

診斷為前列腺癌之後

After a diagnosis
of Prostate
Cancer

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，這可能包括重複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-射線來破壞癌細胞。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

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

澳洲男科學網站
www.andrologyaustralia.org