

認識癌症

Understanding : Uterus Cancer

# 子宮癌



癌症基金會  
CANCERFUND



癌症基金會  
CANCERFUND

**香港癌症基金會** 於一九八七年成立，目的是為癌症病人提供資訊和心理上的支援，同時提高大眾對癌症的認識。

**基金會**屬下的兩間癌協服務中心，統籌十五個癌症病人自助組織，成立互助網絡，為癌症病人和家屬提供心理諮詢和實質的幫助；同時也著重個人化的服務。

本刊物是《癌症資料小冊子》系列之一，詳述有關癌症診斷和治療的資訊，為癌症病人及家屬提供一些實用的貼士，以應付因癌症及治療而產生的各種副作用和情緒上造成的困擾。您也可以從我們的網站閱讀或下載本系列。

**香港癌症基金會** 提供的免費服務，全賴個人及商業機構的捐助。若您想支持香港的癌症病人，請與我們聯絡，您的捐款將直接令香港的癌症病人受惠。

**服務熱線：3667 3000 (香港) 3656 0800 (九龍)**

**網址：[www.cancer-fund.org](http://www.cancer-fund.org) 捐款熱線：3667 6333**

#### **香港癌症基金會**

香港中環荷李活道32號建業榮基中心2501室

電話：3667 6300 傳真：3667 2100 電郵：[public@hkcf.org](mailto:public@hkcf.org)

#### **中環癌協服務中心**

香港皇后大道中99號中環中心地下G03室

電話：3667 3030 傳真：3667 3100

電郵：[canlinkcentral@hkcf.org](mailto:canlinkcentral@hkcf.org)

#### **黃大仙癌協服務中心**

九龍黃大仙下龍邨昌樓C翼地下2-8號

電話：3656 0700 傳真：3656 0900 電郵：[canlink@hkcf.org](mailto:canlink@hkcf.org)



# 目錄

前言	3
什麼是癌?	4
子宮	5
什麼引致子宮癌?	6
子宮癌的徵狀	7
醫生如何診斷?	8
子宮癌的階段及等級	11
計劃療程	12
治療方法	16
療後跟進	27
臨床試驗－契機與風險	28
向醫生提問	30
妳的感受	31
親友可以做些什麼?	37
與子女溝通	38
妳可以做些什麼?	39
誰可以幫忙?	41



## 前言

本小冊子的編寫是為幫助你對子宮癌有更深的認識，希望能解答一些有關子宮癌的診斷和治療法方面的疑問。

我們不能向你建議哪種治療方法最適合你，因為只有了解你整個病歷的主治醫生才可為你提供正確的治療。

讀完本小冊子之後，如對你認識子宮癌有幫助，請轉交你的親友參閱，他們或許也想取得這方面的資料，以幫助你解決所面對的困難。

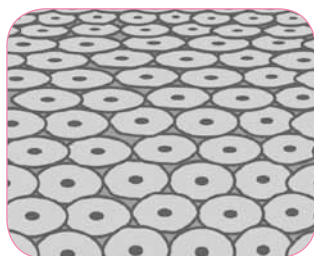
香港癌症基金會備有一系列的刊物，可供參考。本冊子的結尾部分，列出了香港癌症基金會的其他出版刊物及一些有用的資料和地址。



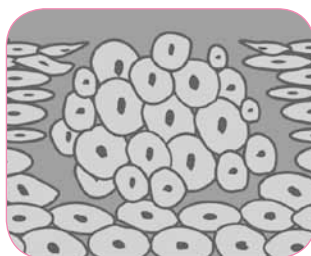
## 甚麼是癌？

我們身體的器官和組織是由千千萬萬肉眼看不見的細胞(cell)所組成的。不同部位的細胞，其形狀和功能雖不一樣，但其修補和繁殖的方式都大同小異。

細胞正常的時候，分裂繁殖得很有秩序，會自我控制。但若一旦失去控制時，就會不停地繁殖，在身體裡累積成塊狀，稱為「腫瘤」(tumour)。腫瘤分良性和惡性兩種。惡性的腫瘤俗稱癌。



正常細胞



癌細胞

良性腫瘤的細胞不會擴散到身體其他部份，因此不會致癌。但若良性腫瘤在原來的部位不停增生，可能會壓迫鄰近的器官，造成問題。

惡性腫瘤裡面含有癌細胞，具有自原有部位擴散的能力，若不加以治療，它除了會進侵及破壞周圍的組織外，還可經血液或淋巴系統擴散至身體其他的器官，並在該處繁殖成為「繼發性」(secondary)或「轉移性」(metastasis)的腫瘤。

癌的成因不只一個。治療方法亦不只一種。癌症有超過二百種不同的類別，每種有其獨特的治療方法。

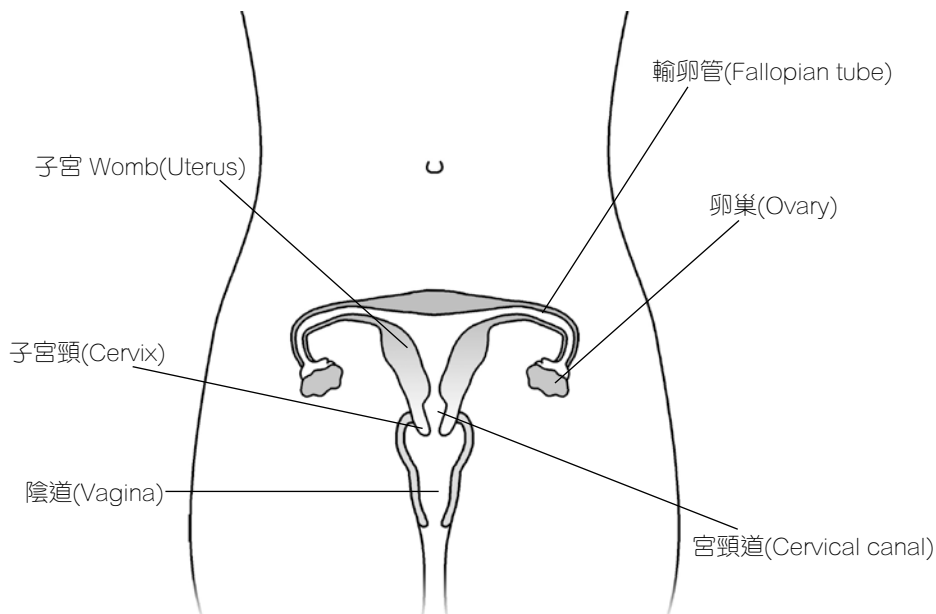
## 子宮

子宮位於盆骨內，在陰道的頂端，由肌肉組成，形狀像一個梨。

子宮上半圓形的部分，成為子宮腔，而位於陰道頂端如頸項的部分稱為子宮頸。在做婦科檢查時，可以看到子宮頸。子宮頸癌是另外一種癌症。請參考《宮頸癌》小冊子。

子宮內膜每月脫落一次，這個現象稱為月經。除了懷孕期間外，月經會繼續直到更年期為止。多數的子宮癌是由子宮內膜開始。

在子宮附近有一組如豆子一般大的淋巴結。淋巴結是淋巴系統的一部分。淋巴系統貫穿全身，是身體抵抗病菌的防衛線。





## 什麼引致子宮癌？

子宮癌的起因，仍是未知數。年齡在五十歲至六十四歲的婦女患上子宮癌的情況最為常見。子宮癌極少侵襲五十歲以下的婦女。身體過重也會增加患病的機率。

相對來說，仍然有月經和使用口服避孕藥的婦女患子宮癌的機率就小得多。

對那些沒有切除子宮，但長期接受激素治療(HRT)的婦女，應確保自己採用的是「雌激素和孕酮」的組合，而不只是雌激素。服用「雌激素和孕酮」達五年的人不會增加患得子宮癌的機率，服用五年以上的人，機率只略為增加。

