

# 霍奇金 (Hodgkin) 淋巴瘤与 弥漫性大 B 细胞淋巴瘤

## 您的最佳癌症治疗指南



### 关于本指南

被告知患有或可能患有霍奇金 (Hodgkin) 或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤可能会让您难以承受。很多事情突如其来，因此您可能会有很多疑问。此资源有助于指导您本人和您的亲友度过这个过程。

### 信息与支持服务

**Cancer Council:** 如需获得信息及支持服务，请致电 **13 11 20** 与癌症协会联系，咨询有经验的医护专业人员，或浏览网站：[www.cancer.org.au](http://www.cancer.org.au)

有关霍奇金 (Hodgkin) 淋巴瘤的更多信息，请查看由 Cancer Council 制作的《了解霍奇金 (Hodgkin) 淋巴瘤》小册子；而有关弥漫性大 B 细胞淋巴瘤的更多信息，请查看由癌症协会制作的《了解弥漫性大 B 细胞淋巴瘤》小册子。

**Leukaemia Foundation:** 如需咨询或支持服务，请致电 **1800 620 420** 或浏览网站：[www.leukaemia.org.au](http://www.leukaemia.org.au)

**Lymphoma Australia:** 如需咨询或支持服务，请致电 **1800 953 081** 或浏览网站：[www.lymphoma.org.au](http://www.lymphoma.org.au)

**Translating and Interpreting Service (TIS - 口笔译服务处):** 如需翻译服务，请致电 **13 14 50** 或浏览网站：[www.tisnational.gov.au](http://www.tisnational.gov.au)

## 初步检查和转诊

### 症状

您的家庭医生 (GP) 应为您做检查，尝试找出使您不适的原因。他们会询问您可能出现的任何症状。例如，您可能会有肿块或肿瘤。

您的家庭医生可能会决定等待并观察肿块或肿瘤的情况。您要在**六周内**再次看家庭医生。

### 您可能需要做的初步检测

**验血。** 采集您的血液样本用于评估您的总体健康状况。

**超声波检查。** 利用声波来拍摄您身体内部的照片。

**X 光检查。** 通过 X 光为身体的某个部位拍照，查看是否有问题。

**电脑断层 (CT) 扫描。** 使用电脑和 X 射线来拍摄精细的人体照片。

**切除活检。** 从肿块或肿瘤中切除小样本，放在显微镜下进行检查。

### 转诊

如果您的家庭医生担心您的状况，将会把您转介到公立医院或私人诊所去看专科医生（血液科医生），为您做进一步的检测。血液科医生是在淋巴瘤专科以及其他血液病方面受过高水平培训的医生。



您可以带家人或朋友一起前去就诊。



### 时间表

如果怀疑为霍奇金 (Hodgkin) 淋巴瘤或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤，您的家庭医生应在 **72 小时内** 将您转介给血液科医生；如果您的检测结果不是很令人担忧，则应在**四周内** 为您转诊。

如果您无法在此时间内获得预约，请联系您的全科医生。



### 您可能想问的问题

- 我可以选择去公立医院还是私人诊所吗？
- 我可以选择我要看的血液科医生吗？
- 约诊费用是多少？

## 诊断与分期

专科医生将做进一步的检测，以判断您是否患霍奇金（Hodgkin）淋巴瘤或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤。这个判断您是否存在健康问题的过程称为**诊断**。

如果确定为霍奇金（Hodgkin）淋巴瘤或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤，专科医生将通过这些检测进一步了解癌症病情，比如肿瘤在您体内的确切位置，它是否在生长或是否已经扩散，以及处于什么阶段。此过程称为**分期**。**分期**有助于为您制定最佳的治疗方案。

