



光鹽社癌友關懷網 - 2009 年 5 月活動預告

休士頓癌症資源介紹(II)

在華人的十大死因中，癌症一直是高居第一位，平均每兩位男性一生中，就有一位會得癌症；女性一生中，每三位就有一人罹患癌症。因此，癌症對華人社區的衝擊，遠超過其他疾病。再加上目前居住在休士頓地區的大部分華人是新移民，往往面臨文化和語言上的障礙，因此當自己或周遭親朋好友罹患癌症時，常常是不知所措，不知道其實主流社會可以免費幫助他和他的家人渡過難關。為此，光鹽社癌友關懷網在 5 月邀請主流社會的癌症網織來到華人社區。各個組織的代表們將介紹他們所屬的癌症組織有那些資源和服務項目可提供給華人癌友和家屬們，這些組織包括美國防癌協會(American Cancer Society), Susan G. Komen for the Cure, Lymphoma and Leukemia Society, Networks of Strength, CanCare: Fighting Cancer with Hope, MD Anderson Cancer Center, Cancer Counseling/Asian American Family Services, Houston Hospice 和 Adam's Angels: Serving Families Who Face Childhood Cancer。(現場中文翻譯)

時間：5 月 2 日，星期六，**下午 1 至 3 時**
 地點：華人聖經教會 (Chinese Bible Church)
 6025 Sovereign Dr., Houston, TX 77036
 聯絡電話：713-988-4724, 281-799-7574

光鹽社特殊關懷中心5月份聚會

介紹有關自閉症治療的最新進展以及 相關問題解答

主講人

貝勒醫學院助理教授 Mirjana Maletic-Savatic (MD, PhD), Mirjana 教授是自閉症專家，演講後有聚餐和舞蹈 歡迎大家參加。

時間：5月16日, 星期六, 下午3-8 時
 地點：台福教會 (12013 Murphy Road, Houston, TX 77031)
 聯絡電話：713-988-4724, 281-265-5435

乳癌互助小組 5 月活動預告

主題：如何在人生逆境中找到平安喜樂

主講人：徐靜萍博士
 University of Texas-School of Public Health

時間：**5 月 9 日, 星期六, 下午 2 到 4 點**
 地點：希望診所 (Corporate Dr., Suite 120, Houston, TX 77036)

目錄:

活動預告	1
活動摘要	2
詩篇 88 -- 一篇沒有答案的詩	3
骨轉移癌	4
方禎鋒醫師見證 分享摘要	6
光鹽家訊	7

顧問 陳康元 王禮聖 沈彥偉
 袁昶黎 黃嘉生 劉如峰
 江桂芝

理事長 鄧福真

副理事長 錢正民

總幹事 孫紅濱

財務 葛芊

理事 孫威令 朱法山 葛芊
 韓雯 曹松 劉會緣
 李輔仁 彭灼西 方方
 戴秋月

製作中心主任 胡兆祖

行政助理 林麗媛 王瑞淦 孫琪

癌友關懷 鄧福真 廖喜梅 韓雯
 錢正民 黃玉玲
 黃惠蘭 盧麗民
 蘇韻珊

福音廣播 陳莉莉 李育羣 江桂芝
 孫威令 李淑美 唐萬
 千 冷國總

特殊關懷 曹松 曹王懿 謝美華
 彭灼西 劉山川

粵語飛揚 方方 Angel簡 Daniel
 Yam

財務委員會 孫威令 葛芊

審計委員會 江桂芝 朱法山

移民諮詢 沈彥偉

光鹽社廣播節目

每週一至週五 10:30-11:00am. 於AM 1320 播出 或上網 www.light-salt.org

心靈加油站 (每週一) 主持人: 陳莉莉, 李育群
 連結教會 關懷社區系列

粵語飛揚 (每週二, 三, 四, 五)

5/04	蒙福家庭：訪問 林徐玉仙師母 (西區曉士頓中國教會)
5/11	新造的我：訪問 宗小玲 (西區曉士頓中國教會)
5/18	陳涵生牧師 & 徐安惠師母：科學與信仰從大學的學堂到教會的教堂
5/25	誰是我的鄰舍：訪問 Doc. Frank Varro & Margo Varro 自稱是雞蛋的美國人傳道夫婦，一顆愛華人的心，如何學講中文，唱中文歌，關懷華人...

