愛Care

FORMOSA CANCER FOUNDATION MAGAZINE

uicc global cancer control

國家公益獎

財團法人台灣癌症基金會
FORMOSA CANCER FOUNDATION

翻轉25 台灣癌症基金會 看見未來

No.93
2022.DEC

擁抱生命 癌有未來

將癌症從生命的句點
翻轉為人生的逗點

主題專欄

遠端轉移攝護腺癌的新治療

確診肺癌四期別放棄
抓出關鍵基因 提升存活率

癌友專欄

豆豆家族聰明選
癌友吃出保護力

保單停效時發現乳癌
復效後確診
理賠金要照給的理由

倡議

立院厚生會成立：
提升台灣癌症新藥可近性委員會

健康園區

一起「棗」健康！認識台灣青蘋果－棗子

●無法投遞請退回
●中華郵政台北雜字第302號執照登記為雜誌交寄

國內郵資已付
台北郵局許可證
台北字第1382號

1799愛隨手
台灣癌症基金會：1799
幫助弱勢癌友邁向康復

幫助弱勢癌症家庭

你有更便利的方式

官網捐款方式介紹
手機線上捐款

郵局 / 銀行 / ATM

郵政劃撥捐款
劃撥帳號：19096916
戶名：財團法人臺灣癌症基金會

銀行轉帳捐款
於各家銀行(ATM)轉帳/匯款，
捐款後請來電通知開立捐款收據
元大銀行古亭分行(806)
帳號：00367211343310
戶名：財團法人臺灣癌症基金會

郵局/銀行(ACH)定期定額轉帳捐款
至官網「捐款與支持」下載郵局或銀行ACH
定期定額轉帳授權書，填寫後掛號寄回本會。

7-11、全家超商ATM捐款
於中國信託/台新銀行ATM(實體/網路)，
選擇捐款服務即可進行捐款。
(中信/台新晶片金融卡免手續費)

行動支付

LINE Pay
至官網「捐款與支持」，
點選LINE Pay捐款，填寫捐款資料後，
即可進入LINE Pay手機支付，
依畫面指示即可完成捐款。

街口支付、Pi拍錢包
開啟APP首頁「公益捐款」，選擇「台灣癌症基金會」
依畫面指示進行支付即可完成捐款。

台灣Pay
至官網「捐款與支持」掃描QR碼，
依照畫面指示即可完成捐款。

信用卡
線上刷卡 / 傳真授權

至官網「捐款與支持」點選信用卡線上刷卡，
依畫面指示即可完成捐款。
或下載信用卡授權書填寫後回傳至02-8787-5222

1799

1799電子發票指定捐贈

結帳時口說捐贈愛心碼「1799」
或出示「電子發票愛心條碼」
(可於官網下載)於結帳時掃描，
即可完成電子發票捐贈。

電信捐款

中華電信用戶手機直撥51162，
台灣大哥大用戶手機直撥518062，
依語音指示即可捐款。

超商機台捐款

萊爾富超商Life-ET
OK超商OK·go
至超商內機台操作，點選繳費「愛心捐款
－台灣癌症基金會」，依畫面指示輸入
捐款資料，列印代收單至櫃台繳費捐款。

台北總會：10597台北市松山區南京東路5段16號5樓之2　電話：(02)8787-9907　傳真：(02)8787-9222
南部總會：80759高雄市三民區九如二路150號9樓之1　電話：(07)311-9137　傳真：(07)311-9138
官方網站：www.canceraway.org.tw　電子信箱：5aday@canceraway.org.tw

