

霍奇金 (Hodgkin) 與彌漫性大 B 細胞淋巴瘤

您的最佳癌症治療指南



關於本指南

獲知患有或可能患有Hodgkin或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤可能會讓您難以承受。很多事情突如其來，因此您可能会有很多疑問。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。

有關Hodgkin淋巴瘤的更多資訊，請查看由Cancer Council製作的《瞭解霍奇金淋巴瘤 (Understanding Hodgkin Lymphoma)》小冊子；而有關彌漫性大 B 細胞淋巴瘤的更多資訊，請查看由 Cancer Council製作的《瞭解非霍奇金淋巴瘤 (Understanding Non-Hodgkin Lymphoma)》小冊子。

白血病基金會 (Leukaemia Foundation)：如需獲得資訊及支援，請致電**1800 620 420**或瀏覽網站：www.leukaemia.org.au。

澳大利亞淋巴瘤協會 (Lymphoma Australia)：如需獲得資訊及支援，請致電 **1800 953 081** 或瀏覽網站：www.lymphoma.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。

資訊與支援服務

症狀

您的家庭醫生 (general practitioner - GP) 應為您做檢查，嘗試找出使您不適的原因。他們會詢問您可能出現的任何症狀。例如，您可能有腫塊或腫瘤。

您的GP可能會決定等待並觀察腫塊或腫瘤的情況。您要在**六周之內**再次看GP。

您可能需要做的初步檢測

驗血。醫務人員採集您的血液樣本用於評估您的總體健康狀況。

超聲波檢查。使用聲波來攝製您身體內部的照片。

X 光檢查。使用 X 光為身體的某個部位拍照，查看是否有問題。

電腦斷層 (CT) 掃描。使用電腦和 X 射線來攝製精確的人體照片。

切除活檢。從腫塊或腫瘤中切除小樣本，放在顯微鏡下進行檢查。

轉診

如果您的GP擔心您的狀況，則會將您轉介到公立醫院或私人診所去看專科醫生 (血液科醫生) 為您做進一步的檢測。血液科醫生是在淋巴瘤專科以及其他血液病方面受過高水準培訓的醫生。



您可以讓家人或朋友陪您前去就診。



時間表

如果您可能患上Hodgkin或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤，您的GP會在**72小時內**將您轉介給血液科醫生；如果您的檢測結果不是很令人擔憂，則應在**四週內**為您轉診。

如果您無法在此時間內獲得預約，請聯絡您的 GP。



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血液科醫生嗎？
- 約診費用是多少？

診斷與分期

專科醫生將做進一步的檢測，以判斷您是否患 Hodgkin 淋巴瘤或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤。這個判斷您是否存在健康問題的過程稱為“診斷”。

如果確定為 Hodgkin 淋巴瘤或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤，專科醫生將透過這些檢測進一步瞭解癌症病情，比如腫瘤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。

您可能需要接受以下的一項或多項檢測：

切除活檢。如果您還沒有做過這種檢查。

骨髓活檢。醫生會把一根又長又細的針插入您的髖骨。然後採集骨髓組織樣本。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。

正電子發射斷層——電腦斷層 (PET-CT) 掃描。使用電腦和 X 射線來攝製精確的人體照片。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。

腰椎穿刺或脊椎穿刺。醫生會在您的下背部插入一根針，取出少量液體。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。



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 Hodgkin 或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤？
- 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

Hodgkin 或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤有幾種治療方法。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：

“化學療法”指的是使用藥物殺死癌細胞並阻止癌症發展。

自體幹細胞移植 (英文簡稱 ASTC)。非首次淋巴瘤發作的病患可能需要接受大量的化療或放療來治療 Hodgkin 淋巴瘤或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤。這被稱為高劑量療法。高劑量療法可能會殺死您的部分骨髓和幹細胞。這被稱為治療的副作用。您需要這些細胞來製造血液。進行 ASTC 治療需在您開始化療前抽取部分血液。然後從血液中提取被稱為幹細胞的細胞。幹細胞是幫助身體製造新的健康細胞的細胞。化療結束後，收集到的幹細胞會通過靜脈點滴法重新注入您的血液。您可能需要接受 ASCT 讓骨髓和幹細胞重新長回來。

同種異體幹細胞移植 (allo-SCT)。Allo-SCT 指的是從合適的捐獻者血液中收集幹細胞，然後通過靜脈點滴法注入您的血流。這種治療方法很少使用。

“放射療法”指的是使用 X 射線殺死癌細胞並阻止癌症發展。它可以與化療一起使用，也可以在幹細胞移植之前使用。

“免疫療法”是一種癌症治療方法，可幫助人體免疫系統對抗癌症。

“靶向療法”指的是使用藥物來攻擊癌細胞的特定特徵，以阻止癌症發展。

詳情請瀏覽網站：

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

治療應在診斷和分期後的**兩周之內**開始；如果您的器官有即時的衰竭風險或癌症迅速擴散，則應在診斷後的**24小時之內**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。

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 以及

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。

過後的照護計畫

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。



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

有時Hodgkin淋巴瘤或彌漫性大 B 細胞淋巴瘤在治療後會在相同的部位復發或出現在身體的不同部位。

如果癌症復發，您可能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。

治療方法將取決於淋巴瘤擴散的程度、生長的速度以及您目前的症狀。



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。

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。

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。



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，但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Hodgkin淋巴瘤及彌漫性大 B 細胞淋巴瘤患者最佳治療途徑的資訊（第2版），可在網站：www.cancer.org.au/OCP上查看。