週二	金玉良言 - 耶穌與你
週三	金玉良言 - 世界之最 - 健康飲食
週四	金玉良言 - 節目專訪
週五	金玉良言 - 週末何處去

粵語飛揚網站:

<http://fly1320.webnode.com>

Dr. Janet Hoagland 的不一樣的人生： 醫生，肺癌倖存者和乳癌基因帶原者

Dr. Hoagland- Sorensen 女士主講，鄧福真整理

4月4日光鹽社癌友關懷網邀請到乳癌手術腫瘤醫生 Dr. Hoagland- Sorensen 來到華人社區為大家分享她個人與不同癌症相遇的經驗，及如何在這些逆境中找到正面的積極的價值。

Hoagland- Sorensen 醫生，目前是 The Rose Imaging Centers 的乳房手術特約醫生。The Rose 是政府註冊的非盈利機構。Hoagland- Sorensen 醫生也負責主持該機構專門為年輕乳癌患者設立的互助支持小組。Dr. Hoagland- Sorensen 畢業於紐奧良 Tulane 醫學院，獲得醫學博士學位。之後在德州大學的健康中心和德州醫學中心的附屬醫院做了 5 年的實習住院醫生。1988 年並任德州安德森癌症中心手術腫瘤研究人員兩年。1989 年開始在西南紀念醫院執業，專攻於乳房疾病有關的手術。以下是 Dr. Hoagland- Sorensen 的演講摘要：

Dr. Hoagland- Sorensen 第一次聽到癌症這兩個字，是在她母親 9 歲時。祖母因癌症去世，當時社會大眾對癌症還是很負面的看法，因此，在祖母的訃文上，未提及“癌症”兩個字。當她 13 歲時，母親 35 歲時被診斷出患有乳癌。同樣的，在整個社區中，母親好像是唯一一位得到癌症，所以當時也沒什麼互助支持團體來幫助她；母親最後是在 Southern Louisiana Hospital 去世的。

在祖母和母親相繼因乳癌去世後，她立志要做乳癌專科醫生，如此，她能幫助更多人來對付此種可怕疾病，同時也想藉此增加自己對此疾病的認識。在她進入醫學院第二年（1980 年），發現乳房上有一個腫塊，穿刺後證實是變成癌症之前的細胞病變 (pre-malignant disease)。親眼看見母親因乳癌而去世，她不想走母親同樣的命運，Dr. Hoagland 的個性是喜好解決問題，加上當時尚未發明基因檢測，於是她當機立斷，接受雙乳去除且立即重建手術。手術後，繼續完成 Tulane 醫學院的課程，畢業後到休士頓做實習醫生，為了達成成為專治癌症的醫生，她到安德森癌症中心 (M D Anderson Cancer Center) 接受額外的訓練；1989 年開始自己執業，專治乳房手術方面的疾病。

1994 年 3 月，當她 41 歲時，開始感覺背部和左肩膀會疼痛，且說話常常力不從心，要花費特別的力氣，才能把一句話說完。經核查後，發現患了三期肺癌 (non-small cell lung cancer)。在 M D Anderson (安德森) 癌症中心實習時，有抽煙習慣，但後因在頸部和脛部部門服務時，看見一件與抽煙有關的傷心病例，當時就把煙戒了。

被診斷肺癌時，Dr. Hoagland- Sorensen 算是擁有一個非常幸福美滿的生活，私人診所的業務蒸蒸日上；會計師丈夫也很疼愛她，並擁有 6 個美麗可愛的小孩，最小的女兒當時才 6 個月大，正感覺經過嚴苛的醫科訓練，終於苦盡甘來，人生美麗的地

氈正在眼前坦開。癌症的診斷就好像把此美好地氈頓時拿走了，雖然她有充足的醫學背景，工作上也經常接觸癌症病人，她也決心要做個好病人。知識上，她也知道要如何面對此疾病，但是這些醫學訓練和意志力，並沒有預備她做為一位癌症病人。因為癌症帶來的情緒反應，很難用理性來面對與分析。相反的，正因為這些醫學背景，讓她清楚知道肺癌三期的嚴重性，及未來的預後如何。她親眼看見癌症奪去她母親的生命，想到自己也面臨這不可避免的命運時，內心深感恐懼與不安。在這過程中，她也領悟到所有的醫生都有可能變成病人。

她深信對神的信心和保持樂觀積極的態度，是可以把人從絕望中拯救出來。身為六位年幼小孩的母親，她決心為了小孩的未來，要排除萬難，想辦法生存下去。她的治療療程非常嚴苛，包括手術，同時進行化療和放療。為了把所有的精力放在治療上，她停止執業。醫生告訴她大約有兩年的生命。治療初期，體力仍然強壯時，她常常想要“掌控”周遭的一切，指導醫生要如何治療，也指示家人要如何做。當時她仍然想一方面掌控治療，同時也想保護家人，但後來身體變得非常軟弱無力，軟弱到連抱怨，或甚至找人幫助的力氣也沒有，她總是想做一位好病人。現在回想起來，她說：「應當把醫生當成我的伙伴，一同努力來對付疾病和減少治療所帶來的副作用。」治療過程中，她也學習接受，治療並沒有保證成功的事實。一個病人要對自己的病情及疾病有所瞭解並積極與醫生合作，不要把自己當成一位被動的顧客和受害者。當有不清楚，或不瞭解時，要醫生向你解釋。