如果長期服用三苯氧安(是一種用來治療乳癌的激素藥片)，也可能會增加患上子宮癌的風險。但這個風險極為輕微，而服用三苯氧安治療乳癌的效益，遠遠的超越了它的風險。

多數的子宮癌與遺傳基因無關，但是在少數的情況下，有問題的基因可能增加患得子宮癌的機率。如果你有家人，特別是年輕的家人，患得子宮癌，有可能與遺傳基因有關。

子宮癌與其他的癌症一樣，不會傳染給其他的人。



## 子宮癌的徵狀

子宮癌最早的警告訊號，通常是陰道不定期出血。出現的情況包括：

- 兩次月經中間有流血的現象
- 月經期間，出血量比正常情況多
- 更年期絕經後出血
- 陰道不正常的排出物

陰道不正常的出血的原因很多，不一定是子宮癌，但若出現這種情況，應該立刻告訴醫生。

子宮癌其他的症狀包括下腹疼痛，或者在性交時疼痛或不舒服。

### 子宮癌在香港普遍嗎？

根據香港醫院管理局癌症資料統計中心，2012年有810人患得子宮癌，77人死亡。

資料來源：香港醫院管理局癌症資料統計中心 2012

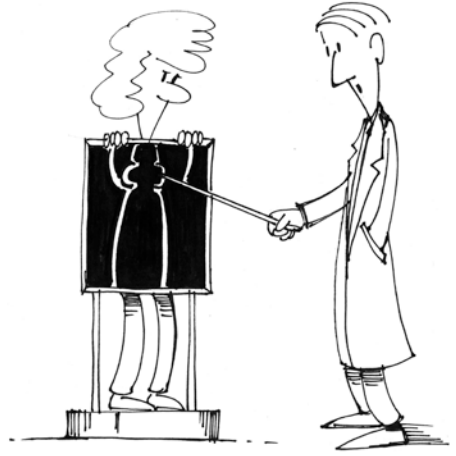




## 醫生如何診斷？

多數人先去看家庭醫生或全科醫生，照X光及其他的檢驗。如有必要，全科醫生會安排你到醫院見婦產科醫生，接受進一步的檢驗及治療。

檢驗的方法包括：



### (一) 子宮鏡檢查

子宮鏡是一個輕軟的細管，尾端有照明的小燈可以看清楚子宮內部，讓婦科醫生取得子宮內的活組織樣本。在子宮鏡檢驗後，可能有一、兩天如月經來時般的疼痛。可吃止痛藥。

### (二) 活組織檢查

活組織檢查不需要打麻醉藥，可以在門診部進行。婦科醫生或護士會先將一根輕細的軟管插入子宮，在抽取少量的子宮內壁細胞樣本後，送到實驗室在顯微鏡下仔細觀察和化驗。

### (三) 擴張刮除手術Dilatation and curettage (D&C)

進行擴張刮除手術時，需要全身麻醉。醫生會先用工具擴張子宮頸，在子宮內壁刮除一些組織樣本後，在顯微鏡下檢查。這個診斷方法相當準確。

### (四) 陰道超音波

這項檢驗是利用聲波，描繪子宮內的圖像。檢驗會在醫院的掃描部門進行。

醫生將一個小小的儀器輕輕的放入你的陰道。這個會發出聲波的儀器，會將聲波轉為圖像。過程可能會有些不舒服，但是不會有痛苦。

## 深入檢驗

如果檢驗顯示你有子宮癌，婦科或外科醫生會進一步檢查了解癌細胞是否擴散。這些檢驗幫助醫生決定哪種治療最適合你。進一步的檢驗包括：

### (一) 驗血

驗血可以幫助醫生了解你的健康狀況，血液數字以及腎臟機能。

### (二) 胸部X光

這個檢驗可以幫助醫生了解你的肺部和心臟是否健康。

### (三) CT (computerised tomography) 掃描

CT掃描是一種特殊的X光檢驗法。檢驗的方法是從不同角度拍攝一系列的X光片，在輸入電腦後，成為三度空間的圖像，重現身體內部組織的詳細圖像。掃描無痛，需時10至30分鐘。

CT掃描可以明確的找到癌細胞的位置、大小以及是否擴散。

為了增加圖像的細節部分，醫護人員會為你注射一種含有碘的顯影劑。在注射或飲用碘後的幾分鐘你可能會全



身發熱。如果你對碘敏感，或者有氣喘，務必在事前告訴醫生。醫護人員在CT掃描的前一天會先為你注射類固醇，所以第二天你仍然可以照常注射碘。

掃描結束後，你就可以回家。

#### (四) 磁力共振圖像(magnetic resonance imaging, MRI 掃描)

磁力共振檢驗與CT掃描類似，不同處是使用磁場，而不是X光，來構成身體橫切面的影像。它可以觀察身體的組織。有的時候需要在手臂的靜脈注射顯影劑，以增加圖像的清晰度。

接受檢查時，醫生會要求你躺臥在一個金屬圓筒裡的平台約三十分鐘。圓筒中空，兩端開口。有些人對於長時間躺在密閉的空間中，會有被困的感覺。如果你擔心會覺得不舒服，告訴放射治療師會有幫助。MRI掃描的過程非常吵雜，許多醫院會放音樂，你可以戴上耳機聽自己的音樂。

圓筒內有非常強烈的磁場，所以在進入房間以前，你需要移除身上所有金屬製造的東西。如果體內裝有心臟監測器、心率調整器或人和手術夾，都不能採用磁力共振的檢驗。

CT掃描及磁力共振兩種檢驗，都可能要在幾天之後才有結果。在這段等候的日子，你可能非常不安，和一個好友或親人傾訴心事，或許會有幫助。



# 子宮癌的階段和等級

## 階段

癌症的階段通常用來形容在顯微鏡下癌細胞的形狀、大小，是否已經從原發位置擴散到身體其他的部分。了解這些資訊可以幫助醫生選擇最合適的治療方法。

子宮癌的發展通常分為四個階段(一到四)：數字越低，癌細胞擴散的機會越小。反之，數字越高，情況越嚴重，擴散的機率越高。

第一階段：癌細胞只在子宮內壁或者肌肉層發現

第二階段：癌細胞已經擴散到子宮頸

第三階段：癌細胞擴散到附近的組織，包括盆骨內的薄膜，陰道以及附近的淋巴結。有的時候擴散到骨盆的癌細胞會壓迫到一個輸尿管，造成腎臟內的尿液升高。第二和第三階段的腫瘤被稱為局部的繼發性癌

