

初期乳癌的病徵並不明顯

- 乳房
  - 出現任何體積的硬塊
  - 形狀或大小有所改變
  - 皮膚出現點狀凹陷
  - 皮膚出現靜脈擴張或呈橙皮樣變化
- 乳頭
  - 自動流出分泌物 - 出血
  - 凹陷
- 腋下
  - 腫脹或淋巴結脹大

## 乳癌檢查和診斷

- 乳房X光造影術
- 活組織檢驗
- 乳房超音波掃描

## 乳癌的治療方法

外科手術切除

1. 乳房保留手術

2. 全乳房切除

放射治療

化學藥物治療

荷爾蒙治療

標靶治療

# 檢查乳房的方法

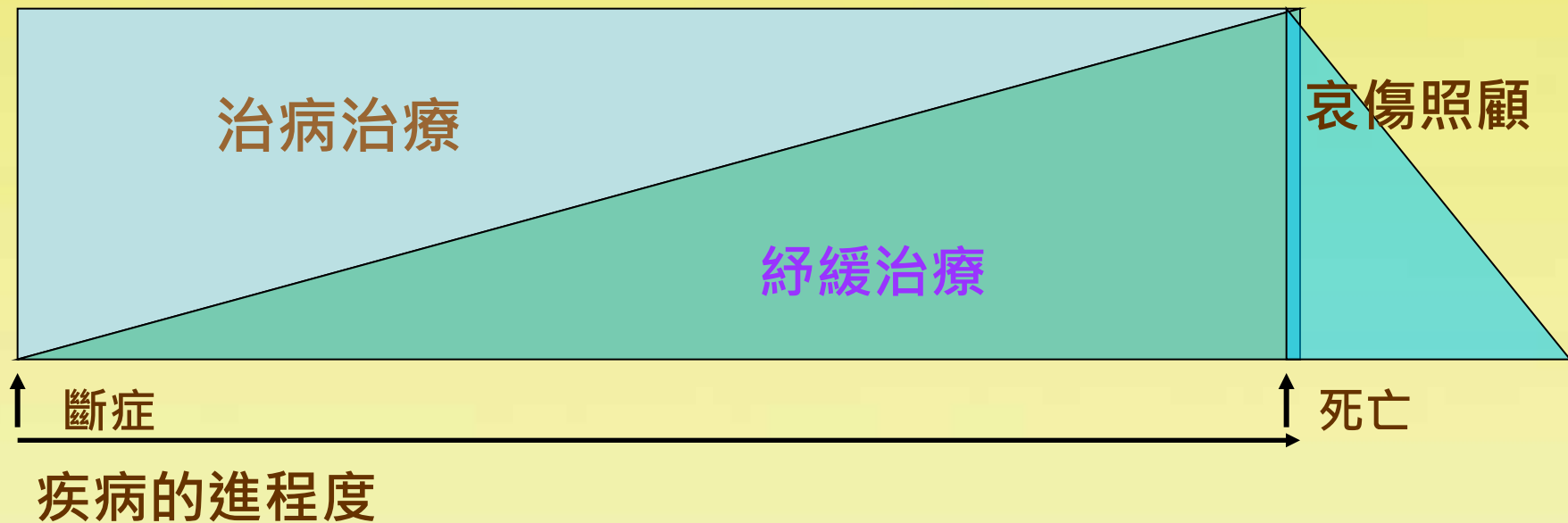
# 適合作自我檢查的時間

- 每月經期完畢後的第二、三日；
- 而閉經後的婦可定每個月份的第一天作檢查。
- 曾接受乳房切除手術的婦女，亦需每月檢查另外的一側乳房，以策安全。

# 防癌8大方法

1. 切勿吸煙或咀嚼煙草類產品
2. 體重控制
3. 每日運動最少30分鐘
4. 食得健康
  - 避免飲用高糖飲品和高「熱量密度」的食物
  - 吃不同種類的蔬果、穀類和豆類
  - 盡量少吃紅肉和加工肉類
  - 限制飲酒
  - 不建議食用高鹽分或鹽醃的食物
  - 不要依賴營養補充劑來防癌
5. 最理想是以母乳餵哺嬰兒至六個月大
6. 奉行安全性行為接受定期柏氏抹片檢查
7. 接受乙型肝炎免疫注射
8. 避免曝曬