財團法人台灣癌症基金會
FORMOSA CANCER FOUNDATION

勸募核准文號：衛部救字第1111361643號

CONTENTS

執行長的話

02 擁抱生命 癌有未來
文／賴基銘

主題專欄

04 遠端轉移攝護腺癌的新治療 鎦-177-PSMA
文／黃玉儀

06 確診肺癌四期別放棄
抓出關鍵基因 提升存活率
諮詢／林彥廷　整理／謝懿安

癌友專欄

10 癌症與親密關係（下）
文／鄭致道

12 保單停效時發現乳癌　復效後確診
理賠金要照給的理由
文／李柏泉

14 豆豆家族聰明選 癌友吃出保護力
文／許嘉芸

16 誤信健康食品具療效致病情加重
法律該如何究責？！
文／張鈐洋

倡　議

18 立院厚生會成立：
提升台灣癌症新藥可近性委員會
文／台灣癌症基金會病友權益促進研究團隊

20 病友團體參與健保預算及藥品給付機制
觀察與建議
文／蔡麗娟

健康園區

22 一起「棗」健康！認識台灣青蘋果一棗子
文／周亦秀

24 臺北市癌症篩檢　隨篩隨抽享好禮
文／蔡奕儀

活動精選

26 第十六屆十大抗癌鬥士 不只存活 還要樂活
文／莊婷蓉

服務專區

30 癌友關懷教育中心112年課程表
31 劃撥捐款單／信用卡捐款單
33 文宣出版品介紹／捐款芳名錄

熱愛生命・攜手抗癌

中華民國八十八年十二月創刊
www.canceraway.org.tw

台灣癌症基金會會訊

發行人：王金平
總編輯：彭汪嘉康
主編：賴基銘、蔡麗娟
編輯：馬吟津、汪居安、蔡奕儀
發行所：財團法人台灣癌症基金會
台北總會：台北市105南京東路5段16號5樓之2
電話：02-8787-9907　　傳真：02-8787-9222
南部分會：高雄市807九如二路150號9樓之一
電話：07-311-9137　　傳真：07-311-9138
劃撥帳號：1909-6916
戶名：財團法人台灣癌症基金會
設計印刷：喜來登實業有限公司 02-2751-1400
圖片來源：Freepik.com、123rf.com

謝謝你幫助癌症弱勢家庭！

信用卡捐款授權書

姓名 / 公司：_____
身分證字號 / 統一編號：
電話：手機_____市話(　)_____傳真(　)_____
地址：□□□ _____
信用卡別：□ VISA □ MASTER □ JCB □ 聯合信用卡
信用卡有效日期：____年____月
發卡銀行：_____ 信用卡號：_____
持卡人簽名：_____（需同信用卡簽名）
單次捐款：_____元
定期定額捐款：本人願意從_____年_____月起
□ 月捐 1,000元　□ 月捐 500元　□ 月捐 300元　□ 月捐_____元
（您若要停止捐款，請來電告知！）

1799愛隨手 電子發票捐贈好容易
只要您於開立電子發票之店家
口說愛心碼1799
店家就會將您的發票捐贈台灣癌症基金會！

財團法人台灣癌症基金會
FORMOSA CANCER FOUNDATION
台北總會：台北市松山區南京東路五段16號5樓之2　電話：(02)8787-9907
南部分會：高雄市三民區九如二路150號9樓之1　電話：(07)311-9137
戶　名：財團法人台灣癌症基金會　劃撥帳號：19096916
勸募核准文號：衛部救字第1111361643號

執行長的話

擁抱生命 癌有未來

生命裡大大小小的事情，都是一個人生的逗點。如果人生是一篇未完成的文章，由無數文字和標點構成了生命的節奏，有時疾行，有時緩和。
讓癌症從生命的句點，翻轉為人生的逗點，進而成為未來的支點，勇敢繼續前行，是財團法人台灣癌症基金會一直努力的目標。

台灣癌症基金會走過1/4世紀，感謝長期受到政府、社會各界支持，這25年來，從人人「聞癌色變」、「癌症就是絕症」的迷思恐懼年代，到今天「癌症可以預防」、「與癌和平共處」的翻轉，本會為國人健康所做的努力，不僅深入推動各項癌症預防宣導、配合政府推廣公衛政策、為病友權益進行倡議，更提供了癌友全方位照護與服務，徹底扭轉國人對癌症既有概念……