第四階段：腫瘤已經擴散到附近其他的器官，如膀胱或大腸，或者身體其他的部位

## 等級

癌細胞在顯微鏡下的形狀可以顯示其等級，讓醫生預測癌細胞可能發展的速度。子宮癌的三個等級：

第一級(輕級)：癌細胞與正常的子宮細胞相似。生長的速度慢，沒有擴散的跡象

第二級(中級)：介於第一級與第三級之間

第三級(重級)：癌細胞看上去不正常，生長速度快，容易擴散



## 計劃療程

治療子宮癌可以使用外科手術、放射療法或化學療法，也可以同時使用二種以上的方法。醫生選擇治療方法，主要取決於你癌症的階段。

### 治療的類型

多數的子宮癌都是在早期被發現，此時癌細胞尚未擴散到子宮以外，可以用子宮移除手術治癒。這種治療方法對多數的女性都很成功，通常不需要進一步的治療。

如果癌細胞有復返的可能，醫生會考慮在手術後給予放射治療。如果手術無法移除癌腫，又或者你的身體較弱不適合動手術，醫生也可能用放射治療取代外科手術。放射治療的另一個作用是在外科手術前使用，目的是為縮小腫瘤。癌細胞日後在盆骨附近復發時也可能使用放射治療。

如果癌症已經散播到身體其他的部分，使用女性賀爾蒙黃體激素(又稱孕酮)可以縮小癌腫以及控制病徵。化學治療在這些情況下也可以縮小癌腫，在一段期間控制其生長。

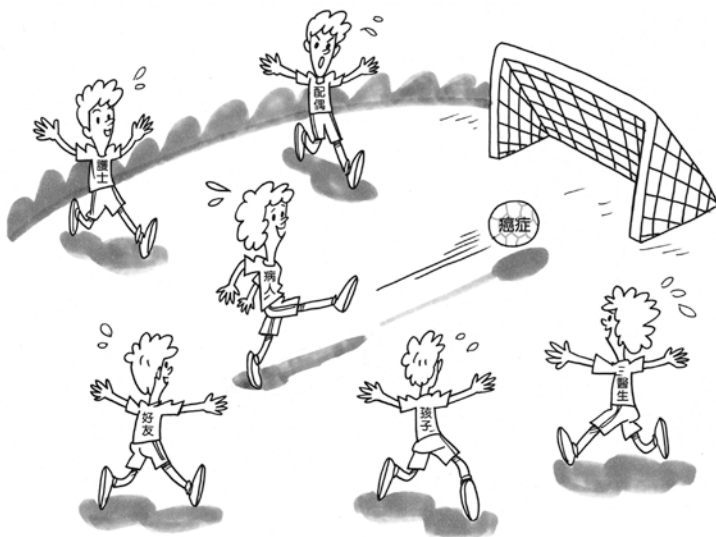
醫生在計劃療程時，會考慮多種因素：

- 病者的年齡
- 健康狀況
- 腫瘤的種類和大小
- 腫瘤的階段和等級

## 醫療隊伍

在多數的醫院中，會有一組醫護人員商量對你的癌症最有效的治療方法。這個治療隊伍包括：

- 了解婦科癌症的外科醫生
- 腫瘤科醫生
- 護士
- 營養師
- 復健治療師
- 心理輔導師



## 簽署同意書

在接受治療以前，醫生會向你解釋治療的目標並請你簽署一份同意書。在沒有你同意，醫生不會進行任何治療。在簽署同意書以前你需

要了解：

- 你接受療法的性質與範圍
- 這種療法的利弊得失
- 其他可以選擇的療法
- 這種療法可能面對的重大風險

當醫生解釋治療方法的時候，不妨請親人或朋友一起參與，以幫助你全盤了解治療的內容。在與醫生談話以前，也可以列出一系列你想知道的問題。

如果你不了解醫療人員的解釋，請他們立刻再說明一次。有些癌症的治療非常複雜，要求醫護人員再次說明是平常的事。

許多病人覺得醫護人員太忙沒有時間回答他們的問題，但是了解要接受的治療對自己身體、心理的影響非常重要。醫護人員有義務向你解釋。

如果尚未考慮好接受哪種治療方式，你可以要求多一點時間做決定。

即使你不想接受治療，也一定要告訴醫生或護士，以便他們在你的病歷表上紀錄下來。他們也可以向你解釋不接受治療的後果，向你提供最好的意見。

## 治療的利弊

許多人聽到癌症治療就緊張，因為治療可能產生許多副作用。但是這些副作用可以用藥物控制。

## 治療早期的子宮癌

醫生常用外科手術治療早期的子宮癌，目標是為治癒，多數的手術都很成功。有時候醫生也會建議一些附加的治療方法已降低癌細胞復發的機率。

## 治療已擴散的子宮癌

當子宮癌已經擴散到其他的器官，治療的目標是為了控制，改善症狀，使得病人能夠過一個有品質的生活。雖然如此，有些婦女在接受治療後，不但沒有幫助，反而有副作用。

## 決定治療方法

如果你的癌腫仍然在初期階段，而治療的目標是為了痊癒，是否接受治療的決定並不困難。但是如果治癒不可能，治療只是為了在一段時間內控制症狀，考慮是否接受治療就會困難的多。

在這種情況下，你需要與醫生詳細討論是否需要接受治療。如果你決定不接受治療，仍然可以得到舒緩照顧，用藥物控制症狀。

## 第二意見

有些婦女覺得如果多聽一些專業意見，對他們決定治療的方法會有很大的幫助。如果你有需要，多數的醫生都會樂意轉介你見其他的專科醫生。

聽取第二意見可能會延遲你治療的時間，所以你和醫生都需要相信第二意見會對你的病情有建設性的看法。





## 治療方法

### 外科手術

子宮癌的外科手術是將子宮切除。多數的情況下，婦產科醫生會將卵巢和輸卵管一併切除，有時在子宮附近的淋巴結也會被切除，病理學家會在顯微鏡下細心觀察這些部位是否仍然有癌細胞存在，盡一切可能的移除所有的癌細胞。

一般來說，以手術移除所有的癌細胞是可能的，不需要更多的治療。但如果醫生懷疑仍然可能有少量的癌細胞餘存，就會特別謹慎，做出預防的措施。在這些情況下，醫生或許會提議，在手術後進行放射治療。

