



知道您患有前列腺癌之後，您可能會感到震驚、焦慮或混亂。這些都是正常的反應。您可能會發現與您的醫生、家人和朋友談論您的治療選擇是有益處的。盡可能多些尋找您所需要的資訊。對於自己治療的決定您想參與多少完全取決於您。

除了非黑色素瘤皮膚癌以外，前列腺癌是目前男性最常見的癌症。每年有超過 17,000 名澳洲男性被診斷為前列腺癌。

前列腺癌比較不同尋常，這是因某些男性患的前列腺癌可以進展緩慢且對生命沒有威脅，但另一些可能進展迅速。前列腺癌的治癒率已有所改善，然而，治療的副作用可能會影響您的生活，包括性功能和控制排便的能力。

### 前列腺癌是如何治療的？

可能會有許多不同的健康工作者參與您的治療和護理。如何決定最佳治療的方法將取決於您的年齡、一般健康狀況以及癌症的等級和分期。儘管所有的治療幾乎都會有副作用，大多數可以得到有效的控制。請教您的醫生有關可能出現的副作用以及最佳應付方法。

有時積極監察會是一種有效的選擇，您的醫生將會“觀察和等待”。因為某些前列腺癌生長緩慢並且發生於老年男性，往往不會威脅生命。治療（如手術）可能帶來副作用，對於您生活的影響可能會比癌症還來得嚴重。如果選擇了“監察式等待” (watchful waiting)，您仍將需要定期接受前列腺的檢查，這可能包括重復活檢來確認情況尚未發生變化。

手術治療是把前列腺除去（前列腺切除術）。有時也需要切除周圍的組織。手術需要平均住院三至六天，隨後是六個星期的康復。如果您患有局限性的前列腺癌（癌症尚未擴散到前列腺以外）而健康狀況良好的話，外科手術可作為一種選擇。

一旦癌症已經擴散至前列腺以外，手術通常不作為一種選擇，然而可以進行其它治療。

放療使用x-射綫來破壞癌細胞。放療可能會被推薦用來治療局限性的前列腺癌。它可能會用來代替手術或者與手術聯合使用。放療還可以用來縮小癌症的面積和緩解疼痛、不適或其它症狀。

激素療法包括減低男性激素，睾酮 (testosterone) 的分泌，來幫助延緩癌症的進展。這是通過使用藥物來阻止那些令睾丸釋放睾酮的激素。如果癌症已經擴散或者您不適合於其它手術或放療，這會是一種選擇。控制激素並不能治癒局限性前列腺癌，然而它一般將可阻止前列腺癌的生長並使其進入緩解期。這種情況可以持續數年。

前列腺癌剛剛診斷時可能不會常規使用化療，然而如果癌症已經擴散並且其它治療無效時可能會使用化療。

飲食療法，或健康的飲食包括進食各種各樣的食物，以

確保您攝取身體所需的營養來應付治療和康復。必須就飲食方面與您的營養師和醫生商談。

運動療法可以促進您的癌症康復。可請教物理治療師 (physiotherapist) 或運動生理學家 (exercise physiologist) 和醫生。

### 我的身體和情緒健康會怎樣？

- 不要害怕尋求專業的和情感的支持。
- 考慮加入一個癌症支持小組。
- 學會不理睬不必要的建議和‘恐怖的故事’。
- 一天一天地生活並且記住每一天都可能不同。

輔助療法可以與醫學治療互相配合，並且某些輔助療法已經顯示可以改善生活質量或緩解疼痛。沒有證據證明這些療法可以治癒或預防癌症。重要的是要記住某些輔助療法可能引起的副作用尚未經過驗證、可能會與其它醫學治療相抵觸且費用可能會很昂貴。要把所有您想使用的輔助療法都告訴您的醫生。

### 我可以在哪裏獲得可靠的資訊？

#### 癌症協會輔助熱線 (Cancer Council Helpline) 13 11 20

在澳洲任何地方祇以一個當地電話的費用，您和您的家人便可獲得所需的資訊和支持。

如果您需要傳譯員，請撥打 131 450 (TIS 全國號碼) 聯絡翻譯及傳譯服務處，並說出您所講的語言，然後請他們為您撥打 13 11 20 接通癌症協會輔助熱線。

#### 新州癌症協會 (Cancer Council NSW) 的網站

[www.cancercouncil.com.au](http://www.cancercouncil.com.au)

#### 澳洲癌症協會 (Cancer Council Australia) 的網站

(可鏈接進入各州和領地的癌症協會網站)

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

#### 雄獅會澳洲前列腺癌網站

[www.prostatehealth.org.au](http://www.prostatehealth.org.au)

#### 澳洲男科學網站

[www.andrologyaustralia.org](http://www.andrologyaustralia.org)