

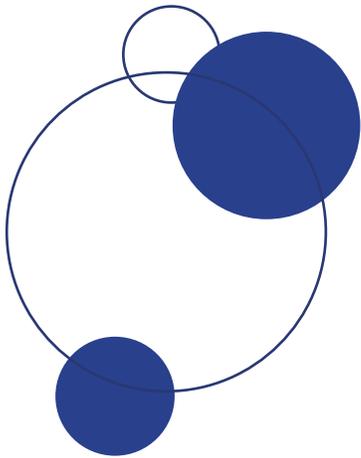
2

治療中

本章節敘述在治療這段時間裡，日常生活中遭遇的問題以及處理的方法。所有的癌友在治療期間或治療後，都或多或少經歷一些副作用，這是由於在治療的過程中，身體其他器官的正常運作受到了影響而造成的。有些副作用的程度並不嚴重，身體會自然修復，有些副作用會太強烈而造成長期的後遺症。

本章節就一般治療中應注意的事項，和常見的副作用與後遺症作一個深入的探討：

- 家庭醫護需求
- 事前醫療計劃
- 治療癌症引發的副作用
- 就業問題
- 財務問題



家庭醫護需求

一些癌友在治療期間或治療之後需要專門的醫療協助，家庭醫護服務可以幫助這些癌友，在家裡得到臨時或長期的醫療照顧。

家庭醫護服務

一般而言，家庭醫護服務通常比醫療機構提供的醫護服務費用上省很多。但是若有需要的話，還是以醫院或醫療機構的醫護服務為主。

家庭醫護人員包括：

- 家庭醫護助手
- 物理治療師
- 護士
- 職能治療師
- 社工
- 語言治療師

家庭醫護服務包括：

- 抽取檢驗樣品
- 打理日常生活，如洗澡
- 規劃營養
- 管理藥物，如抗生素、止痛劑
- 提供食物
- 使用醫療用品或設備

家庭護理類型

家庭醫護服務分為兩種類型：

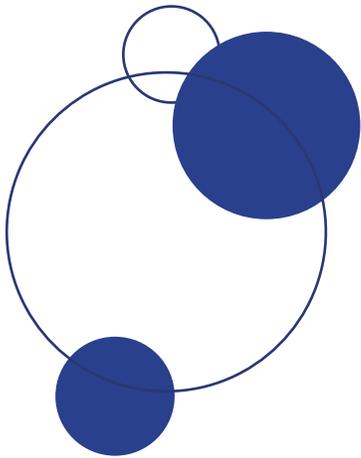
- 短期（或急性）家庭護理，主要是教導癌友如何照顧自己，以求獨立
- 長期固定的家庭醫護服務，是針對無法獨立的癌友的護理服務

瞭解家庭醫護的服務項目，確認癌友的保險計劃所承保的家庭醫護內容，並且向保險公司申請一份有關此項書面文件，請注意：家庭醫護服務通常是需要醫師處方的。

家庭醫護費用

家庭醫護服務費用相當龐大，部份長期的家庭醫護費用可能需要自付，有些私人健康保險或殘疾政策可能可以分擔部分費用。

在特殊情況下找一位私人看護，而不是一位專業醫護人員，花費應該較少。然而找到合適的照顧者並不容易，其中所涉及的法律層面可能比想像來得複雜，例如，作為雇主需要依法替看護人員繳納稅款或購買醫療保險等。



事前醫療計劃

醫療照護事前指示是癌友告訴親人和醫療團隊，自己對於醫療方式的選擇和決定。它明確地傳遞癌友對部分治療的啟動或停止的意願。每個州都有醫療照護事前指示的相關法律條文可以查詢。

醫療照護事前指示是讓癌友事先選擇自己屬意的醫護服務項目，該文件必須經過簽字及公開見證的過程，才算完成。如果沒有預先醫療指示的安排，醫護人員通常會與家庭成員討論可以選擇的醫療照護方式，然後做出醫療的決策。

事前醫療計劃的兩個最常見的類型：

醫療指示永久授權書(Healthcare Power Attorney)

醫療指示永久授權書是授權癌友參與制訂自己意願的醫療計劃的法律文件，目的是確保癌友得到自己決定的醫療方式。這種法律文件需要委任一名成年人作為代理人，該文件允許癌友把合法醫療決定的權利在特殊情況下轉介給委任代理人。這種權力的轉移只適用於當癌友已經失去能力為自己做出決定的時候。多數會選擇親人或好友為委任代理人。重要的是這位代理人要完全依照癌友的意願，執行癌友的指示。