### 靜脈注射

手術結束後，飲食恢復前，你需要插管接受靜脈注射，以補充體內的液體和養分。傷口處也會插管，排走不必要的液體。通常，醫生也會把一根細管插入你的膀胱，將尿液排入尿袋。

### 四處走動

手術後，醫護人員將鼓勵你儘快開始走動。這對你的康復非常重要。即使你必須躺著，也要經常保持腿部移動，預防血液凝塊。物理治療師也會向你解釋如何深呼吸，預防胸部感染。



## 疼痛

在手術之後，你可能需要吃止痛藥，以控制疼痛。如果疼痛持續，要儘快告訴醫護人員，為你轉換另一種止痛藥。

## 回家

多數婦女在手術後 6 至 8 天，傷口拆線後就可以回家。如果你擔心回家後可能會出現一些問題，譬如說，你獨身或者家中有樓梯要上下，請告訴護士或社工，他們或許能想辦法幫助你。

## 性生活

雖然在子宮切除後，妳不會再有月經，也不會懷孕，但是康復後，妳仍然可以有活躍的性生活。

為了使手術的部位完全復元，醫生可能會建議妳在手術後至少六個星期再開始性生活。有些婦女覺得她們需要更多的時間適應，才能如常的有性生活；如果妳有任何疑問，可以向醫護人員請教。

**香港癌症基金會** 出版的《癌症與性》小冊子，對妳或許有幫助，歡迎索取。

有些人需要比較長的時間復元。如果有任何問題，有時與一個關係不緊密的人傾談，反而更容易和更有幫助。香港癌症基金會很樂意為你提供各種資訊，並且為你介紹心理學家、輔導人員或與你經驗相似的過來人，討論你們共同的體驗。

在離開醫院以前，醫生會與你討論療後跟進的事宜。如果你有任何疑問，這是與醫生討論的好時機。

## 放射療法

放射療法是利用高能量輻射線殺死癌細胞，但在過程中盡量不損及正常的細胞。

### 什麼時候給予放射治療？

在手術後，如果醫生擔心癌細胞沒有完全消除，可能會採用放射治療。如果腫瘤已經擴散到子宮以外的器官，放射治療也可能替代外科手術。放射治療也可能在手術前使用以縮小腫瘤。

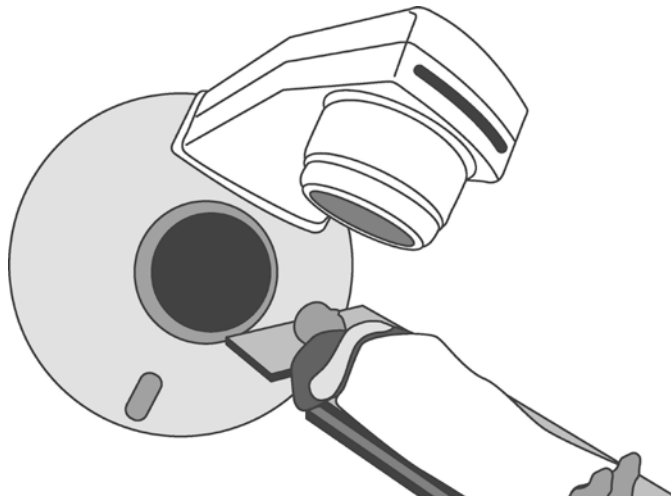
外科手術無法治癒子宮癌的情況下，放射治療也常在手術後施用，以防癌細胞復返。

腫瘤在盆骨附近復發時也常使用放射治療，或與化學治療同時使用。

子宮癌可以採用體外或體內的放射治療，通常是兩者並用。如果你有任何的顧慮，計劃療程的放射治療師可以解答你這方面的疑問。

### 體外放射治療

放射療法是利用高能量射線直接照射癌腫部位。在治療癌細胞的同時，盡量減低對正常細胞的傷害。體外放射治療是在醫院的放射治療部進行，療程通常是從星期一到星期五，周末休息。你治療所需的時間，視乎癌病的大小以及所在的位置而定。可能需要幾個星期。醫生會和妳解釋治療的方法。



## 計劃療程

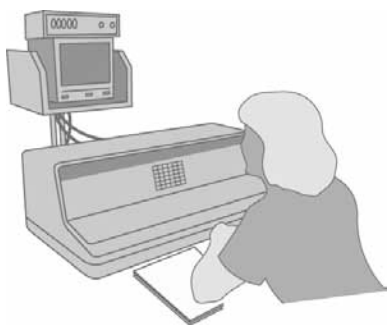
為確保放射治療獲得最大的效益，整個療程必須細心計劃。當你第一次到醫院的放射部時，醫務人員會要求你躺在一個被稱為模擬器的龐大機器之下，為接受治療的地方照X光。有些時候也用CT掃描器進行這個步驟。為了影像清楚，在照X光以前，醫護人員會請你喝一杯有顯影功能的液體，並給你一個衛生棉條插入陰道，液體將會流入直腸。

周詳的治療計劃是放射治療中非常重要的一環，妳可能需應診數次，直至制定療程的放射治療醫生滿意為止。

醫務人員會在妳的皮膚上劃上記號，顯示那個部位需要接受放射線的照射，這些記號有助放射技術員確定好位置。整個治療過程中，妳必須保持這些記號清晰可見，療程一旦結束，便可洗掉。也有的記號適永久性的，醫護人員會先得到妳的同意。

每次放射治療前，放射治療技師會請妳放鬆地躺在床上，確定治療的位置。放射治療期間，妳將獨自留在房內，但妳可以透過通話器和在隔鄰房間觀察妳情況的放射治療技術員談話。整個過程只需幾分鐘。

放射治療不會令妳感到痛楚，但在治療進行期間，妳必須靜躺幾分鐘。放射治療不會令你帶輻射性，在治療後，無論你或家人，包括孩子都很安全。



## 皮膚的護理

接受治療的皮膚會感到疼痛。香皂、潤膚露、止汗劑都可能令皮膚疼痛，治療期間最好停止使用。在治療開始時，醫務人員會指導妳如何

護理接受治療範圍的皮膚。

## 體內放射治療

在不可能動手術的情況下，醫生會考慮用體內放射治療。或者在外科手術後，如果醫生認為癌細胞可能復返，可能會考慮體內放射治療，或同時使用體內體外放射治療，以治療骨盆內可能未被手術切除的任何癌細胞。

體內放射療法是将放射性物質放在腫瘤附近，放出輻射線以治療患部。放射性的物質通常置於密封的金屬管內，在全身麻醉的情況下植入子宮或陰道上端，以進行治療。

當金屬管釋出放射物質時，你會單獨留在病房，工作人員將鉛製的屏風放在病床的兩側，以吸收任何輻射線，也確保其他的人不會受到輻射的影響。金屬管通常置於體內一至二日。

另外一個做法是使用後莊放射治療器（Selectron machine），其作用是將輻射物質放入體內的金屬管內。當後莊放射治療器開動時，少量的放射性物質就會進入金屬管；關閉時，放射性物質重回後莊放射治療器。當放射物質產生作用時，你需要躺在正確而固定的位置，不能移動。基於同樣的原因，醫生會為你插一根尿管，方便你從膀胱排尿。

