

# 頭頸癌

## 您的最佳癌症治療指南



### 關於本指南

獲知患有或可能患有頭頸癌可能會讓您難以承受。很多事情突如其來，因此您可能會有許多疑問。此資源有助於指導您本人和您的親友度過這個過程。

### 資訊與支援服務

**癌症協會 (Cancer Council)**：如需獲得資訊及支援服務，請致電**13 11 20** 聯絡Cancer Council諮詢有經驗的醫護專業人員，或瀏覽網站：[www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au)。

有關頭頸癌的更多資訊，請在當地Cancer Council的網站上查看由Cancer Council製作的《瞭解頭頸癌 (Understanding Head and Neck Cancer)》小冊子。

**Head and Neck Cancer Australia**：如需獲得有關頭頸癌的資訊及病患支持服務，請瀏覽網站：[www.headandneckcancer.org.au](http://www.headandneckcancer.org.au)。

**口筆譯服務署 (Translating and Interpreting Service - TIS)**：如需翻譯服務，請致電**13 14 50**聯絡TIS或瀏覽網站：[www.tisnational.gov.au](http://www.tisnational.gov.au)。

### 您可能需要做的初步檢測

**驗血**。醫務人員會採集您的血液樣本，以檢查您的健康狀況是否良好。

**超聲波檢查**。使用聲波來攝製頭部和頸部的圖像。

**電腦斷層 (CT) 掃描**。使用電腦和 X 射線來攝製精確的頭部和頸部照片。

**磁共振成像 (MRI)**。一種掃描方法，使用強力磁體和無線電波來攝製精確的人體照片。

**超聲引導下細針穿刺活檢**。先用聲波來攝製腫塊的照片。然後醫生以這張照片為指導，將針頭插入腫塊以採集樣本。所採集的樣本在顯微鏡下化驗。這通常是在局部麻醉的情況下進行的，這樣您就不會感到疼痛。

### 轉診

如果您的GP或牙醫擔心您的狀況，則會將您轉介到公立醫院或私人診所看專科醫生為您做進一步的檢測。專科醫生指的是在某一特定醫療保健領域受過高水準培訓的醫生。

專科醫生可能包括頭頸外科醫生或頰面外科醫生（治療頭部、頸部、口腔、下巴和臉部問題的外科醫生）。



您可以讓家人或朋友陪您前去就診。

### 資訊與支援服務

#### 症狀

您的家庭醫生 (general practitioner - GP) 或牙醫會為您做檢查，嘗試找出導致症狀的原因。他們會詢問您可能遇到的任何問題——例如，未癒合的口腔潰瘍、頸部腫塊、吞嚥困難或話音變化。



#### 時間表

您應在轉診後的**兩周之內**獲得專科醫生約診。

如果您無法在這段時間內獲得預約，請聯絡您的GP或牙醫跟進。



#### 您可能想問的問題

- 我可以選擇去公立醫院還是私人診所嗎？
- 我可以選擇我要看的專科醫生嗎？
- 約診費用是多少？

## 診斷與分期

專科醫生將做進一步的檢查以判斷您是否患了頭頸癌。這個判斷您是否存在健康問題的過程稱為“**診斷**”。

您可能需要接受以下的一項或多項檢測：

**鼻咽纖維鏡檢查。**醫務人員將一根管子插入您的鼻子並經此進入喉嚨，對這些區域進行仔細檢查。

**超聲波檢查。**如果您還沒有做過這種檢查。

**電腦斷層 (CT) 掃描。**如果您還沒有做過這種檢查。

**磁共振成像 (MRI)。**如果您還沒有做過這種檢查。

**正電子發射斷層 (PET) 掃描。**先注射微量的放射性物質，然後進行全身掃描，查找癌灶的位置。

**活體組織檢查。**可能會對異常區域取樣。然後把樣本送到實驗室化驗，檢查是否為頭頸癌。這可以由專科醫生或在放射科用細針來完成。您將被局部麻醉或全身麻醉（您將進入睡眠狀態），因此您不會有痛感。

專科醫生通過這些檢查將進一步瞭解癌症的病情，比如它在您體內的確切位置，它是否在生長或是否已經擴散，以及處於什麼階段。此過程稱為“**分期**”。“**分期**”有助於為您制定最佳的治療方案。



### 時間表

檢查結果應該在**兩周內**出來。



### 您可能想問的問題

- 什麼是頭頸部癌？
- 我需要做什麼檢查？
- 檢查/約診的費用是多少？
- 我應該在哪里接受治療？我可以選擇嗎？
- 我的癌症屬於哪一期？
- 我可以獲得什麼支援服務？

## 治療

治療頭頸部癌有幾種方法。您的專科醫生會與您討論治療方案。

您將接受專家組的治療，您可能需要不止一種治療方法來獲得最佳效果。治療團隊將與您本人和您的家人或照顧者一起制定治療方案。

您可能會接受以下的一種或多種治療：

**“手術”**指的是把癌灶切除。這是治療頭頸部癌的最常用方法。

**“放射療法”**指的是使用 X 射線殺死癌細胞並阻止癌症發展。放射療法可以單獨使用，或與化療一起使用。

**“化學療法”**指的是使用藥物殺死癌細胞並阻止癌症發展。這種方法可以與放射療法一起使用以提高治療效果，也可以單獨使用，以減緩癌症生長和減輕症狀。

詳情請瀏覽網站：

[www.cancer.org.au/cancer-information/treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment)。