生前遺囑(Living Will)

生前遺囑是明確的指示癌友的家庭成員和醫療團隊對於醫療和護理方面的選擇。包括對延長生命方式的看法，例如，人工進食。不過生前遺囑，只是代表癌友的醫護選擇，不如醫療照護事前指示永久授權書來的寬廣和效用。

事前醫療計劃可參閱美華慈心關懷聯盟網站www.caccc-usa.org

文件的整理與保存

癌友在漫長的治療期間，面臨的另一個挑戰是日積月累的文件處理和保存，癌友可能會認為整理這些文件費力不值得，其實文件的整理和保存可能會解決許多意想不到的狀況。如果癌友覺得自己沒有精力去整理記錄，一定要找人協助辦理。

整理和保存文件不一定要做得正式，用檔案櫃、盒子或是活頁夾來歸類重要文件即可，不需要有太高的要求，只要適合自己的方式即可。

文件的記錄

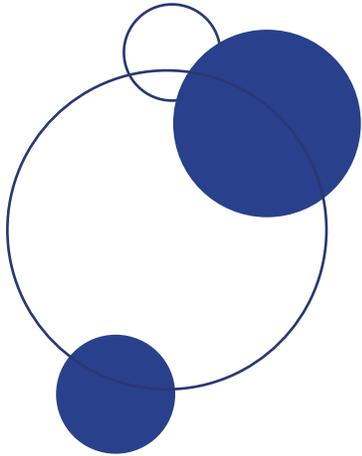
從收集和審查過的文件和記錄開始，包括：

- 員工福利記錄
- 保險單、收據及其他保險記錄
- 社會安全福利金的記錄
- 醫療記錄，包括處方藥的收據
- 個人財務記錄
- 預設醫療和財務管理的指示
- 遺囑、生前信託及監護指示
- 醫療保險文件副本
- 與醫療團隊、律師、會計人員的溝通記錄包括日期、交談人姓名及談話內容

向有關單位申請一份手中缺少的重要文件副本，文件按類別和日期排列，以便日後查核。

文件的保存

對於重要法律文件的副本可以直接交付託管人，或是告訴他們副本保存的地方，同時自己也保存一份副本。文件存儲在安全的地方，確保信任的親友知道這些文檔和保管鑰匙的所在地。醫療照護事前指示的正本由自己保留，副本交給醫護人員、醫院的記錄部門及醫療代理人保存。



治療癌症引發的副作用

所有的癌友在治療期間或治療後都可能產生一些副作用，這是由於在治療的過程中影響了身體其他器官的正常運作而造成的。有的時候副作用的程度並不嚴重，而且會漸漸消失使身體恢復正常；不幸的是，有些副作用一直會存在，成了長期的後遺症。

以下幾種情形較為常見：

血液系統的病變

- 紅血球偏低的症狀是身體疲勞、呼吸短促、心跳率增加、頭暈或頭昏眼花、頭痛、胸部疼痛、皮膚蒼白
- 當白血球偏低或發生感染時的症狀有：皮膚發紅、身體腫脹、在傷口部位形成膿液、咳嗽、痰多、常流鼻涕
- 血小板偏低的症狀有：傷口不易止血、容易形成瘀傷或瘀斑
- 經常會碰到的出血情況有：瘀傷（血腫）、損傷、流鼻血、直腸出血、陰道出血
- 高血壓。導致高血壓的原因很多：包括肥胖、缺乏運動、攝取過量鹽份、咖啡因、酒精、藥物
- 低血壓。導致低血壓的原因可能是：貧血、脫水、飲酒過量

表皮系統病變

- **口腔潰瘍**

化療藥物、放射線治療或手術都有可能造成口腔潰瘍，進而發展為疼痛性潰瘍和感染，干擾進食、說話、味覺、咀嚼、吞嚥，通常會持續數天之久

- **皮膚反應**

化療後皮膚有反應是常見的，而且所有的藥物都可能引發皮膚反應。皮膚反應包括：皮膚乾燥、潮紅現象、色素沉著，指甲變化、脫髮等

- 過敏反應也被稱為超敏感反應，這是因為免疫細胞受到誤導或過於活躍而造成的結果，引起局部組織損傷，而影響整個身體的變化。常見的症狀有風疹塊、局部腫脹，臉部泛紅及皮疹

