



癌症病人資源中心

鼻咽癌治療及治療副作用知多啲

鼻咽癌是頭頸癌的一種，是香港常見的癌症之一。治療方法一般使用放射療法或以放射療法跟化學療法合併使用。

過去，二維放射治療（2DRT）或三維放射治療（3DCRT）是放射治療的主流方式。由於鼻咽周圍有許多重要器官，因此，過去放射治療會產生大量副作用，影響鼻咽癌患者在放射治療期間以及往後的生活質素。



由於醫學發展進步，癌症治療在治療方式、治療效果和副作用方面都有很大的改善。目前，強度調控放射治療（IMRT）是一種廣泛應用於鼻咽癌治療的放射治療技術。它是一種新式的放射治療，與傳統的二維放射治療（2DRT）或三維放射治療（3DCRT）相比，強度調控放射治療可以針對腫瘤給予更高的劑量，同時有助於減少治療副作用。

體外放射治療副作用可分短期和長期副作用。短期副作用可能會持續幾周到數月，而長期副作用則可能在完成治療數年後才會出現。

鼻咽癌的體外放射治療的一些常見短期副作用包括：輻射照射區域的皮膚變化，發紅或受損、噁心和嘔吐、疲勞、口腔和喉嚨黏膜潰瘍、吞嚥困難、體重下降、聲音嘶啞、味覺改變等。然而，一旦放射治療完結，這些短期副作用通常會慢慢好轉。

而可能出現的體外放射治療長期副作用包括：顱骨受損、聽力或視力問題、牙齒問題、口乾、甲狀腺問題、腦垂體或頸動脈損傷等。

鼻咽癌患者雖然在治療期間可能會感到一定程度的壓力和擔憂，但在治療的過程中患者們並不孤單。在腫瘤科新症診所的時候，醫生會根據病情轉介電療部或/和化療部跟進。

由於電療是一個精準並複雜的過程，由電療設計到開始治療需要數星期的時間。在等候治療期間，患者會首先轉介到護士診所，資深護師會作治療前的檢查、評估及提供詳細的電療教育。放射治療通常需時六至七星期，資深護師和醫生會定期跟進，並評估病人在接受放射治療期間所遇到的任何問題。我們亦會與病人商討在治療期間減少治療副作用的策略。

如患者需要進行化療，會轉介至化療部。與化療部醫生會面前，將會安排新症化療綜合講座，與資深護師見面，以了解接受化療的流程，及相關化療的資訊和其副作用的處理。重要的是，鼓勵患者在治療期間保持積極的心態，並遵守治療方案和護理指導，從而幫助病人順利進行治療並從癌症中康復。

威爾斯親王醫院腫瘤科資深護師
吳家駒、曹冬陽、陳亮達

☎ 報名及查詢電話 3505 4030  WhatsApp 9092 9770

沙田威爾斯親王醫院 包玉剛爵士癌症中心三樓
癌症病人資源中心

星期一至星期五 上午九時正至下午五時三十分
星期六、星期日及公眾假期 休息

頭頸癌新症講座 (實體)

內容 由護士講解有關頭頸癌成因與治療，並由營養師分享適合癌症病人的飲食方案，和社工介紹癌症支援服務及社區資源

對象 新界東醫院聯網 頭頸癌病人

講者 本院臨床腫瘤科護士、註冊營養師、本中心社工

日期 2023年4月6日、4月13日、4月20日、4月27日、5月4日、5月11日、5月18日、5月25日、6月1日、6月8日、6月15日、6月29日(星期四)

時間 上午9時15分至11時

由醫護人員轉介

乳癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像及實體)

內容 講解有關放射治療及治療期間之護理、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

對象 新界東醫院聯網 乳癌病人

講者 本院臨床腫瘤科放射治療師、護士、本中心社工及義工

日期 2023年4月12日、5月3日、6月7日(星期三)

由放射治療部轉介

時間 下午2時30分至4時

前列腺癌新症講座暨同路人分享 (實體)

內容 講解前列腺癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

對象 新界東醫院聯網 前列腺癌病人

講者 本院泌尿科護士、本中心社工、前腺聯盟義工

日期 2023年4月6日、5月4日(星期四)

時間 下午2時30分至4時

由泌尿科護士轉介

癌症化學治療新症講座 (視像及實體)

內容 講解有關化學治療旅程之準備、介紹癌症支援服務及社區資源

對象 新界東醫院聯網 癌症病人

講者 本院臨床腫瘤科護士、本中心社工

日期 2023年4月17日、5月8日、6月12日(星期一)

時間 下午2時30分至3時30分

由臨床腫瘤科轉介

鼻咽癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像及實體)

