

黑色素瘤

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黑色素瘤（皮肤癌的一种）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，咨询卫生专业人员，或浏览网站：www.cancer.org.au。

有关黑色素瘤的更多信息，请在当地癌症协会的网站上查看由癌症协会制作的《了解黑色素瘤》小册子。

Melanoma Patients Australia: 如需获得信息与支持，请致电 1300 884 450 或浏览网站：www.melanomapatients.org.au

Melanoma Institute Australia: 详情请浏览网站：www.melanoma.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

初步检查和转诊

症状

您的家庭医生（GP）会检查任何不寻常的、快速变化或生长的病变。病变可能为斑点、痣、痂、不同颜色的区域、肿块、生长物或皮肤上任何异样的东西。

您可能需要做的初步检测：

皮肤检查：医生彻底检查您的皮肤，重点是查找任何令人担心的病灶。对于单个病灶，家庭医生应使用一种叫做皮肤镜的仪器来更清楚地检查病灶。皮肤镜会把病灶组织放大，让医生看得更清楚。医生可能会拍照，测量尺寸，并告诉您在下次复诊前需要注意观察什么。

如果您的家庭医生担心您的状况，则会把你转介给在皮肤癌方面更有经验的家庭医生或专科医生，或为您做以下测试之一：

完全切除活检。将病灶及其周围的一小块区域切除并缝合。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。样本被送到病理实验室进行检测，以确定是否为皮肤癌。如果能够彻底取出黑色素瘤，则可能不需要进一步治疗。

局部活检。当病灶面积过大或处于不适合进行完全切除活检的部位时，可进行部分活检。通过刮削或切除部分病灶来取样。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。样本被送到病理实验室进行检测，以确定是否为皮肤癌。

转诊

家庭医生可能会为您治疗，也可能会转介您去看有在皮肤癌方面更有经验的家庭医生或专科医生，如皮肤科医生或外科医生。专科医生指的是在某一特定医疗保健领域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

如怀疑为黑色素瘤，应在首次约诊看家庭医生后的**两周内**做活检。

如有必要，应在**两周内**转诊到在皮肤癌方面更有经验的家庭医生或专科医生。

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专科医生吗？
- 约诊费用是多少？

诊断与分期

诊断指的是判断您是否有健康问题的过程。大多数送到病理实验室确认黑色素瘤诊断的活组织检查都是在家庭医生诊所进行的。

如确诊为黑色素瘤，您可能需要做以下治疗：

如果您以前做过部分活检，则可能需要做完全切除活检。

如果您已经做过一次完全切除活检，专科医生可能会建议您再做一次切除，以确定切除了足够的正常皮肤。如果黑色素瘤连同周围的正常皮肤均已彻底切除，则可能不需要进一步治疗。

医生通过病理检查，了解移除的黑色素瘤情况，比如黑色素瘤在未来引发问题的风险。对于部分低风险（早期）的黑色素瘤病例，只要切除足够范围的周边正常皮肤，施行完全切除手术治疗就可以了。

对于较高风险的黑色素瘤，专科医生可能会讨论并建议进行更多的检查，以了解更多关于癌症的信息，比如它是否已经扩散到身体的其他部位。此过程称为**分期**。分期有助于为您制定最佳的治疗方案。您可能只需要做完全切除，并切除周围的正常皮肤；医生也可能会建议您做其他检查。

前哨淋巴结活检。医生将少量放射性物质注入黑色素瘤被切除的区域。这将帮助外科医生识别该皮肤区域的确切淋巴结。在全身麻醉（您处于睡眠状态）下，淋巴结将被切除并检查是否有癌症。

部分病患可能会在腋窝、腋窝或颈部出现肿块。这可能是因为在淋巴结里有黑色素瘤。对于这种病况，可能适合采取的其他检测和外科手术包括：

超声波检查。使用声波来检查淋巴结。如果某颗淋巴结看起来令人担忧，专科医生可能会要求放射科医生在超声波的引导下用针从确切的淋巴结取样。

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。

正电子发射断层——电脑断层（PET-CT）扫描。利用电脑和 X 射线，结合少量的放射性物质注入静脉，用于拍摄精细的身体图像，查看是否有任何异常的肿瘤增生区域。只有专科医生才可以安排这项检查。

区域淋巴结切除。如果皮肤癌已扩散，导致淋巴结肿大，就需要切除该区域（腋窝、腋窝或颈部）的淋巴结。



时间表

检查结果应该在**两周内**出来。



您可能想问的问题

- 什么是黑色素瘤？
- 我需要做什么检查？
- 应由谁施行治疗？
- 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？
- 我可以获得什么支持服务？

治疗

对于大部分早期患者来说，黑色素瘤被完全切除即可，无需进一步治疗。

您的家庭医生或专科医生会告诉您再患黑色素瘤和皮肤癌的风险。他们会与您讨论并制定计划，让您可以一起观察黑色素瘤和其他皮肤癌是否复发，并讨论未来如何预防皮肤癌。

高危的黑色素瘤病例可能需要专门的治疗。您的家庭医生及/或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：

手术。将黑色素瘤及其周围的一小块区域切除并缝合。如果该区域不能缝合，则将采用皮肤/皮瓣移植。皮肤/皮瓣移植指的是把身体某个部位的健康皮肤移植到另一个不同的部位。

手术可以由在皮肤癌方面有经验的家庭医生、外科医生或皮肤科医生完成。

淋巴结。前哨淋巴结活检或局部淋巴结切除应由外科医生在专科治疗中心施行。

放射疗法指的是使用 X 射线杀死癌细胞并阻止癌症发展。放疗可在手术前后进行。

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。这种疗法可用于黑色素瘤已发展并扩散到身体其他部位的情况。

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。这种疗法可用于黑色素瘤已发展并扩散到身体其他部位的情况。

如需了解更多信息，请浏览网站：

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

治疗应在治疗计划获得同意后的**两周**（手术）或**四周**（其他治疗）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。

淋巴水肿的风险

某些癌症治疗（通常是涉及腋窝和腹股沟等淋巴结区域的手术）可能会增加罹患淋巴水肿（身体区域肿胀）的风险。专科医生会与您讨论这种风险，并安排适当的处理。

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

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/锻炼对我有帮助？
- 我还可以工作吗？
- 治疗将如何影响我的日常生活？
- 我的治疗团队有哪些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？



有关费用的决定

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。

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

以及

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
- 您应该多久做一次体检，包括哪些检查项目
- 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。
- 未来如何预防皮肤癌，比如在防晒期间结合使用五种防晒方式。

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

如需了解有关预防和及早发现皮肤癌的信息，请浏览网站：

www.sunsmart.com.au



您可能想问的问题

- 如果感到不适，应与谁联系？
- 我可以做什么来尽可能保持健康？
- 在哪里可以得到更多的帮助？
- 如何才能减少未来罹患皮肤癌的风险？

癌症晚期的生活

如果癌症复发

即使经过治疗，癌症有时候也可能复发。它可能在相同的部位复发，也可能在身体的不同部位复发。

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。

治疗方法将取决于癌症扩散的程度、生长的速度以及您目前正在经历的症状。



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

姑息治疗

专科医生可能会将您转介至姑息治疗服务机构，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

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



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，我能得到什么额外的支持服务呢？
- 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。

该资源基于来自黑色素瘤患者最佳治疗途径的信息（第 2 版），可在网站：www.cancer.org.au/OCP 查看。