消化系統病變

- 噁心或嘔吐是由口腔或胃部不適而造成的
- 食慾不振和早飽，一般是指沒有餓的感覺、沒有吃的慾望、沒有味覺或是只吃少量食物就產生飽足感，不想再繼續吃

排泄系統病變

- 經常性膀胱發炎
- 排便困難或經常性便秘

神經系統病變

- **周邊神經(周圍神經、末梢神經)病變**

症狀主要有手或腳，甚至四肢的麻木、刺痛或燒灼的感覺、嘴唇周圍麻木、喪失碰觸感、拾取東西有困難或沒法用扣子、腿部痙攣無力或手腳疼痛及缺乏位置感

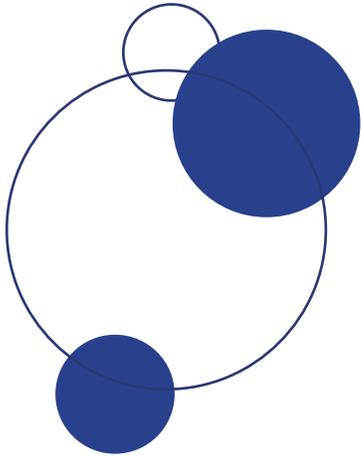
- **中樞神經病變**

症狀有認知技能受損、誘導癲癇發作、記憶喪失、干擾平衡和運動能力、產生幻覺

- **大腦混亂和認知困難：**

症狀有

- 無法記住事情，注意力不能集中，分辨不清方向
- 學習新的東西困難度高，或是做了一遍又一遍的事情，還是記不得
- 當天所發生的事情想不起來
- 情緒和行為（情緒波動）變化多端
- 身體勞累虛弱，很難做任何正常活動
- 睡眠有困難，經常失眠，身體得不到休息
- 認知的困難，開始是輕度的困惑，可能不會產生行為變化，慢慢到嚴重的混亂困惑，最終導致行為脫序，或是行為不恰當
- 如果身體有感染，則會發熱，或者畏寒



就業問題

癌症治療期間可能很難兼顧工作，事先要為無法工作而必須休假的可能性及早做準備。如果癌友目前正在工作，應考慮是否還能繼續勝任目前的職責，如果不能，變更工作內容或時間，也不失為緩衝之計。

有些癌友為了收入和醫療保險，在癌症治療期間仍然繼續工作；也有些癌友是在癌症治療完成後，才恢復上班，或是改為兼職，或在家工作一段時間，還有一些癌友完全改行或不工作。決定工作的重要因素取決於癌症治療對癌友的影響，要根據自己的情況，做出必要的選擇。

繼續工作

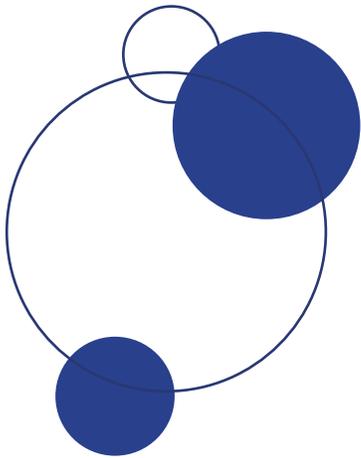
癌症治療期間或許會影響工作能力，是否告訴雇主罹患癌症是個人的選擇。如果癌友的工作能力沒有受到影響，可以選擇不立即通知雇主，如果通知了雇主，他也可能會做些適度的調整，幫助渡過難關。

如何告知雇主，並取得雇主的協助？不妨請教醫護人員，找出一個過渡時期工作方案提供給雇主，例如：改變工作時間、改變工作性質、居家工作等。

『醫療假』法

依照聯邦政府家庭「醫療假」法(Family and Medical Leave Act, FMLA), 員工每年最多有12周的醫療與家庭無薪假福利, 並嚴禁雇主報復請假的員工。癌友可與醫療團隊評估可能需要請假的長久, 雇主是否接受在法律規定的假期之外, 留職停薪與繼續提供團保? 申請復職的條件? 與雇主合作安排請假期間的職務代理事項。

<http://www.cancer.org/treatment/findingandpayingfortreatment/understandingfinancialandlegalmatters/family-and-medical-leave-act>