有人進入你病房時，可將儀器關掉，以減低放射線對他們的照射量。金屬管容器將留置在你體內一至二日。

在體內放射治療期間，訪客仍然受到限制。特別是孕婦和兒童。當你需要其他人支持的時候，這些限制可能讓你覺得孤立、害怕和沮喪。如果你有這些感受，請告訴照顧你的醫護人員。帶一些閱讀物或音樂

光碟也會有幫助。只有當放射物質在體內時才需要與人隔離，放射性物質一旦被移走，所有輻射會立刻消失。

當體內放射治療結束後，醫療人員會移走金屬管和治療器。移除的過程可能令你感到有些不舒服，護士會使用止痛噴劑或給你止痛藥，也會檢查是否已移走所有的容器和植入的物質，同時移除導尿管。

**香港癌症基金會** 有編印的《放射治療法》小冊子，有詳盡的解釋，歡迎索取。

### 微後莊放射治療器 (microselectron)

體內放射治療也可以使用微後莊放射治療器。這種機器使用的放射物質輻射性高，可以縮短放射治療的時間，通常只需要幾分鐘，當天就可以回家。這個治療需要重複幾次。

不論是短時間或者長時間的放射治療，都一樣有效。

### 放射治療的副作用

在放射治療結束後，陰道有輕微的流血是正常的現象。但是如果流血的現象持續，就需要讓醫生或護士知道。

盆骨附近接受放射治療，可能引起的副作用包括：噁心、疲累、腹瀉和排尿時感覺灼熱等。這些副作用輕微或嚴重，與放射治療的劑量，以及治療時間長短有關係。醫護人員可以告訴你可能發生哪些情況。

多數的副作用都可用藥物減輕。醫生可為你開處方。治療一旦結束，這些副作用會在幾個星期內逐漸消失。

在治療期間，記得喝大量的水，保持一個健康的飲食。如果腹瀉無法

用藥物控制，一定要告訴醫生。如果胃口不好，可以服用高卡路里的營養飲品，超級市場或藥店都可購得。香港癌症基金會出版了《飲食與癌症》的小冊子，有一些小貼士，可能對你有幫助，歡迎索取。

放射治療會令人感到疲累，應盡量多休息。如果為了接受治療，每天都得長途跋涉，就更需要休息。

有時放射治療引致陰道收窄，使得性交不適。有些婦女對性的興趣減低，並察覺陰道乾涸。請參考25-26頁有關性生活及生育的章節。

## 長期副作用

近年來因為計劃療程的精密和治療技術的改進，使得盆骨附近的放射治療風險降低，但是還是有少數的人在盆骨附近做放射治療時，對腸臟或膀胱造成長期的副作用。

如果這種情況發生，腹瀉或頻尿的現象會持續。放射治療也會影響大腸及膀胱的血管，造成小便或大便流血。這些現象可能在放射治療後幾個月，甚至幾年後才發生。如果你發現有流血的現象，請儘快讓醫生知道，以接受檢查和適當的治療。

放射治療有時會影響盆骨附近的淋巴腺，造成雙腿腫脹，也就是淋巴水腫，不過這種情況並不常見。**香港癌症基金會**出版的《淋巴水腫》小冊子，對這種症狀及治療有詳細的說明，歡迎索取。

## 激素治療

在某些情況下，如果癌細胞有復返的可能性，醫生可能建議使用黃體激素治療以減少癌症復發的可能性。如果子宮癌已經是末期，黃體激素可以縮小癌腫及控制症狀。醫生在診斷時，如果發現癌症已經擴

散，也可以用激素治療。女性體內會自然產生黃體激素。人造的黃體激素可以用藥片服用，也可以用打針的形式。

## 副作用

黃體激素可以破壞癌細胞，但不會傷害正常細胞，副作用相對來說比較小。有些婦女會覺得不舒服，但是多數人發現自己的胃口大開，服食黃體激素可能會增加體重。也有些人發現肌肉抽筋。

## 化學治療（Chemotherapy，簡稱“化療”）

當癌症復發、擴散到身體其他的部分，對激素治療也不起作用的時候，醫生可能考慮使用化學治療。對一些人來說，化療可能用來縮小癌腫，或者減輕症狀。

化學療法是利用抗癌(cytotoxic)藥物來殺死癌細胞，並擾亂癌細胞的生長和分裂。

## 化療給予的方式

化療藥物可以採用口服，但是多數是採取手臂靜脈注射。

## 副作用

化學治療會暫時減少血液內的正常細胞數量。當血細胞數目降低，你會容易受到感染，同時感覺疲倦。在化療期間，你要定期驗血。如果受到感染，需服用消炎藥。如果貧血也需要輸血。

化療會造成副作用，尤其當化療和放療合併使用的時候。化療期間，血細胞會降低。血球數目減少會使你容易受到感染並且感到疲倦。

化療其他的副作用包括：



- 疲倦：休息是良方
- 噁心嘔吐：現在有許多有效的止嘔藥（anti-emetics），使你不致噁心
- 脫髮：脫髮只是暫時性的，療程結束，毛髮會很快的長回來
- 口腔輕微潰爛：護士會教你如何正確地清潔口腔。定時漱口十分重要
- 沒有胃口：可以把正餐改為營養豐富、高卡路里的飲品或湯。大多數藥房都有這類飲品出售

少數的女性可能會對化學藥物敏感。如果你發現皮膚紅癢、高燒、發冷、面部發紅、頭昏、頭痛、呼吸短促、焦慮或頻尿，醫生可以給你藥物治療減少這些副作用。



不是每一種化學藥物都會引起副作用。醫生會告訴你，你接受的治療可能會有哪些副作用。

**香港癌症基金** 會出版了有關《毛髮脫落》、《放射治療》和《化學治療》等小冊子，歡迎索取，請電 **3656 0800**。

## 治療會影響我的性生活嗎？

子宮癌的治療可能影響妳的性生活，但是許多的影響可以預防或治療。

### 絕經現象

如果你尚未絕經，在做了子宮、卵巢切除手術後，或者在盆骨做了放射治療，絕經的現象就會出現。這些副作用包括：

- 熱潮紅
- 皮膚乾燥
- 陰道乾燥
- 情緒低落或焦慮
- 對性交暫時失去興趣

對這些現象醫生可以開處激素軟膏、貼劑來減輕症狀，替代由卵巢製造的荷爾蒙。有些醫生在為病人開處激素處方時有保留，因為在理論上激素可能增加癌細胞復返的可能性，但是至今還沒有足夠的證據顯示激素會增加復發的可能性。