您可能需要接受一项或多项检测：

**切除活检。**如果您还没有做过这种检查。

**骨髓活检。**医生会把一根又长又细的针插入您的髌骨。然后采集骨髓组织样本。这通常是在局部麻醉的情况下进行的，这样您就不会感到疼痛。

**正电子发射断层——电脑断层（CT）扫描。**使用电脑和 X 射线来拍摄精细的人体照片。注射微量的放射性物质，进行全身扫描，查找癌灶的位置。

**腰椎穿刺或脊椎穿刺。**医生会在您的下背部插入一根针，取出少量液体。这通常是在局部麻醉的情况下进行的，这样您就不会感到疼痛。



### 时间表

检查结果应该在**两周内**出来。



### 您可能想问的问题

- 什么是霍奇金（Hodgkin）或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤？
- 我需要做什么检查？
- 检查/约诊的费用是多少？
- 我应该在哪里接受治疗？我可以选择吗？
- 我的癌症属于哪一期？
- 我可以获得哪些支持服务？

## 治疗

霍奇金（Hodgkin）或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤的治疗方法有几种。您的专科医生会与您讨论治疗方案。

您将接受专家组的治疗，您可能需要不止一种治疗方法来获得最佳效果。治疗团队将与您本人和您的家人或照顾者一起制定治疗方案。

您可能会接受一种或多种治疗：

**化学疗法**指的是使用药物杀死癌细胞并阻止癌症发展。

**自体干细胞移植（英文简称 ASTC）。**非首次淋巴瘤发作的病患可能需要接受大量的化疗或放疗来治疗霍奇金（Hodgkin）淋巴瘤或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤。这被称为高剂量疗法。高剂量的化疗可能会杀死部分骨髓和干细胞。这被称为治疗的副作用。您需要这些细胞来制造血液。进行 ASTC 治疗需在您开始化疗前抽取部分血液。然后从血液中提取被称为干细胞的细胞。干细胞是帮助身体制造新的健康细胞的细胞。化疗结束后，收集到的干细胞会通过静脉点滴法重新注入您的血液。您可能需要接受 ASCT 让骨髓和干细胞重新长回来。

**同种异体干细胞移植（allo-SCT）。**allo-SCT 指的是从合适的捐献者血液中收集干细胞，然后通过静脉点滴法注入您的血流。这种治疗方法很少使用。

**放射疗法**指的是使用 X 射线杀死癌细胞并阻止癌症发展。它可以与化疗一起使用，也可以在干细胞移植之前使用。

**免疫疗法**是一种癌症治疗方法，可帮助人体免疫系统对抗癌症。

**靶向疗法**指的是使用药物来攻击癌细胞的特定特征，并阻止癌症发展。

如需了解更多信息，请浏览网站：

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

也可以使用支持性照护（助您度过癌症病程的治疗或服务）。



### 时间表

治疗应在诊断和分期后**两周内**开始；如果您的器官有衰竭的直接危险或癌症扩散迅速，则应在诊断后**24 小时内**开始。



您可以要求家庭医生转介您去看另一位专科医生以获得第二诊疗意见。

### 临床试验

您可能会被邀请参加临床试验。临床试验用于测试新的治疗方法是否安全，是否比目前的治疗方法更好。由于临床试验，许多癌症患者现在活得更长，生活质量更好。

如需了解更多信息，请浏览网站：

[www.australiancancertrials.gov.au](http://www.australiancancertrials.gov.au)

### 辅助疗法

如果您正在使用或想要使用任何辅助疗法（包括服用维生素等的膳食补充剂），请告知您的医疗团队。像维生素这样常见的东西可能不适用于您的治疗。



### 您可能想问的问题

- 您建议什么治疗方法？
- 我要去哪里接受治疗？
- 治疗费用如何，以及我需要自付多少？
- 治疗期间和之后做什么活动/锻炼对我会有帮助？
- 我还可以工作吗？
- 治疗会如何影响我的日常生活？
- 我的治疗团队有什么成员以及谁是主要的联系人？
- 治疗会带来什么副作用？
- 我如果感到不适或有任何疑问，应与谁联系？
- 治疗会影响我的生育能力吗？



### 围绕费用所做的决定

您可能需要支付部分约诊、检查、药物、住宿、交通或停车的费用。

如需了解医保涵盖的项目以及自付的费用，请向您的家庭医生、专科医生或私人医疗保险公司（如果您有投保的话）查询。

您如果担心费用问题，请与治疗团队或社会工作者讨论：

- 使用医保转账付费（bulk-billed）或在公立医疗系统接受治疗
- 在治疗期间帮助安排住宿
- 治疗可能导致的对财务的影响。

您可以致电 **13 11 20** 与癌症协会（Cancer Council）联系，向咨询医护专业人员有关财务援助的事宜。

如需了解有关费用的更多信息，请浏览网站：[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)

