



## 診斷為卵巢癌之後

# After a diagnosis of Ovarian Cancer

知道您患有卵巢癌之後，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。盡可能多搜集您所需要的資訊。對於自己治療的決定您想參與多少完全取決於您。

卵巢癌是澳洲婦女第九位最常見的癌症，每年有超過 1200 名婦女診斷為卵巢癌。尚不清楚為甚麼有些婦女患卵巢癌而其他人不患。要確診卵巢癌可能會很困難，這是因為其症狀通常不明顯並且類似於許多其它疾病。

### 卵巢癌是如何治療的？

可能會有許多不同的健康工作者參與您的治療和護理。治療的類型將取決於癌症的階段以及您的一般健康狀況。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。請您的醫生解釋可能會出現甚麼的副作用以及最佳應付方法。

手術通常是卵巢癌的首要治療。手術的目的在於確診、為早期病例確定癌症的擴散程度以及對於晚期病例盡可能地去除腫瘤組織。這可以使其他治療（如化療和放療）更為有效。

化療使用多種藥物聯合攻擊癌細胞並且減緩或阻止癌細胞的生長。大多數婦女將會接受化療作為她們治療方案的一部分，這是因為化療可以降低癌症復發的風險。

用於治療卵巢癌的化療藥物通常是通過手臂靜脈點滴來給藥。您的婦科腫瘤專家或醫學腫瘤專家將會向您解釋推薦哪種化療藥來治療您的癌症。他們還會向您解釋化療的副作用、您需要接受多長時間化療藥以及您可以在哪裏接受化療。

放療使用x-射線來破壞癌細胞。只有一小部份患有卵巢癌的婦女將接受放療。您的治療團隊將會與您討論是否向您推薦放療。放療還可用於縮小癌瘤的面積，緩解疼痛、不適或其它症狀。

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。研究表明規律的體力活動是有益的並且可以減輕如疲勞等副作用。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緒的支持。
- 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。

請記住，如果您有任何顧慮或疑問，請與您的醫生聯絡。

### 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)

**Cancer Council 鳴謝國家乳癌和卵巢癌症中心對編寫此份資訊頁所作出的貢獻。**