如果因為陰道不夠潤滑，使得性交困難或不舒服，可在藥房買KY這類的潤滑軟膏。性交前你的伴侶也可以在陰莖擦潤滑劑。

### 陰道變狹窄

對盆骨的放射治療可能造成陰道狹窄，使得性行為困難或不舒服。克服這個問題的要訣是保持陰道的肌肉柔軟。對陰道使用荷爾蒙藥膏會

有幫助，醫生可以為你開處藥方。使用陰道擴張器，或者定期的性生活，兩者對陰道肌肉有彈性都會有幫助。

## 陰道擴張器

醫生或護士可以告訴你如何使用陰道擴張器並回答你的問題。通常由塑膠製造擴張器，需要輕柔並定期的放入陰道，逐漸伸展肌肉以預防狹窄。醫護人員對這類的討論非常習慣，你無需覺得不好意思。許多婦女發現在放射治療後，擴張器對改善陰道肌肉的彈性非常有幫助。對於那些因為絕經現象出現，暫時對性交失去興趣，或者治療後對性交感到緊張，或者沒有固定性伴侶的婦女來說，擴張器都有幫助。



## 治療後的性生活

治療後，許多婦女對性生活感到緊張。治療後的性交是安全的，不會使癌症惡化或復發，也不會將癌細胞傳染給性伴侶。重新開始性生活，許多婦女需要配偶配合，在陰道逐步放鬆後，才開始性生活。如果伴侶動作溫柔，對陰道的放鬆和伸展會有幫助。定期溫柔的的性生活可以幫助陰道重新取得其彈性。放射治療結束的幾個星期後，可以重新開始性生活。

**香港癌症基金會** 出版了一本《性與癌症》的小冊子，歡迎索取。

## 生育

很遺憾的是子宮切除後，或盆骨做了放射治療的婦女將無法懷孕。對年輕、盼望有子女的婦女來說，可能有很深的失落感。許多女性也為了自己是去了一部分的「性徵」，覺得自己不在「女性化」。與心理輔導師交談可能很有幫助。請電 **癌協** 熱線 **3656 0800**



## 療後跟進

治療完全結束後，醫生會要妳定期做檢查包括驗血，也可能照X光和掃描。這些檢驗往往會持續幾年。在每次檢查時，若妳有任何問題，或察覺有任何新的徵狀，應立刻通知醫生。

如欲取得 **癌症基金會** 出版的有關《放射治療》《化學治療》《毛髮脫落》和《癌症與飲食》的小冊子，歡迎致電 **癌協** 熱線，電話 **3656 0800**。





## 臨床試驗 — 契機與風險

腫瘤專家不斷的在研究子宮癌的新療法。新療法的研究，需要經過幾個不同的階段。首先是在試驗室的試管內反覆試驗，了解癌細胞對其反應。第一階段試驗的結果，如果顯示對癌細胞有效果，再做臨床試驗，使用在病人身上。

第一階段的試驗，其目標為：

- 尋找安全的藥量
- 了解治療可能產生的副作用
- 確認可能治療的癌症

研究的結果如果確定新療法安全有效，第二和第三階段的試驗就會跟進，其目標是為回答以下的問題：

- 新療法是否比現存的標準療法有效？
- 新療法是否比現存的標準療法有更多的優點？
- 新療法是否比現存的標準療法有較少的副作用？

臨床試驗的成熟，需要時間發展、研究和試驗。在發展期間，報紙、雜誌或電視上會有很多的報導，直到療法證實有效，往往已經是多年之後。

你可能被邀請參加臨床試驗。參加這個試驗有很多好處。對了解癌症及治療的發展會有幫助。在實驗進行期間



以及之後，你的狀況都會受到仔細得觀察。你需要謹記的是：有些臨床試驗在開始時讓人充滿樂觀的盼望，但是在後來發現不及目前最好的標準療法，或者其副作用大於優點。

你的醫生可能要求你同意保存一些腫瘤或血液的樣本，以作為試驗的一部分，希望找出癌症的原因。

醫生希望你參加臨床試驗（或稱研究）的原因是：除了進行科學性地試驗，醫生無從得知哪種療法對患者最有利。



## 向醫生提問

在會見醫生的時候，你可以要求親友陪同應診。如果你的心情混亂，親友可以寫下你可能會忘記的診治意見，也可以由他們向醫生提出存疑的問題。有些人認為將醫生的談話錄音很有幫助。錄音前，請先得到醫生的同意。

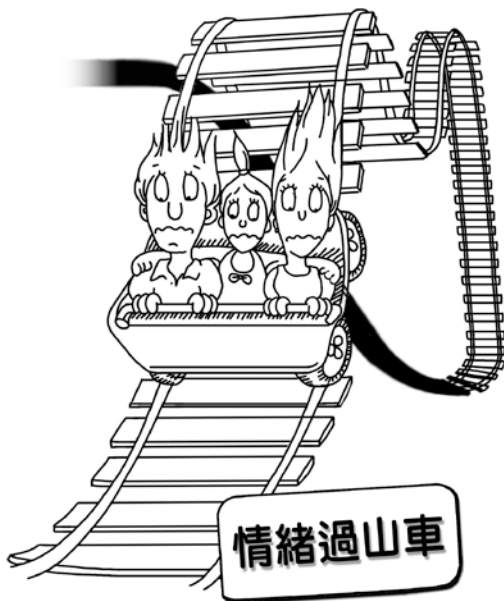
- 我的子宮癌屬於哪種類型？
- 現在是第幾期？這代表了什麼意思？
- 我需要做哪些檢驗？
- 你建議做哪種治療？
- 不同治療的副作用有哪些？
- 如果我選擇不治療會怎樣？
- 治療會影響我的生育能力嗎？
- 治療後，絕經的現象會提早到來嗎？
- 我的性生活會受影響嗎？
- 在治療後，我仍需要定期做抹片檢查嗎？





## 妳的感受

大部份人獲知自己患上癌症時，都會感到徬徨和不知所措，心情混亂及情緒起伏不定。你不一定會經歷下列所有的感覺，感覺也不一定跟下列的次序相同。然而，這並不表示你應付不了癌症。情緒的反應因人而易。情緒也沒有對錯，面對不同階段的情緒是患者適應病症過程的一部份。伴侶、家人和朋友也經常會有類似的感受，在適應期間與你一樣，需要不斷的支持和指引。



### 震驚和不相信

*「我不相信!」 「這不可能是真的!」*

在診斷出癌症後，你往往會有這些即時反應：變得麻木、呆滯，無法相信所發生的事實。震驚後最常見的反應是難於吸收醫生所提供的資料，因而不斷提出相同的問題，讓對方一再重覆告訴你相同的資料。由於這種不肯相信自己患病的感覺，使患者很難與家人朋友談論自己的病症，另一些人則會強烈地渴望與周圍的人討論自己的病症，這也許是幫助他們去接受癌症消息的方法之一。