治療過程中，她尋求各種社區癌症資源的協助，如 CanCare。Can Care 是一個跨教會，以義工為主，非營利的癌症組織。它的宗旨是幫助新的癌症病友找到另一位曾經患相同癌症的長期生存者。對新癌症病人，長期倖存者帶來鼓舞和希望。在 CanCare，她遇見了第一位 10 年肺癌倖存者。美國防癌協會的“Look Good Feel Better”計畫，也是要幫助正在作化療的婦女們如何打扮自己。此計畫提供免費的假髮，化粧品，頭巾。為幫助體力上的恢復與平衡，Dr Hoagland 也做瑜珈和打太極。

另外一項很重要的，是來自家人的支持與關愛。當她生病時，她的先生不僅照顧她和小孩，同時也是她的啦啦隊和病人權利保護者。順便提的是，她先生也是 3 年乳癌倖存者。她先生胸部上發現有腫塊，她親自為他穿刺，結果是乳癌，且與她一樣帶有乳癌基因。

治療後，Dr. Hoagland 停止執業 5 年，努力專心，重新恢復身心。她讓自己有充足的睡眠和好的營養。當她覺得身體恢復得差不多，且小女兒也上幼稚園，她決定重新回醫生崗位，但是受化療的影響，她的手經常發麻，因此不能再執刀當外科手術醫生，因此她選擇到 The Rose 這個機構服務，這樣她能繼續用她的知識和技術幫助其他人。Dr. Hoagland 也介紹成立於 1989 年的 The Rose 的服務成果和項目。最後她謝謝光鹽社給她機會到這裡來演講。

詩篇 88 -- 一篇沒有答案的詩

薛孔偉牧師主講 鄧福真整理

2月21日曉士頓中國教會薛孔偉牧師在百忙中撥冗應孫明美之邀，參加了特殊關懷中心二月份聚會，並和家長班的家長及成人們分享詩篇 88 篇。以上是當日薛牧師的分享摘要。

詩篇 88 篇

1. 耶和華、拯救我的 神啊！我晝夜都在你面前哀求。
2. 願我的禱告達到你面前，求你留心聽我的呼求。
3. 因為我飽經憂患，我的性命臨近陰間。
4. 我被列在下坑的人中，就像一個沒有氣力的人一樣。
5. 我被棄在死人之中，好像被殺的人躺在墳墓裡；你不再記念他們，他們也和你（“你”原文作“你的手”）隔絕了。
6. 你把我放在最深的坑裡，把我放在黑暗的地方和深淵裡。
7. 你的烈怒重重地壓著我，你的波浪從四方八面把我淹蓋。（細拉）
8. 你使我的知己都遠離我，使我成為他們所厭惡的。我被囚禁，不能外出。
9. 我的眼睛因困苦而昏花；耶和華啊，我天天向你呼求，向你舉手禱告。
10. 你要為死人行奇事嗎？陰魂會起來稱謝你嗎？（細拉）
11. 在墳墓裡有人述說你的慈愛嗎？在滅亡之地（“滅亡之地”原文作“亞巴頓”）有人述說你的信實嗎？
12. 你的奇事在黑暗裡有人知道嗎？你的公義在那遺忘之地有人知道嗎？
13. 耶和華啊！我卻向你呼求，我的禱告在早晨達到你面前。
14. 耶和華啊！你為甚麼丟棄我？為甚麼掩面不顧我？
15. 我自幼受苦，幾乎死亡；我受了驚嚇，以致困惑不安（“困惑不安”原文意義難確定）。
16. 你的烈怒把我淹沒，你的驚嚇把我除滅。
17. 這些終日像水一樣環繞我，一起把我圍困。
18. 你使我摯愛的和同伴都遠離我，黑暗成了我的知己。

首先，薛牧師表示自己不夠資格來此演講，但既然答應了，所以只好遵從了。幾個月前，薛牧師聽到詩篇 88 篇，覺得此一詩篇和聖經中其他所有的詩篇很不一樣。大多數的詩篇，開始有痛苦，以後便有盼望，祝福，或快樂的結語。全卷詩篇中，只有這一篇內容中沒有一點指望和快樂的話語，最後也以“黑暗”兩個字來結束的。