25年的努力不懈　與癌對抗、與癌共處的大躍進

本會於1997年12月成立，以癌症預防、癌友服務、癌友權益為使命，讓「癌症」各種觀念從封閉到多元、從健康的次議題成為社會及政策關注的主流。尤其是「癌症防治法」的推動，讓許多利民的癌症相關政策有母法可循，也提升了國人對癌症防治之重視。25年這一路走來的關鍵世代，基金會從議題介入、社會教育及環境與政策的影響等等，不斷的鞭策自己要成為台灣癌症防治不可或缺之力量。

基金會在1999年就開始宣導「天天5蔬果」、「蔬果彩虹579」蔬果飲食防癌觀念，而2012年更發起「全民練5功．防癌就輕鬆」口號，呼籲民眾落實「蔬果彩虹579」、「規律運動」、「體重控制」、「遠離菸檳」、「定期篩檢」五項健康生活守則，以降低國人癌症發生率。而基金會長期對於台灣好發癌症的強化篩檢宣導，例如乳癌防治宣導

蔡英文總統與台灣癌症基金會董事長 王金平、知名作家 平路老師、金鐘獎導演 陳慧翎等各界貴賓，共同見證台癌25年翻轉癌症。

的粉紅健走、子宮頸癌防治宣導的「HPV疫苗+抹片 雙重防護」及「HPV八成與你有關」、大腸癌防治宣導的「追捕癔肉小子」，肺癌防治宣導的「愛妳不肺力」，以及肝癌防治宣導之「人生B計畫」等等，早期篩檢、正確防癌生活，可降低國人60%～70%的罹癌風險。

癌症只是刻在生命裡的逗點

癌友服務及倡議，本會更是以專業團隊及高品質服務為首要目標，在2007年成立癌友關懷教育中心之後，2012年也在高雄成立，希望南北連線，一貫性服務，銜接全國各大醫院癌症資源中心，建構癌友服務網絡，為追求服務品質，更進一步在2015年通過「ISO-9001癌友關懷服務品質管理系統認證」，成為全國唯一取得服務品質認證的癌症非營利組織，建立標準化的癌友關懷服務流程，並設置「個案管理系統」由護理師、營養師、社工師、心理諮商師、保險規劃師及法律顧問等組成的專業團隊提供癌友與家屬，「一次到位」的癌症照護與服務。而為突破距離與時空環境的限制，於近年更建置各項數位化線上服務平台，讓癌友在任何場域與時段，皆可獲得學習與服務，讓服務24小時不打烊，幫助癌友邁向康復之路。

隨著罹癌人數愈來愈多，癌症時鐘每年持續加快，如今每4分20秒就有1人罹癌，台灣癌症基金會自2019年投入「台灣癌症新藥多元支持基金TmCDF」之研究，前瞻思考超高齡社會與新藥新科技快速進展的衝擊，本會始終站在以病友為中心的思維，在健保資源之外，有一過渡型支持機制，在救急救命的同時，減輕癌症家庭的自費負擔，提升癌症新藥的可近性。立法院厚生會於今年9月30日成立「提升臺灣癌症新藥可近性委員會」，非常感謝諸多立法委員的支持，未來在推動TmCDF立法/修法的這條路上，台灣癌症基金會將更努力，期盼看到台灣健保與癌友一起共存的良好醫療品質環境。本會將繼續提供更優質的癌友全面照護與教育，提升癌友生活品質，朝著「構築全民無癌希望工程」的目標前進。

準備迎接下一個25年

25年來，我們不斷扭轉大家對於癌症的恐懼，建立各項防癌抗癌的民眾教育，從深化國人對癌症的正確認知，到加強癌友關懷服務網絡，以全人關懷為目標，加強南北資源的整合，積極推動全方位的防癌抗癌理念，以及癌友服務的個別化，並持續與國際接軌，汲取最新資訊，期許帶給國人最優質的服務。感謝許多政府及各界先進給予我們的指導，也謝謝社會給予我們的支持，更感謝基金會同仁們辛苦付出，本會以「不忘初心，方得始終」面對社會大眾的期待，未來將更努力強化台灣的癌症防治宣導，並且整合社會各界資源成為癌症防治民間組織的領航者；誓言降低國人癌症的發生率和死亡率，讓癌症不再恐懼、迷惘，癌症可以預防，未來更成為慢性病，可長期與癌共存，期待在下一個25年，癌症只是刻在人生裡的逗點而已，台灣癌症基金會的大願景就是邁向無癌的希望工程，是國人完全的健康。