## 恐懼和不安

*「我會不會死?」 「會不會痛?」*

「癌症」，一個可怕的名詞，圍繞著恐怖和誤會。幾乎所有剛剛獲知患上癌症的病人，最大的憂慮就是：「我會不會死?」

事實上，許多癌症如果能在早期發現，現在都可治癒，子宮癌治癒的機會尤其大。

即使不能完全治好，現代的療法通常可以控制病況多年，不少的病人可以過著幾乎是正常的生活。

「會不會很痛?」「我受得了嗎?」也是常見的恐懼。其實，很多癌症患者根本不感到任何痛楚。對於需要承受痛楚的患者來說，現在有不少新藥，可以有效的減輕或消除痛楚。

不少患者擔心治療是否有效，自己能否應付治療所產生的副作用。如有困擾，應與醫生詳細討論。將你要問的問題列一份清單。如果不明白，毋須害怕請醫生重覆回答或解釋。

你可以由親友陪同應診。如你的心情混亂，親友可以記下你可能會忘記的診治意見，也可以由他們向醫生提出存疑的問題。有些人害怕進醫院，尤其是從未進過醫院的人。與醫生談論這些恐懼，他的回答及所提供的資料可以使你安心。

患者有時會覺得醫生未能完全回答他提出的問題，或認為醫生的答案含糊，不願斷定你的癌病是否已經根除。醫生從經驗中知道某一種療法可使多少患者獲益，但是無法預知個別患者的未來結果，所以不能

保證你的癌症是否完全根治;但是對這種不明朗的前景，患者往往會非常困擾。

對未來的不確定，會造成很大的精神壓力。恐懼和幻想往往較現實情況更可怕。所以，對疾病的認識越多，越能幫助你安心。與家人朋友談論感受也可以減輕你不必要的憂慮和疑惑。

## 否認

*「我沒事!」 「我沒有生癌!」*

有些人不願意談論自己的疾病，也不願意接觸有關癌症的任何資訊，這是他們面對癌症的方法。如果你有這樣的想法，只須用堅定的語氣告訴周圍的人，你不準備談自己的疾病，起碼暫時不想談論。

有的時候，反而是你的家人、朋友不大願意談及你的疾病。他們表面上忽視你得了癌病的事實，盡量少談你的憂慮、病徵，或者轉變話題，認為這樣會減少你的焦躁，有時反而使你覺得自己是在孤軍奮戰。

如果親友的態度使你難過，可以告訴他們你的感受。讓他們知道你了解自己的病情，並要求他們的支持和幫助。

## 憤怒

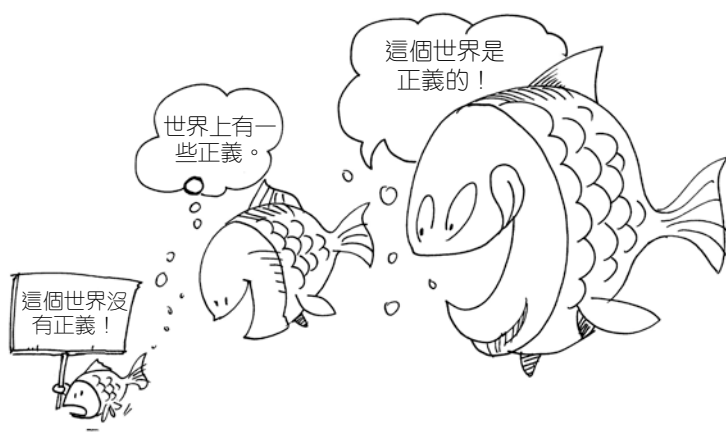
*「為何偏偏選中我?為什麼偏偏要現在發生?」*

憤怒可以掩飾恐懼或悲傷的情緒。你可能把一切不滿發洩到親人、好友甚至照顧你的醫生或護士的身上。有宗教信仰的人，也可能對上帝

感到憤怒。

患者對疾病感到痛苦是可以理解的，所以你不必對憤怒的想法或者不穩定的情緒感到內疚。親人或朋友未必了解你的憤怒不是針對他們，而是針對你的病。

當你的怒意消退時，在適當的時間，可以向他們解釋。如果你感到難於啟齒，可請他們閱讀本小冊子。與家人的相處困難，也可以向心理輔導員或癌症團體求助，癌協熱線的電話是3656 0800。



## 埋怨與內疚

*「如果我沒有...，就不會生癌。」*

有些人將患病的原因歸咎於自己或其他的人，嘗試為疾病找出藉口。對他們來說，找出患病的原因，心理上會好過一些。事實上，連醫生也不知道癌症確實的起因，所以你也毋須自責。

## 怨恨

*「又不是你生病，你怎麼知道其中的痛苦？」*

怨恨和煩躁是可以理解的，在患病及治療期間，由於不同的理由，這種情緒可能常常湧現。親人也可能抱怨你的病打亂了他們的生活秩序。

如果能夠坦誠的討論自己的感受，通常對每個人都有幫助，將怨恨的情緒壓抑在心底，反而會令人憤怒和內疚。

## 退縮和自我孤立

*「別理我！」*

在患病期間，有時候患者需要一段時間獨處，以便整理自己的思維和情緒。但是對渴望與你分擔的家人或朋友來說，此舉可能令人難堪。如果你能告訴他們，雖然你現在不想提自己的病情，但只要你一準備好後便會與他們談論，這樣可以使他們安心。

有時候，情緒抑鬱也可能使人不願意說話。若是這樣，可請醫生開一些抗抑鬱的藥品，或者請醫生轉介其他輔導癌症情緒的專科醫生。



## 學習如何應付

癌症治療後，需要一段很長的時間去面對情緒問題。你不但需要接受患癌的事實，還要應付癌症治療對身體所帶來的副作用。

子宮癌的治療雖然導致很多令人不快的副作用，但很多患者在治療期間仍然過著正常的生活。顯然，你須請假進行治療，也需要在治療後休養。只需按照自己的步調生活，盡量多休息。

把心理的感受表達出來，不僅能幫助自己整理思維，也可以幫助其他的人了解你的感覺。你也許發覺跟心理專家談話，或與有同樣遭遇的人交換彼此的經驗會很有幫助。**癌協**中心（電話 2323 2526）可以提供心理輔導醫生和互助組織的資料。

即使對自己的疾病感覺到應付不來，也無需感到挫敗。多與其他人分擔你的感受，會使他們更容易伸出援手。





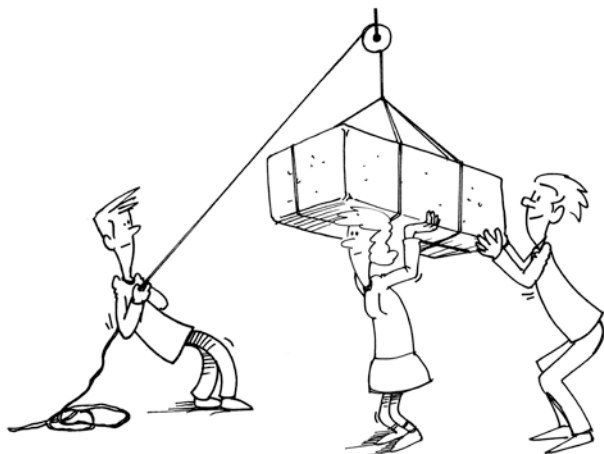
## 親友可以做些什麼？

有些人覺得與家人談論癌症或分擔情感是一件非常困難的事。不少親人的第一個反應是不要告訴患者得了癌症，他們擔心病人不能接受這個消息。如果決定不告訴患者，家人就要隱藏事實和資訊。在家中保守這些秘密並不容易，同時也會孤立病人，使得患者更加害怕，也令家人的關係變得緊張。其實，即使沒有人告訴患者病情的真相，不少患者也會懷疑猜想。