一、詩人日日夜夜不停的禱告 (Day and Night) 1 ~ 2 節

詩篇開始頭兩節，是作者希幔(Heman)向神呼求並渴望他的禱告被神接納，正如路加福音十八章第一節中耶穌要人：「常常禱告，不可灰心。」

二、死亡幽谷的描述 (Shadow of Death) 3 ~ 5 節

詩人描述自己的苦難就像在陰間一樣，沒有氣力，與在墳墓躺著的死人一樣，被人丟棄，並被世界隔絕了。

三、黑暗絕望的深淵裡 (The Present Darkness) 6 ~ 9 節

神允許苦難降臨在他的身上，就好像舊約中的約伯一樣。神給他很多財富和祝福，但突然間神也把他所擁有的一件件拿走，生命變得非常痛苦，他甚至咀咒自己為什麼要來到人間，準備悲慘的面對死亡，離開人世。此詩篇也告訴我們神可以直接或至少允許苦難發生在我們身上。這些苦難是在神的計畫中，神要我們為愛的緣故服事祂，而不是只在物質上服事祂。但是詩篇 88 篇的作者希幔和約伯，並沒有看見神對他們的計畫。我們也是一樣，我們經常看不見，也想不透，神在我們生命苦難中所賦予的計畫是什麼？

四、墳墓中是無法讚美神的？(No Praise from the Dead) 10 ~ 12 節

此節描述作者的情境就好像死的人一樣。死人是無法讚美和稱謝神的，也無法述說神的慈愛和行神蹟奇事的。

作者藉此幾節向神呼求：「為什麼要這樣對待我？」甚至懷疑神，難道祂不要我們讚美祂嗎？

五、神的沈默 (Silent God) 13 ~ 14 節

作者雖然不斷的禱告呼求，神還是沒有回應。

六、一生的苦難 (Life full of Sorrow) 15 ~ 18 節

詩人在這幾節中描述他的苦難是可怕且深重，從小就受苦幾近死亡。對未來也沒什麼盼望，連周遭的親朋好友也都遠離了，黑暗成為唯一的自己。整個詩篇是——黑暗兩字結束，和其他詩篇非常不一樣。

真的如此嗎？

1. 這些深重看似無法脫離的苦難，並沒有直接證據是來自神的不悅。你有健康財富，並不表示神特別愛你，你有病痛苦難，並不表示神不愛你。等將來我們見主面時，一切就都明白了！神在我們身上的計劃就一目了然。

2. 這詩篇幫助我們拒絕把目前的苦難當成人生的最終站，在整個宇宙中有道德法規(moral order)，此法規終究會平衡一切，如果不是在今世，也會在未來的世界回應。

3. 雖然處逆境，此詩篇的作者並沒有放棄持續日日夜夜的不斷親近神，向神禱告。

4. 詩篇的作者是希幔 (Heman)。表面上看來，他好像被神拒絕，但事實上，他的存在是真實的，就好像約伯一樣，神對他有一個更豐富的計畫(Divine Plan)。此項為他準備的大計畫遠超他們人在當時的情境下所能瞭解的。例如，希幔本人一定沒想到，他的詩篇會與其他比較“快樂”(Happy)的詩篇一起被編進聖經中，遺傳萬代。

(接 7 頁)

骨轉移癌

前長庚骨科主任施麗媛醫師

一、前言

在末期癌症病患中，癌細胞會轉移至身體的其他器官，而其中 20% 末期癌症病患會產生骨轉移癌，機會僅次於轉移到肺臟和肝臟。而在所有的骨頭中，以轉移到脊椎最為常見。乳癌、攝護腺癌和肺癌是較常見易產生骨轉移的癌。根據統計 70% 的乳癌和攝護腺癌的病人最終會產生骨轉移，其他的親骨癌症也有 15% 到 30% 會產生骨轉移的現象。在美國的數據告訴我們，2002 年有 35 萬個因癌症死亡的病人有合併骨轉移，可見併發骨轉移癌的病人真多！比較值得慶幸的是轉移到肺臟或肝臟的病人較可能影響其生命，但是骨頭基本上不是一個 vital organ，一旦產生骨轉移也比較和存活率無關，有些癌症產生骨轉移後，經過妥善的治療，甚至可以有存活超過 10 年以上的報告。但是這些病患，常會因為疼痛、神經受壓迫、或病理性骨折必須接受化學治療、放射治療、或手術治療來改善其症狀，不僅病人的生活品質不佳，也耗費相當多的家庭及社會的資源。

二、骨轉移癌的機轉

醫生最常被問到的問題是為何會產生骨轉移？其實骨頭和肝臟或肺臟一樣，是癌症轉移的一個 preferred site of stop，主要的原因和血流動力有關。骨頭、肝臟和肺臟這幾個器官都是血流量大的器官，加上 venous drainage pattern 和 valveless 的血管，使得血液特別容易滯留在這些器官上。但是 cancer 要真正產生轉移其實要經過一個非常複雜的過程，包括癌細胞從腫瘤的原發部位 detach 下來，侵犯入血管中，在血流中存活，在遠處的器官停留，再從血管中跑到組織中，最後還要在組織中生長，長出新生血管使腫瘤能成長。