您也可以使用支持性護理（助您度過癌症病程的治療或服務）服務。



### 時間表

治療方案獲得同意後，如果目的是試圖治癒癌症，則應在**四周之內**開始治療；如果不太可能治癒，則應在**兩周之內**開始治療。



您可以要求GP轉介您去看另一位專科醫生以獲得第二診療意見。

### 臨床試驗

您可能會被邀請參加臨床試驗。臨床試驗用於測試新的治療方法是否安全，是否比目前的治療方法更好。由於臨床試驗，許多癌症患者現在壽命更長，生活品質更好。

詳情請瀏覽網站：[www.australiancancertrials.gov.au](http://www.australiancancertrials.gov.au)。

## 輔助療法

如果您正在使用或想要使用任何輔助療法（包括服用維他命等的膳食補充劑），請告知您的醫療團隊。像維他命這樣常見的東西可能不適用於您的治療。



### 您可能想問的問題

- 您建議什麼治療方法？
- 我要去哪里接受治療？
- 治療費用如何，以及我需要自付多少？
- 治療期間和之後做什麼活動/鍛煉對我會有幫助？
- 我還可以工作嗎？
- 治療會如何影響我的日常生活？
- 我的治療團隊有哪些成員以及誰是主要的聯絡人？
- 治療可能會帶來什麼副作用？
- 我如果感到不適或有任何疑問，應聯絡誰？
- 治療會影響我的生育能力嗎？



## 有關費用的決定

您可能需要支付部分約診、檢查、藥物、住宿、交通或停車的費用。

如需瞭解醫保涵蓋的項目以及自付的費用，請向您的GP、專科醫生或私人醫療保險公司（如果您有投保的話）查詢。

您如果擔心費用問題，請與治療團隊或社工討論：

- 使用醫保轉賬付費（bulk-billed）或在公立醫療系統接受治療
- 在治療期間幫助安排住宿
- 治療可能導致的對財務的影響。

您可以致電 **13 11 20** 聯絡 Cancer Council，諮詢衛生專業人員有關財務援助的事宜。

如需瞭解有關費用的更多資訊，請瀏覽網站：[www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance](http://www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance) 以及

[www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment](http://www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment)。

## 復原

癌症治療可能會引起身體和情緒的變化。

### 過後的護理計畫

醫療團隊將與您一起為您本人和您的GP制定計畫。該計畫將解釋：

- 治療後的主要聯絡人是誰
- 應該多久體檢一次，包括做哪些項目的檢查
- 瞭解和處理治療的副作用
- 如果您懷疑癌症復發或病情惡化，應如何迅速獲得幫助。

許多人都擔心癌症會復發。您的專科醫生和醫療團隊將與您討論您的需求，並可將您轉介至其他醫護專業人員和社區支持服務機構。

您可能得到的其他資訊包括：

- 需要注意的癌症復發的跡象和症狀
- 治療的後期效果和您需要看的專科醫生
- 如何選擇健康的生活方式，讓您盡可能恢復和保持健康。

詳情請瀏覽網站：[www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment)。



### 您可能想問的問題

- 如果感到不適，應聯絡誰？
- 我該怎麼做來盡可能保持健康？
- 在哪里可以得到更多的幫助？

## 癌症晚期的生活

### 如果癌症復發

即使經過治療，癌症有時候也可能復發。它可能在相同的部位復發，也可能在身體的不同部位復發。

如果癌症復發，您可能會被轉介至首次為您治療的專科醫生或醫院，或轉介至另一位專科醫生。

治療方法將取決於癌症擴散的程度、生長的速度以及您目前正在經歷的症狀。



### 您可能想問的問題

- 癌症在哪個部位，擴散了嗎？
- 我的治療方案有哪些？
- 這次治療有效的幾率有多大？
- 有臨床試驗可供我參加嗎？
- 我還能從哪里獲得支援服務？

### 預先護理計畫

您的GP或醫療團隊會與您本人、您的家人及照顧者討論未來的醫療方案和需求。

### 預先醫療指示

預先醫療指示有時也被稱為生前遺囑，是一種具有法律效力的文件，讓家人和醫療團隊知道您想要或不想要的治療和護理，以防您因身體不適而無法自己做出決定。詳情請瀏覽網站：[www.advancecareplanning.org.au](http://www.advancecareplanning.org.au)。

### 姑息治療

您的專科醫生可能會將您轉介到姑息治療服務機構，但這未必意味著臨終關懷。如今，如果人們患有癌症或癌症復發，可以更早地求助於這些服務機構。包括控制疼痛和症狀在內的姑息治療有助於提高您的生活品質。這種治療可以在家中、醫院或您選擇的其他地點進行。

請諮詢您的GP或專科醫生，也可以瀏覽網站：

[www.palliativecare.org.au](http://www.palliativecare.org.au)。

### 做出治療決定

您可能決定完全不接受治療，或者只接受部分治療以減少疼痛和不適。您可以與您的醫護團隊、GP、家人或照顧者討論您的決定。詳情請瀏覽網站：[www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment](http://www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment)。



### 您可能想問的問題

- 您能做些什麼來減輕我的症狀？
- 如果我的親友在家照顧我，我還能夠獲得哪些額外的支援服務？
- 您能幫我向家人解釋我的病情嗎？
- 我的家人或照顧者可以得到什麼支援？
- 可以轉介我到社區支援服務機構嗎？

免責聲明：有關影響您健康的問題，一定要諮詢醫生。本指南旨在提供一般的介紹，並不能替代專業的醫療、法律或財務建議。醫學及研究界正不斷更新和修訂有關癌症的資訊。雖然採取了所有謹慎措施以確保發佈時資訊的準確性，Cancer Council Australia及其成員不承擔因使用或依賴上述資訊而招致的任何傷害、損失或損害的任何責任。

2021年9月出版。

該資源基於來自頭頸部癌患者最佳治療途徑的資訊（第2版），可在網站：[www.cancer.org.au/OCP](http://www.cancer.org.au/OCP)上查看。