不論你是患者本人還是患者的摯友親朋，均應多接觸親友中人生態度積極的人，他們必定比態度沮喪悲觀的人對你的幫助更大。

伴侶、家人和朋友仔細聆聽患者的感受，對病人來說會有很大的幫助，不要急不可待的與患者談論病徵。當患者願意談論他的病況時，仔細的聆聽已足夠。

香港癌症基金會出版了一本小冊子《與癌症病人交談》，是專為患者的家人朋友而寫，內容涉及與人傾談癌症時所遇到的困難。你可以向**癌協**索取，電話 **3656 0800**。





## 與子女溝通

與子女談論自己的病情並不容易。向子女透露多少，視乎他們的年齡和成熟度而定。對年紀較小的孩子只需要簡單解釋，為什麼他們的親人或朋友需要進醫院已足夠。年紀稍長的兒女，可用好細胞和壞細胞的故事解說。

不論是什麼年齡的孩子，都需要不斷的告訴他們癌症不是因為他們引起的，讓他們安心。不論他們是否流露出來，子女常常會自責，並在長時間內感到內疚。十歲以上的子女多數能夠明白較為複雜的解釋。



青春期的子女在應付這些情況時會感到特別困難，因為他們正在開始脫離家庭，剛剛才獲得部分獨立及自由，此時會感到被迫回到家庭。

開放與誠實的態度是與兒女溝通最佳的方法。細心聆聽他們的恐懼，也要留心他們在行為上是否有轉變，因為這可能是表達他們內心感受的一種方式。

與子女談話時，最初只需透露一點資料，然後逐步把病症的詳情說出。即使是幼童也能夠感覺家裡有事發生，所以不要把他們蒙在鼓裡，隱瞞只會使他們更加猜疑不安。



## 你可以做些什麼？

剛證實患上癌症時，許多人有無助的感覺，認為只能把一切交託給醫生和醫院。但是事實並非如此，這段時間，你和你的家人可以做的事很多。

### 了解你的病

你和家人對癌症和治療方法了解越多，就越容易應付癌症，起碼你知道這個「對手」的情況。

醫療資訊如果正確可靠，可以避免不必要的驚慌。最可靠的資料應來自你的主治醫生。如前文所述，可在應診前列出問題清單，或由朋友、親人陪同應診，以便提出患者希望知道而容易忘記的問題。至於其他的資料，請參閱本冊子結尾部分。





## 實用和正確的工作

接受治療後，有些患者無法做一些以往認為理所當然的工作。當你的身體逐漸好轉，可以先訂立一些簡單的目標，慢慢地重建信心。

有人提出「與疾病搏鬥」的想法，這是一種健康積極的心態。其中一個簡單可行的方案是，為自己設計一套健康均衡的飲食。另一個可行的方案是在家中聆聽CD，學習一些鬆弛自己的方法。這些資料可向癌協中心查詢。

很多人覺得定時做運動很有幫助。運動的方式和次數，要視乎你的身體情況而定。可定下實際的目標，按步就班而行。

如果對改變飲食或運動沒有興趣，你可以做一些自己喜歡做的事。有些人喜歡維持原來的作息規律。也有人願意去渡假，或投入於自己的嗜好。



## 誰可以幫忙？

### 香港癌症基金會的互助網絡

在香港六個主要的公立醫院內，我們都設有**癌症病人資源中心**。在社區中我們也設立了兩個服務中心，為癌症病人及家屬提供免費的資訊和諮詢服務。聯絡電話請見附錄。

#### ● 癌症病人資源中心

在醫院接受診斷後，**癌症病人資源中心** 往往是癌症病人第一個得到支援與資訊的地方。這些中心提供認識癌症、應付癌症的小冊子，並在情緒上支援病人和家屬。

#### ● 癌協服務中心

我們在社區中的兩所 **癌協服務中心**，提供了病人出院後的需要。座落在中環和黃大仙的服務中心，從全方位關注的角度，設計邁向康復的活動，同時著重個人的需要。

#### **黃大仙癌協中心**

**黃大仙癌協** 將十五個癌症支援團體組織起來，成立互助網絡，為癌症病人和家屬提供最好的服務。除了彼此支援，組織各種活動及學習班以外，一些癌症的康復者擔任義工，到醫院探望癌症病人，以過來人的身分給予他們安慰。

#### **中環癌協中心**

寧靜祥和的**中環癌協** 成為癌症病人和家屬在中區的心靈綠洲。該中心著重於個人化的支援服務，有一對一的諮詢，幫助病人紓緩情緒，釋放壓力。中心所有的服務都是免費的，歡迎隨時到訪。

**癌協中心** 的專業團隊包括社工，腫瘤及紓緩科的護士，心理輔導員，提供支援、資訊和特殊的需要。中心提供家庭或個人的諮詢和

傾談，幫助癌症病人及家屬，透過不同的技巧面對治療過程中的種種情緒波動。其中包括學習放鬆，以減輕身體和精神的壓力。中心內也提供豐富的圖書和復健器材。

*“治療本身不難應付，但完成療程後，我始終擔心癌症會復發，覺得很孤單，特別感激病友對我的支持。”*

許多癌症病人內心孤獨寂寞，有苦不知向誰訴，也不知道如何訴說。其中一個解決方法就是聯絡一些癌症病人自助組織。病人自助組織是由一群患得癌症的人，或癌症病人的家屬所組成的。在自助組織中，談論「癌症」這個詞匯不是一個禁忌。在那裡，談論自己患癌的經歷，內心的恐懼、憂慮和希望，可以得到共鳴。

參加這些病人自助組織，可以認識一些和你有類似遭遇的人，不但可以減輕孤獨的感覺，更可能讓你有重新掌握自己生命的感受。

親友們也會發覺這是一個能夠暢所欲言的地方，大家能夠坦誠的交流彼此的感受。

### • 24小時熱線電話

由專業人員提供個人或家庭的輔導，幫助病人和家屬應付由癌症引起的生理或心理問題。**熱線** 電話為 **3656 0800**。

索取其它癌症的資料，請電癌協中心 (電話3656 0800)。

歡迎瀏覽我們的網頁：[cancer-fund.org](http://cancer-fund.org)

本小冊子由香港癌症基金會出版 2015

所用資料取材自：

Understanding Cancer of the Uterus by BACUP

# 行動送關懷

我們提供免費癌症資訊與服務

熱線：3667 3000 (香港) 3656 0800 (九龍)

歡迎瀏覽我們的網頁 [www.cancer-fund.org](http://www.cancer-fund.org)