早在 1889 年，Dr. Paget 就提出所謂的 seed and soil hypothesis(種子與土壤假說)來解釋為什麼會產生 cancer metastasis。近幾年來，由於 biological science 的進步，又將 seed and soil hypothesis 細分成幾個步驟，其中牽涉到許多細胞和分子結構，這也是最近及將來可能發展出改善癌症轉移治療的新機會。若將癌症轉移細分為幾個步驟，第一個步驟就是 migrate 及 exodus step，這裡面牽涉到一些黏黏分子及將組織基質分解的因子，使得癌細胞能夠黏附到血管上並且藉著將組織基質分解通過血管壁進到血流中。到了 target organ，比如說骨頭處後，癌細胞又經過類似但是相反的方法通過骨頭的血管進到骨頭內，這時骨頭可能分泌一些物質吸引這些癌細胞停留下來，稱之 homing mechanism。癌細胞在骨頭停留下來後，再經過新

血管增生，提供營養使癌細胞能增長大，在骨頭停留下來來的癌細胞，並且能進一步分泌各種細胞激素、生長因子、protease 及 hormone，使得蝕骨細胞被激活或增生，造成進一步的骨頭破壞。

三、臨床症狀

骨轉移癌好發的部位以身體的中心軸為主，包括脊椎、肋骨、骨盆、股骨、頭顱骨及肱骨等，就脊椎受侵犯部位而言，胸、腰椎多於頸椎。疼痛是骨轉移癌最常見的症狀，其次是病理性骨折和脊髓神經受壓迫引起的神經障礙。骨轉移癌的疼痛特性是：疼痛通常是持續的，而且越來越嚴重。即使在臥床休息或夜間睡覺時亦無法減輕，這種疼痛剛開始可能可以用一般的止痛藥來控制。因此，常常被誤診為一般退化性關節炎，或腰椎不穩定所引起的疼痛而掉以輕心！因此凡是癌症病患感覺疼痛，一定要先仔細的檢查，排除骨轉移癌的可能性再做治療，切勿當一般退化性關節炎治療或無效再處理，平白耽誤了治療的時機。神經功能的障礙可從明顯的感覺麻痺，運動功能無力到大小便機能障礙。症狀較輕者可能只出現輕微的麻痛，常常被誤診為肌肉纖維炎，或椎間盤突出引起的坐骨神經痛。

四、診斷性的檢查

診斷性的檢查可以幫助醫師作治療計劃，以及評估其預後。對已知原發癌的病人，若為親骨癌症或是病人有疼痛或神經症狀，則診斷的目的第一在界定是否有骨轉移及骨轉移的範圍，是單一處轉移(solitary bone metastasis)？還是多處骨轉移(multiple bone metastasis)？這時可能需要全身的骨掃描檢查。確定骨轉移的範圍後，再進一步要界定骨頭被侵犯的部位是否會引起病理性骨折，須先進一步固定或強化骨頭。普通 X 光大約在骨質受侵蝕 30~50% 以上才能看出變化，所以 X 光檢查只有用來判斷是否有病理性骨折或即將病理性骨折(impending pathological fracture)。若病人有神經症狀或是脊椎骨頭被侵犯，則須進一步檢查 CT 或 MRI，評估是否會引起脊髓神經壓迫，需要進一步的處理。

有少數骨轉移癌病患，並不知其原發腫瘤為何？這時診斷的目的在先找出其原發腫瘤才能做進一步的治療計畫。根據台北榮總的報告，不明原發骨轉移癌的原發癌通常有幾個特色，第一、這些原發癌通常是 deep seated organ，第二、這些原發癌通常是所謂的親骨性癌，第三、這些原發癌通常是在當地或該種族好發的癌症。如此一來，在台灣的華人中，不明原發骨轉移癌的原發癌，幾乎就只有幾個癌，其中最多的是肝癌和肺癌，其次是腎細胞癌。

(接下頁)

五、治療原則與方法

針對骨轉移癌的治療原則可分幾個方向進行，第一是疼痛控制，其次是維持骨頭結構的完整使病人有良好的生活功能。可以使用的治療方法包括止痛藥物治療、放射線治療、放射性藥物治療、手術治療、標靶性藥物治療、荷爾蒙治療、化學治療及其他等。