內容 講解有關放射治療及治療期間之護理、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

對象 新界東醫院聯網 鼻咽癌病人

講者 本院臨床腫瘤科放射治療師、護士、本中心社工、健樂社義工

日期 2023年4月20日、5月18日、6月15日(星期四)

時間 上午11時至下午12時30分

由放射治療部轉介

膀胱癌新症講座暨同路人分享 (實體)

內容 講解膀胱癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

對象 新界東醫院聯網 膀胱癌病人

講者 本院泌尿科護士、本中心社工、明膀胱會義工

日期 2023年6月1日(星期四)

時間 下午2時30分至4時

由泌尿科護士轉介

午間小聚 (實體)

內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程
對象 新界東醫院聯網 血癌、淋巴癌、骨髓瘤病人及照顧者
講者 心血會義工
日期 2023年4月13日、4月27日、5月11日、5月25日、6月8日(星期四)
時間 中午12時30分至下午2時

改良義乳工作坊暨同路人分享 (實體)

內容 分享改良義乳的方法及技巧，同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源
對象 新界東醫院聯網 乳癌病人及照顧者
講者 本中心社工及義工
日期 2023年4月19日(星期三)
時間 上午10時30分至12時

肺癌同路人分享會 (視像)

內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源
對象 新界東醫院聯網 肺癌病人及照顧者
講者 本中心社工、義工
日期 2023年4月20日、5月18日、6月15日(星期四)
時間 下午2時30分至3時30分

腸癌同路人分享會 (視像)

內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源
對象 新界東醫院聯網 腸癌病人及照顧者
講者 本中心社工、義工
日期 2023年4月25日、5月30日、6月27日(星期二)
時間 下午2時30分至3時30分

前列腺癌同路人分享會 (實體)

內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源
對象 新界東醫院聯網 前列腺癌病人及照顧者
講者 本中心社工、前腺聯盟義工
日期 2023年6月15日(星期四)
時間 下午2時30分至4時

膀胱癌同路人分享會 (實體)

內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源
對象 新界東醫院聯網 膀胱癌病人及照顧者
講者 本中心社工、明膀胱會義工
日期 2023年6月26日(星期一)
時間 下午2時30分至3時45分

「乳」你有約健康講座 (視像)

內容 讓乳癌病人全面增加對治療、護理及復康的知識，從而更有信心地面對及過渡乳癌治療

對象 新界東醫院聯網 乳癌病人

講者 陳頌詩姑娘 (新界東醫院聯網 乳科顧問護師)、香港大學賽馬會癌症綜合關護中心 註冊護士 及 北區醫院健康資源中心社工

日期 2023年4月12日(星期三)、4月22日(星期六)、5月27日(星期六)、5月31日(星期三)、6月7日(星期三)、6月24日(星期六)

時間 上午10時至11時 **報名及查詢** 電話: 2683 7515 或 WhatsApp: 6295 2263

充足營養撐住你- 挺過癌症治療 (視像)

內容 由營養師分析當癌症病人進行化療或電療時，應該實行的營養餐單

對象 新界東醫院聯網 接受化療或電療的癌症病人及照顧者

講者 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊營養師

日期 2023年4月14日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 15人

認識淋巴水腫講座 (視像及實體)

內容 教授預防及紓減淋巴水腫的方法

對象 新界東醫院聯網 乳癌病人

講者 香港乳癌基金會 註冊護士

日期 2023年4月18日(星期二) (視像)、5月10日(星期三) (實體)、6月20日(星期二)(視像)

時間 上午10時30分至11時30分(視像)、上午10時至11時(實體)

心靈舞蹈 (實體)

內容 在音樂韻律中，享受伸展運動對身心帶來的益處和樂趣

對象 新界東醫院聯網 癌症康復病人

講者 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊職業治療師

日期 2023年4月21日、4月28日(星期五，共2節)

時間 下午2時30分至4時 **名額** 10人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

各區癌症病人資源中心聯合舉辦 - 癌症專題網上講座 — 治療中到康復後的飲食變化 (視像)

內容 由營養師分享癌症患者從治療期間到康復後不同階段的飲食重點，並由社工簡介癌症支援機構及銘琪中心

對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者

講者 銘琪癌症關顧中心 註冊營養師 章景怡姑娘、社工 吳國洋先生 及 屯門醫院癌症病人資源中心 助理社會工作主任 楊婉欣姑娘

日期 2023年4月26日(星期三) **時間** 下午3時至4時30分 **名額** 20人(額滿即止)

乳癌病人減壓工作坊 (實體)

