



CANCERcare®

800-813-HOPE (4673)

Email info@cancercare.org

Web www.cancercare.org

應對肺癌

當您確診患有肺癌時，您可能會因為與肺癌有關的情緒、生理以及日常生活方面的困難而需要幫助。感到不知所措、焦慮和恐懼都是正常現象。但是，您可通過與您的醫護團員（如：醫生、護士、社工、營養師）溝通，採取一些具體的步驟來幫您克服困難。

瞭解您所患的肺癌

您可能會上網搜索肺癌統計數據，可是，您的醫護團員才是最適合解答您個人健康和治療問題的人仕。

在看醫生前，您可寫下您對治療和副作用的疑問，以及您對生活質素所關心的問題。請一位朋友陪您一起看醫生，以便在會面時幫您作好記錄，在稍後的時間詳細了解醫生給您的資料。

您對自己的疾病及治療方法的選擇瞭解得越詳細，您就越有信心運用這些知識作出最適合的決定。

肺癌的治療和副作用

肺癌是一種強烈的疾病，因此，治療方案也可能很強烈。您的醫生將根據您當前的病情階段來選擇治療方案。

如果肺癌發現得早，手術可能是其中一種治療選擇。手術後可能產生的副作用包括胸部和手臂疼痛及虛弱。

化療或放療可能令您覺得不舒服；讓您懷疑療法是否有效。您可能會有以下反應：

- 噁心和嘔吐
- 脫髮
- 疲勞
- 皮膚乾燥、發癢、生皮疹
- 口乾、咽痛
- 口腔潰瘍
- 腹瀉、便秘



吸煙與肺癌

跟其他癌症相比，肺癌是獨特的，因為社會對肺癌有明顯的偏見。由於百分之八十五的肺癌均由吸煙引起，一些人會問：“您是不是以前吸煙？”遇到人問此類私人問題可能會讓您覺得在被攻擊一樣，生氣也沒有用，倒不如告訴對方：“除了吸煙之外還有很多原因可能導致肺癌，包括環境因素。”這樣子您就將一個不體諒的問題轉化為教導他人瞭解肺癌的機會，這可能是對抗肺癌偏見的一種最有效的方法。

一些肺癌患者在治療期間和之後繼續抽煙。煙草增加肺癌治療的併發症，並可能會降低治療的功效。雖然科學家們還在研究吸煙對生存率的影響，他們已確定戒煙可以減少感染第二種癌症的風險。

同您的醫生傾談和瞭解吸煙怎麼影響肺癌治療的效果和生存率。如果您想戒煙，您的醫生也可提供有關戒煙的資料。

在治療過程中，跟專業輔導員討論應對策略可能會非常有用。如：使用想象力幻想治療摧毀了癌細胞可幫助一些病人忍受身體的不適。

如果您感受到任何副作用，請務必告訴您的醫生，副作用是可以控制或避免的。



尋求支持

您的治療可能會讓您經常感到疲倦。不能經常地參加一些患病前能參加的活動可能會讓您感到沮喪。瞭解您自己的極限並重新訂定您的期望可能有助於您減少挫折感。

任何人都不應該獨自面對癌症。通過談話表達自己的情緒是非常重要的。癌症社工或專業輔導員可提供克服各種情緒的輔導和支持。此外，輔導員還可以幫您逐步應對肺癌診斷和治療。

坦誠地將您的內心感受告知您的醫護團員。他們是幫您在治療期間應對問題的重要資源。

CancerCare 可以提供幫助

如果您或您的親人已被確診患有肺癌，請聯繫 CancerCare。我們是全國性的非盈利機構，專門為癌症患者提供免費、專業的支持服務。我們的服務包括：個人諮詢、互助小組、教育、經濟幫助，以及轉介至其他資源。欲瞭解更多信息，請致電

800-813-HOPE (4673) 或登錄我們的網站 www.cancer.org。

尋求經濟援助

此處提供的建議將幫助您克服肺癌治療所帶來的經濟壓力：

- 同您的醫護人員討論治療方案的預算費用。
- 聯絡您的醫療保險公司、諮詢您保單的具體條款和保險額度等信息
- 請醫療保險公司提供給您索賠和上訴的程序
- 聯繫您單位的人力資源部，瞭解病假津貼以及長、短期殘障福利
- 清楚瞭解您目前的財務狀況：列出您目前的流動資產，包括儲蓄和支票帳戶、有價證券，以及您當前的負債情況
- 聯繫主要債權人，討論推遲或延長還款的總策略
- 如果您貧困以及沒有醫療保險，請聯絡當地的社工服務機構幫助你申請州政府的醫療補助計劃
- 如果您因為肺癌而再不能工作，請聯絡社會安全局申請殘疾金
- 您的癌症社工可以幫您尋找一些能為癌症患者提供經濟援助的機構

感謝 Morphotek 有限公司對本計劃的教育撥款。



CANCERcare

National Office • 275 Seventh Avenue • New York, NY 10001

© 2012 Cancer Care, Inc.