骨轉移癌引起的疼痛，輕者可以給予非類固醇抗發炎止痛劑治療，當疼痛未能獲得明顯改善時，可改用進一步的弱鴉片類藥物，最後使用強鴉片類藥物。WHO 從 1980 年代開始 develop 出所謂的三階段控制骨轉移癌痛的原則，其基本精神就是不應將鴉片類藥物造成藥物成癮的觀念應用在骨轉移癌的疼痛控制上，而強調要定時，按 step 給藥。另一個要特別強調的要點是情緒的因素會嚴重的影響疼痛的嚴重度和疼痛控制的效果，骨轉移癌的患者常會因為不安、抑鬱和發怒而使得疼痛更嚴重或難以控制。聖經箴言上說，喜樂的心乃是良藥，憂傷的靈使骨枯乾，這句話真正是所羅門王的智慧之言！台灣名作家曹又方女士的抗癌經歷鼓舞了許多癌症病人，在他的書《淡定與積極》中他說，她總是想，這麼多年來，自己一直是早睡早起，不抽煙，不喝酒，每天早晨 6 點鐘進健身房，每周打三次羽毛球，連吃飯都是少油不加味精，怎麼說也是一個注意健康的人，怎麼會得癌症？後來慢慢明白了，得癌症沒有理由！一個生病的人總是在探究自己生病的原因，然後批判自己，這種思想對身體的破壞性往往不亞於疾病本身。其實即使一個人的身體生病了，還是應該力保心靈的健康。猶太人有一句話說：「把每天當作人生的第一天」。對癌症患者而言，曹又方建議把每天當作人生的最後一天，當你知所剩不多時，你更應該珍惜，好好的活！曹女士如此走過來，醫生預測的一年已經過去甚久，他反而將生命活得更豐富！

治療骨轉移癌引起的疼痛的另一種方法是放射治療。放射治療包括體外與體內的放射治療，但是較為普及的是體外照射。通常是使用一種直線加速器的特殊儀器，可將放射線直接對準治療區，藉著一次次的照射，愈來愈多的細胞被破壞，達到治療的效果。通常體外放射治療並不是馬上會達到止痛的效果，而是要有一段 lag period，放射治療後 3 到 4 星期可達止痛的最高效果期，至少 80% 到 90% 的病人對體外放射治療會有 partial response，50% 到 85% 的病人甚至有 complete response，據統計體外放射治療一次可持續有效 3 至 6 個月、而且可重複治療。

體內放射治療 radiopharmaceuticals，是注射親骨性放射性元素，這些放射線容易注射，一次注射可治療多處

骨轉移，而且放射線只局限在骨頭處，不會傷及其他器官，適合體內放射元素注射的情況是 widespread painful bony metastasis，尤其是體外放射治療已經超過其他組織的 tolerance 時最適合使用。

標靶治療(target therapy)，或是 small molecule therapy，或是以機轉為根基的治療(mechanism-based therapy)指的是針對癌症或轉移產生的機轉去做的治療。這部分目前正處於發展階段，有許多已發展出來的或是 trial 的藥物治療在進行，常常病人也被搞得霧煞煞！不知道到底哪一種治療法比較適合呢？其實這樣的問題，並不需要太擔心，只要與醫師充份溝通，依照醫師的經驗通常都能做適當的判斷。而判斷的依據包括病患的病程、年齡、身體狀況、個人意願來評估，當然也有可能是取決於醫師的專長。

凡可能產生病理性骨折的骨轉移或因病理性骨折造成不穩定性的疼痛，或是神經機能障礙惡化，無法經由保守療法得到改善者，即應考慮外科治療。面對這些癌症接近末期的病患，在施行外科手術之前，必先考慮下列幾個因素：

- (一)病患的健康狀況是否能承受手術治療？通常健康情況不穩定者，如嚴重貧血或營養狀況差，皆不宜施行手術治療。
- (二)是否有多節脊椎骨同時受侵蝕？是否有多處神經受壓迫？在這種情況下，由於必需做更大的手術，通常病患無法承受。
- (三)原發癌的惡性程度及其可能之存活期限。
- (四)有無其他主要器官，如肝臟、腎臟或腦部的轉移癌。
- (五)脊髓受壓迫所產生的神經機能障礙的進行速度及其嚴重程度。

除了少數的特例外，一般對於骨轉移癌病人的手術治療認為是 palliative treatment，只是個局部治療，而非以治癒病人為目標。所以手術的原則是最好在 radiotherapy 之前做手術，手術方法的選擇應越單純越好，以達到患肢立即的穩定為原則，同時也應該避免 implant 將來 failure 的問題。

六、定期追蹤

通常醫師會建議病患適合的追蹤計劃，並且安排患者進行適當的檢查，以確定疾病是否有復發或是惡化，定期追蹤有兩項重點，第一、是掌握治療的情況，並且做適當的調整，第二、是避免疾病復發或惡化。一但經過定期追蹤確認癌症沒有新的問題發生，就可以較為放心，但是這些定期追蹤，可不是一天兩天就行的喔！一定要終身追蹤，以便掌握情況。

(接下頁)