財務問題

癌症治療的過程會帶來許多財務方面的挑戰，癌友除了要考慮如何為自己的特殊時期做好準備外，是否需要購買殘疾保險、是否有卡債、動產以及不動產的抵押或貸款；還要思考如何維持經濟來源的穩定，甚至需要有額外的收入來源，以備不時之需。

開源節流

通常增加額外收入的方法不外乎是出售個人物品或不動產、兌現保險單或動用存款，但是，在做出此類決定之前，可先諮詢親友，也許有人願意給予個人貸款或其他方式的財務支援。另外，某些非營利性機構會提供免費或低收費的醫療保健方案，有些機構還提供免費藥物，或協助支付保險自付款項(Copay)或醫療旅行的開支，可詢問醫院社工人員，幫助尋求社會資源。

有關財務管理，詳查每個方案的優點和風險，慎選可行的方式來增加額外收入；謹記每項方案都可能影響到稅務的處理。

提取退休帳戶

每個退休計劃都有從帳戶提早領取的規則，不過提早領取可能要支付費用和繳稅：

- 評估是當前或是退休時，更需要這筆錢

- 確認個人退休計劃中的規則
- 與相關人士討論提早使用養老金的利弊

退休帳戶提早領取的影响：

- 縮減退休帳戶的金額
- 喪失以免稅或延遲付稅的優惠
- 失去了部份信用評分和稅收優惠
- 需要報稅
- 要付罰款
- 可能要付手續費

使用信用卡

在癌症治療期間，可能要動用信用卡做為救急支需。但是使用信用卡有時會造成更大的危機，例如，用信用卡支付治療開支，日後可能導致難以申請經濟援助，不妨多向社工人員或財務專家詢問支付醫療費用的最佳方法。

處理財務危機

在財務危機時，儘可能減少開支。若有欠債，主動連繫債權人，說明自身的情況，提出日後償還債務的方案，務必要在討債公司介入之前做到這一點。有些債權人可能願意幫助病患找到一個中庸的解決方法。如果癌友有一段時間不能工作或失業，可能有資格申請部分貸款和信用卡債務殘疾豁免優惠。

如果無法支付醫療費用，可以連繫地方性的社會局服務辦公室或醫院社工，查詢解決財務問題的方法。與此同時，可與醫院計費單位和保險公司研擬一份延期付費計劃表，總之，儘快採取行動，處理財務問題才是上策。

財務危機協助機構如：

- 社區醫療保健中心
- 醫院和醫療中心的財政援助方案
- 聯邦和州的醫療福利計劃
- 退伍軍人醫療福利
- 殘障或老人的社區計畫
- 教會或其他宗教組織

破產

有的時候，冗長的癌症治療會導致癌友債台高築，最終只能申請（或宣佈）破產。這是處理債務的法律權利，由聯邦法院體系監督裁決。如果必須採取這個方法，向律師或非營利性的法律諮詢服務尋求協助，以瞭解申請破產的現行法律規定。申請破產雖然是件很不幸的事，不過，破產並不意味著犯罪。許多癌友無法避免財務危機，因為在人生的軌道上，從來沒有人預先計劃罹患癌症，而且癌症治療的費用往往是天文數字，如果真的必須申請破產，沒有必要感到內疚或羞愧。

處理財務本來就充滿了挑戰，特別是在已經非常艱困的抗癌路上。財務顧問、值得信賴的親友都可能幫助你渡過這個危機。

2 治療中總結:

- 在治療癌症的過程中，與醫療團隊高度配合是非常重要的。癌友如果要自行改變療程，或是有身體上的不適，都必需與醫療團隊人員詳細報告，以免耽誤療效而造成終生遺憾。
- 把自己財務方面的事項做一個妥善的處理，這是對自己與家人負責任的表現。如果發現有嚴重的問題，也可以及早尋求協助或採取最合適的解決方法。
- 儘可能做好醫療照護事前指示，以免有突發狀況時，不致於措手不及而導致醫護人員或家人的困擾，同時對治療後的生活狀況也有穩定的作用。
- 治療中引發的副作用大多無法預期，病變的狀況也因人而異。與醫療團隊保持密切聯繫，並採取妥善的處理方法，可能會使發作的情況減輕，並且有助於恢復正常。
- 治療中如果使用中藥，務必要告訴主治醫師，使醫師有效反應在治療方案上，並且避免藥劑間的交互作用。

中藥的特別諮詢請參考www.elcaminohospital.org/chi

『華人耆英醫療健康指南』第一章：如何安全使用中藥。