內容 透過學習大笑瑜珈，幫助乳癌病人改善情緒及紓緩壓力

對象 新界東醫院聯網 乳癌病人及照顧者

講者 大笑瑜珈導師及本中心社工

日期 2023年5月10日(星期三)下午2時30分至3時30分、

及 5月24日(星期三)上午10時30分至11時30分、

時間 6月14日(星期三)下午2時30分至3時30分

重返職場工作坊 (視像)

內容 社工以個案分享，一起探討完成癌症治療後重回職場之身心預備
對象 新界東醫院聯網 癌症康復病人及照顧者
講者 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 社工
日期 2023年5月17日(星期三) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 20人

紓緩電療及化療不適---中醫食療講座 (視像及實體)

內容 由註冊中醫師講解電療及化療期間的養生食療，以紓緩電療及化療引發之不適
對象 新界東醫院聯網 接受化療或電療的癌症病人及照顧者
講者 歐國賢博士 (香港中文大學 香港中西醫結合醫學研究所註冊中醫師)
日期 2023年5月17日(星期三) **時間** 上午10時30分至12時

造口旁疝(小腸氣)講座 (視像)

內容 講解預防及如何處理造口旁疝、同路人分享及社區資源介紹
對象 新界東醫院聯網 造口病人及照顧者
講者 本院外科專科護士、本中心社工及義工
日期 2023年6月8日(星期四) **時間** 下午2時30分至3時30分

紓緩失眠(芳香治療)講座 (實體)

內容 了解認識睡眠衛生，並學習簡單的安睡穴位按摩，改善睡眠
對象 新界東醫院聯網 正在接受治療的癌症病人及照顧者
講者 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 社工
日期 2023年6月9日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 10人

社交心理支援小組 (實體)

內容 透過小組支援康復階段的乳癌病人，以正面積極的態度面對新生活
對象 新界東醫院聯網 乳癌病人
講者 本中心社工及義工
日期 2023年6月14日、6月21日、6月28日(星期三) **時間** 上午10時30分至11時30分

減壓工作坊 (視像)

內容 社工透過小組讓參加者認識不同的減壓方法，以紓緩在療程中遇到之壓力。
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 社工
日期 2023年6月21日(星期三) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 15人

安心方程式 (視像及實體)

內容 1) 禪修系列: 紓解身心壓力、培養慈心自愛
 2) 講座系列: 透過短片、問答、分享等，建立正面心態
 3) 讀經系列: 透過了解佛經中的智慧，助己助人確立正向生活
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 新界東醫院聯網心靈關顧服務 佛教院侍部
日期 2023年4月17日、5月15日、6月19日(星期一)
時間 上午10時30分至中午12時

減壓工作坊 — 櫻花畫製作 (實體)

內容 透過繪畫櫻花，幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 本中心職員 **日期** 2023年4月18日(星期二)
時間 上午10時至11時30分 **名額** 20人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

癌症病人加油站 (青草地) (視像)

內容 詩歌、見證、訊息分享
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 新界東醫院聯網心靈關顧服務 基督教院牧部 沙田區醫院院牧事工
日期 2023年4月27日、5月25日、6月29日(星期四)
時間 上午10時30分至中午12時

靜觀減壓工作坊 (實體)

內容 透過靜觀練習，幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 本中心社工及 義工 黎美心女士 **時間** 上午9時30分至11時
日期 2023年5月12日(星期五) **名額** 12人(如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

減壓工作坊 — 杯墊蝶古巴特餐巾紙拼貼 (實體)

內容 透過利用蝶古巴特膠水將餐巾紙拼貼於杯墊上，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 本中心職員 **日期** 2023年6月13日(星期二)
時間 上午10時至11時30分 **名額** 20人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

書法減壓班 (實體)

內容 透過寫書法，培養參加者耐心及紓緩他們平日的壓力
對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者 明朧會義工 黃輝帆先生
日期 2023年6月29日(星期四)
時間 下午2時30分至4時 **名額** 15人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

臨床心理服務

臨床心理服務

內容 由威爾斯親王醫院臨床心理學家提供臨床心理服務
對象 因癌症令情緒、思想或行為上受困擾的癌症病人
(需於威爾斯親王醫院臨床腫瘤科覆診)

* 由醫生及醫護人員轉介 *

社區支援服務

社區藥房藥物資助資訊及癌症病人服務資源介紹

內容 中心職員介紹社區藥房服務、癌症病人服務資源及申請方法
對象 威爾斯親王醫院 癌症病人
日期 / 時間 請與中心職員聯絡

* 社區藥房藥物資助資訊 由腫瘤科護士轉介 *