七、親友支持與宗教信仰

罹患癌症是許多人最懼怕的事情，但是癌症並不是那麼的可怕，現在的醫學發達，多數的癌症只要早期發現治療，都能有不錯的治療效果。但是相信罹癌的事實是會讓你對人生產生許多不同的想法，請不要自己承擔，勇敢的面對之餘，也要與你的家人溝通分享，因為有了家人的支持，康復之路將會更順暢。除了家人的支持，癌症患者經常可以藉在團隊中相聚，分享癌症的調適經驗及治療效果，就像許多因宗教信仰而讓病患癌症轉好的例子出現，這都是親友支持的力量表現，所以勇敢面對，是你最好的治癒之路。願上帝祝福您和您的全家！

長庚醫院外傷急症外科主任 方禎鋒醫師

見證分享摘要 方禎鋒醫師和鄧福真整理

4月18日光鹽社很難得邀請到前長庚骨科主治醫師施麗媛和她的夫婿長庚醫院外傷急症外科主任方禎鋒醫師，為大家分享神如何帶領他們夫婦走過死蔭幽谷的感人見證。雖然當日天氣糟透了，傾盆大雨，休士頓到處淹水，出乎意料之外的，超過50多位聽眾真是有心，不畏大雨，趕來聆聽。施醫師在感人見證後，也為大家講解甚麼是骨轉移癌。她也帶了一篇她親自撰寫有關此方面的文章與大家分享（請見第4頁）。施醫師的見證已在去年12月的月訊刊登過（可上光鹽社網站 www.light_salt.org，點月訊上找到此篇文章）。當日聚會，醫師的夫婿方醫生也以家屬的身份分享自己是如何從一個佛教徒變成基督徒的見證，以下便是方醫師的見證：

方醫師生長在佛教家庭，祖母吃素，很早就閱讀佛經。變成一位基督徒在50歲以前是不可能，也無法想像的事。他說：「我的姊夫是位牧師，20多年來，他很努力的向我下種。但是宗教一直是我們避免談的話題，因為每次談起宗教，我們往往會有衝突和爭議。」

三年前太太患一連串的病，好幾次都在死亡關卡徘徊，身為醫生，我知道病情的嚴重性，想到太太隨時會離開，再也見不到她，內心感到憂慮與恐慌。我的醫生訓練和工作經驗是在急救科部門，因此我一向都能鎮靜處置各種突發病例。所以我應可以就像處理其他病人一樣，平心靜氣的面對太太的疾病。但是事與願違，因為當我的角色變成病人家屬時，我的心情完全不一樣，也不能控制。當時心情很亂，一點平安也沒有，晚上也常作惡夢，夢到太平間的病床被推到家門口。以往只要心理不平安，我都會念心經來安撫自己。這次爲了平撫心中的恐懼，我也唸心經以求安定自己的心靈，但是不管用。於是我想到了姊夫的方式——向神禱告。禱告後，內心平靜許多，晚上惡夢也不再。因為從小受佛教薰染和洗禮，禱告時，往往不知道自己求的神是否對的，於是有一晚我向神說：「可不可以給我一點 Sign（徵兆），讓我知道這個禱告是來自神。」

結果第二天下午，就有三位傳道人到我們家拜訪。傳道人離開後，太太說：「我們信主吧！」我回答說：「好！」

信主後，我的人生改變很多，最重要的是我真正嚐到內心平安喜樂的滋味。這屬天的平安喜樂，不僅在太太生病的四個月陪伴我們，在那以後的每一天也一直跟隨我們。我們不再憂慮，也沒有懼怕，因為我們知道有一位全能的天父隨時做我們的倚靠，作我們的避難所。我們知道順境裡必有神滿滿的恩典，而逆境裡也必有神的深深的美意。那種平安的感覺，就像一個幼兒躺在深愛他的父親懷裡一般。

另外一個改變是，我學會了謙卑和順服；深切的了解生命的主權不在我，而在神。信主前看見許多基督徒在開刀後說感謝主，當時很不以為然，心想：動刀的是我，怎麼不先感謝我？信主之後才知道自己只是神所使用的器皿。現在當我的病人得到醫治時，我都會從內心感謝主。

信主後，我知道要把重擔卸給神，也因此覺得身上的擔子輕省了許多。在醫療工作上我仍然竭盡所能去救治病患，但因明白生命的主權是掌握在主，所以不再像以前一樣有這麼大的壓力。對周遭的事物看法也是如此，不再因成敗得失而承受壓力，因為一切都有神在掌權。此外，由於聖經裡的許多教導，讓我們學到許多待人處事的原則與方法，更明白生命中所追求的各種事務的重要性和優先順序。我學會寬恕，不輕易發怒，也明白愛的真諦，生命因此得到更新，而我與太太和小孩的關係也都變得更好。