## 康复

癌症治疗可能会引起身体和情绪的变化。

### 后续照护计划

医疗团队将与您一起为您本人和您的家庭医生制定计划。该计划将解释：

- 治疗后的主要联系人是谁
- 应该多久体检一次，包括做哪些检查项目
- 了解和处理治疗的副作用
- 如果您怀疑癌症复发或病情恶化，应如何迅速获得帮助。

许多人都担心癌症会复发。专科医生和医疗团队将与您讨论您的需求，并可将您转介给其他医护专业人员和社区支持服务机构。

您可能得到的其他信息有：

- 需要注意的癌症复发的迹象和症状
- 治疗的后期效果和您需要看的专科医生
- 如何选择健康的生活方式，让您尽可能恢复和保持健康。

如需了解更多信息，请浏览网站：

[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)



### 您可能想问的问题

- 如果感到不适，应与谁联系？
- 我该怎么来做尽可能保持健康？
- 在哪里可以得到更多的帮助？

## 癌症晚期的生活

### 如果癌症复发

有时霍奇金（Hodgkin）淋巴瘤或弥漫性大 B 细胞淋巴瘤在治疗后会在相同的部位复发或出现在身体的不同部位。

如果癌症复发，您可能会被转介至首次为您治疗的专科医生或医院，或转介至另一位专科医生。

治疗方法将取决于淋巴瘤扩散的程度、生长的速度以及您目前的症状。



### 您可能想问的问题

- 癌症在哪个部位，扩散了吗？
- 我的治疗方案有哪些？
- 这次治疗有效的几率有多大？
- 有临床试验可供我参加吗？
- 我还能从哪里获得支持服务？

### 预先护理计划

您的家庭医生或医疗团队会与您本人、您的家人及照顾者讨论未来的医疗方案和需求。

### 预先医疗指示

预先医疗指示有时也被称为生前遗嘱，是一份具有法律约束力的文件，让家人和医疗团队知道您想要或不想要的治疗和照护项目，以防您因身体不适而无法自己做出决定。如需了解更多信息，请浏览网站：[www.advancecareplanning.org.au](http://www.advancecareplanning.org.au)。

### 姑息治疗

专科医生可能会将您转介到姑息治疗服务机构，但这未必意味着临终关怀。如今，如果人们患有癌症或癌症复发，可以更早地求助于这些服务机构。包括控制疼痛和症状在内的姑息治疗有助于提高您的生活质量。这种治疗可以在家中、医院或您选择的其他地点进行。

请咨询您的家庭医生或专科医生，也可以浏览网站：

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

### 做出治疗决定

您可能决定完全不接受治疗，或者只接受部分治疗以减少疼痛和不适。您可以与您的医护团队、家庭医生、家人或照顾者讨论您的决定。如需了解更多信息，请浏览网站：

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



### 您可能想问的问题

- 您能做些什么来减轻我的症状？
- 如果我的亲友在家照顾我，我还能够获得哪些额外的支持服务？
- 您能帮我向家人解释我的病情吗？
- 我的家人或照顾者可以得到什么支持？
- 可以转介我到社区支援服务机构吗？

免责声明：有关影响您健康的问题，一定要咨询医生。本指南旨在提供一般的介绍，并不能替代专业的医疗、法律或财务建议。医学及研究界正不断更新和修订有关癌症的信息。虽然采取了所有谨慎措施以确保发布信息准确性，但澳大利亚癌症协会（Cancer Council Australia）及其成员不承担因使用或依赖上述信息而招致的任何伤害、损失或损害的任何责任。

2021 年 11 月出版。

该资源基于来自霍奇金（Hodgkin）淋巴瘤及弥漫性大 B 细胞淋巴瘤患者最佳治疗途径的信息（第 2 版），可在网站：[www.cancer.org.au/OCP](http://www.cancer.org.au/OCP) 查看。