# 現代「紓緩治療」的理念



# 「寧養服務」的理念

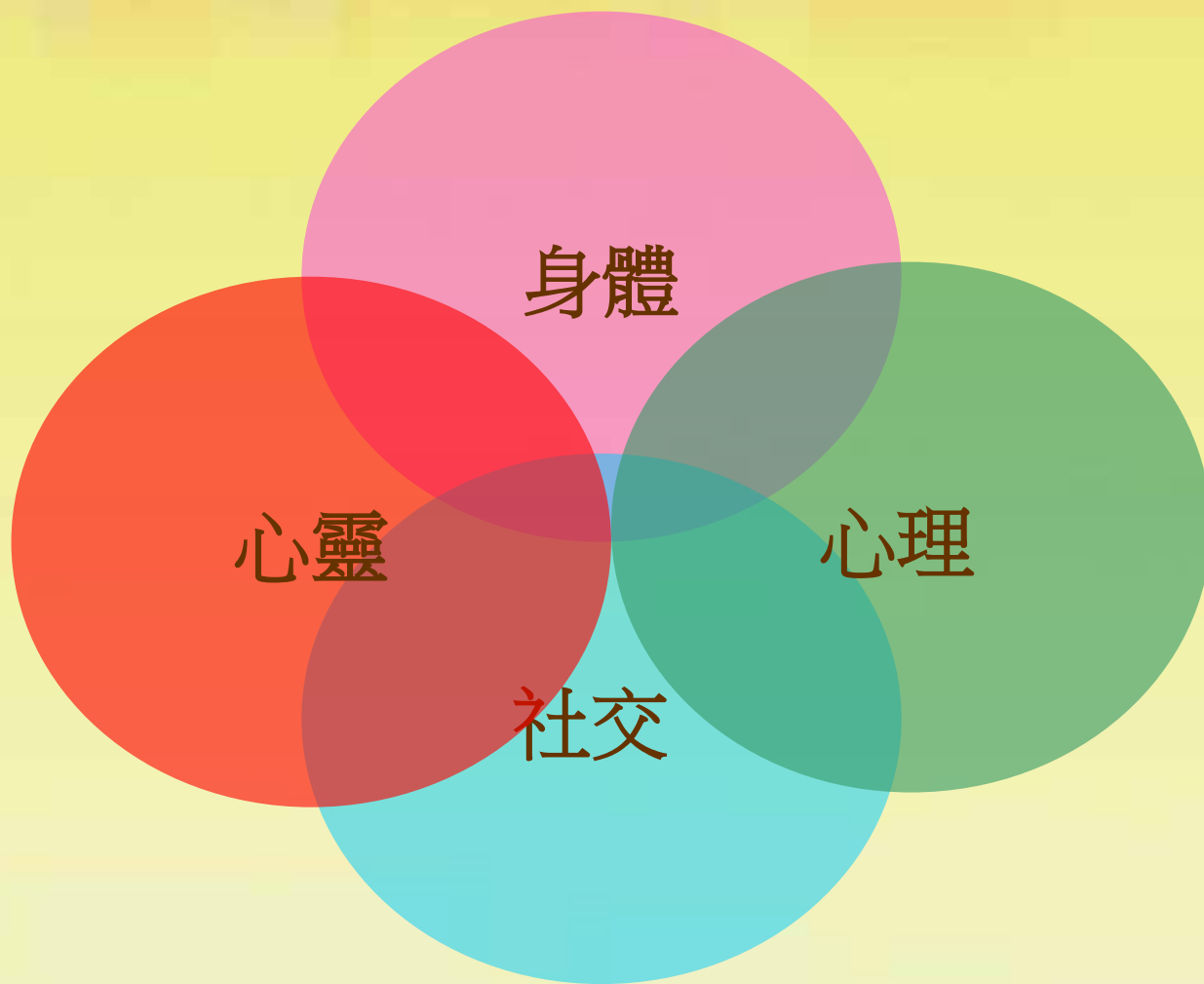
- 「寧養服務」對生命作出正面的肯定，相信死亡是生命歷程的一部份。
- 相信人人皆有權利，在祥和、舒適和有尊嚴的環境下活至生命的終結。
- 「寧養服務」不會為病人加速死亡，或在無必要的情況下延長病人的壽命。
- 竭盡所能，為病人舒緩疼痛及身體其他的不適，並協助他們排解憂戚。

# 「寧養服務」的理念

- 提供心理、靈性及精神方面的照顧及社交關係方面的支援，讓病人能正視及接受死亡。
- 協助病人渡過最後一段安逸、有意義、有質素的生活，讓他們充實地活到生命的最後一刻。
- 在病人患病晚期及離世後支持家屬，幫助他們承受及渡過喪親之痛苦。



# 「寧養服務」的服務範圍



# 「寧養服務」的服務範圍

- 醫護及治療
- 情緒及精神上的支援
  - 情緒支持
  - 靈性上的關懷
  - 哀傷輔導
- 生活上的實質協助

# 「寧養服務」的服務類別

- 住院服務
- 家居寧養服務
- 門診服務
- 日間寧養服務
- 哀傷輔導