回想太太生病的四個月期間，雖是很痛苦，但想想，四個月的病痛，卻讓我們認識主耶穌基督，並得到一生的平安喜樂，讓我們不禁要爲這病痛獻上感謝與讚美。



4月18日長庚骨科主任施麗媛醫師和她的夫婿，長庚醫院急救科主任方禎鋒醫師演講照片



4月4日 Dr. Hoagland-Sorensen 醫師演講照片





乳房健康資源手冊



翻譯編輯

Light and Salt Association 光鹽社
Houston, Texas
2009

光鹽社向您提供這本乳房保健資源手冊。這本手冊譯自 Susan G. Komen for the Cure 休斯頓分會和德州大學 M.D. Anderson 癌症中心編寫的 Breast Health Resource Directory。本手冊涵蓋了關於乳房保健和乳癌的有關知識，並列舉了乳癌的各項資源。最后特別感謝為翻譯編輯本手冊辛勤付出的義工們。本手冊是免費的，在我們的網站中可以免費下載，網址是 www.light-salt.org。或向光鹽社辦公室索取。

為了協助華人獲取最新和實用的癌症資訊，光鹽社和蕭邦藝文圖書館聯合編輯「休斯頓華人社區癌症服務資源手冊」，手冊內刊載提供癌症資訊與服務的機構和組織。本手冊免費贈送，如欲索取請與辦公室聯絡或參加光鹽社活動 或上網: www.light-salt.org。

休斯頓華人社區 癌症服務資源



編輯
光鹽社

蕭邦藝文圖書館
Houston, Texas

2009

社區活動

The University of Texas-
MD Anderson Cancer Center
(安德森癌症中心)

免費癌症篩檢

不需預約, 先到先檢查

1. 頭和頸部 (Head and Neck)

時間: 2009年5月1日(星期五)
上午 10:00 至 下午 4:00

地點: Dan L. Duncan Cancer Prevention Building
Cancer Prevention Center, Floor2
1155 Pressler St

2. 皮膚癌 (Free Skin Cancer Screening)

時間: 2009年5月16日(星期六)
上午 10:00 至 下午 1:00

地點: Dan L. Duncan Cancer Prevention Building
Cancer Prevention Center, Floor2
1155 Pressler St

(上接3頁)

5. 在整個聖經中，我們也看到神親自來到世界，與我們一起受苦，正如羅馬書八：25～29節所說的：「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按他旨意被召的人。因為他預先所知道的人，就預先定下效法他兒子的模樣，使他兒子在許多弟兄中作長子。」



免費乳房攝影檢查

資格:

1. 35歲以上女性
2. 沒醫療保險或有保險但自付額很高的
3. 低收入
4. 非金卡持有者
5. 須事先登記

時間: 2009年5月30日(星期六)
上午 8:30 至下午 4:00

地點: 曉士頓西區中國教會
(10638 Hammerly Blvd, Houston, TX 77043)

登記處: 1. 曉士頓西區中國教會 (713)935-9422
2. 光鹽社辦公室 (713)988-4724

主辦單位: 曉士頓西區中國教會, 光鹽社,
Network of Strength 國家乳癌組織

時間: 2009年6月27日(星期六)
上午 8:30 至下午 4:00

2009年7月25日(星期六)
上午 8:30 至下午 4:00

地點: 文化中心 (9800 Town Park Drive, 258B,
Houston Texas 77036)

登記處: 光鹽社辦公室 (713)988-4724

主辦單位: 光鹽社, 文化中心
Network of Strength 國家乳癌組織



光鹽社 (www.light-salt.org)

9800 Town Park Dr., Suite 258 B
Houston, TX 77036



The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Susan G. Komen for the Cure-Houston Affiliate and Cancer Prevention and Research Institute of Texas. Thank you for their support!



你們是世上的鹽；鹽若失了味，怎能叫他再鹹呢？以後無用，不過丟掉在外面，被人踐踏了。

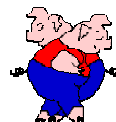
你們是世上的光；城造在山上，是不能隱藏的。人點燈，不放在斗底下，是以放在燈臺上，就照亮一家的人。

你們的光也當這樣照在人前，叫他們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父
馬太 5:13-16



服務項目

- 互助小組每月聚會一次
- 電話諮詢及後續關懷
- 關懷探訪
- 免費中英文癌症資訊及書籍
- 病患輔導 (假髮、帽子、義乳、營養諮詢)
- 交通接送、翻譯
- 癌症治療費用補助



辦公室地址和電話如下：

9800 Town Park Drive, Suite 258B, Houston, TX 77036
Phone: 713-988-4724 Website: www.light-salt.org
E-mail: lsahouston@gmail.com

辦公時間: 上午9時至下午3時, 週一至週五