財團法人台灣癌症基金會執行長

遠端轉移攝護腺癌的新治療 鎦-177-PSMA

攝護腺癌生率在男性癌症中排名第五，死亡率在十大癌症中也是第五，每年有一千多人死於攝護腺癌，美國今年在三月通過針對遠端轉移攝護腺癌的新治療藥物「鎦-177-PSMA」同位素治療，屬於突破性的治療方法。

文／黃玉儀　和信醫院核子醫學科

什麼是PSMA?

Prostate-Specific Membrane Antigen （PSMA）是表現在攝護腺癌細胞上的一種特異抗原，尤其會表現在惡性度較高的攝護腺癌細胞上。因其對攝護腺癌細胞的高度特異性及結合力，已大量被應用在攝護腺癌的影像診斷以及治療。以放射性同位素標記的各種PSMA製劑進行的正子掃描，是目前公認偵測攝護腺癌淋巴結以及遠端轉移的最佳工具，當換以鎦177同位素結合PSMA，則藥物就會在腫瘤部位釋放Beta粒子殺死癌細胞。

攝護腺癌治療新突破—鎦-177-PSMA

鎦-177-PSMA（Lu-177-PSMA）治療已被證實能有效延長轉移性去勢療法抗性病人整體存活時間、延後復發時間、減少骨骼相關併發症。在這群屬於晚期的轉移性去勢療法抗性病人中，研究中發現約

一半的去勢療法抗性病人在經過治療後，PSA可下降超過50%。經鎦-177-PSMA治療後有一半的病人可以存活超過15.3個月，而沒有接受鎦-177-PSMA治療病人，一半僅存活11.3個月，以統計學的角度分析，鎦-177-PSMA治療為這群病人爭取了增加4個月的存活時間，降低了38%的死亡風險。

治療方式與療程

鎦-177-PSMA在2022年3月底獲得美國食藥署核准使用。其核准的基礎就是上述在2021年9月正式發表的第三期鎦-177-PSMA治療全球性臨床試驗結果。目前台灣已經可以透過專案藥物進口取得藥物，若是病情符合治療的條件，台灣的病人也已經可以接受鎦-177-PSMA治療的治療！目前標準的鎦-177-PSMA治療方式與療程為靜脈注射，每6周一次，共4～6次治療。由於鎦-177-PSMA藥物屬放射性同位素製劑，依據台灣法規，此類治療一但藥物劑量大於30毫居里就必須在專門的核醫同位素治療病房（或治療室）內進行。和信醫院也於8月份開始了第一例的鎦-177-PSMA治療。

副作用及照護

鎦-177-PSMA治療的副作用基本上都很輕微，比例最高的副作用是輕微程度的全身倦怠感、口乾、眼睛乾澀、噁心感或食慾不振，再來就是輕微程度的血球下降，這些副作用幾乎都會在休息後自行恢復，不會造成明顯的健康威脅或影響生活品質。因此與其他的全身性療法如化療比較，鎦-177-PSMA治療過程可說是相當輕鬆。治療後還需要遵從簡單的輻射防護事項，例如短期需與配偶分床睡眠，其餘多為避免病人排泄物的汙染的作法，對於可以生活自理的病人而言，幾乎不用擔心會有麻煩。

適應症與未來發展

然而依據研究結果，即使接受了鎦-177-PSMA治療，也有約一半的病人療效未達預期，甚至約二

到三成可能無效。鎦-177-PSMA治療費用相當昂貴，因此選擇適合的病人進行治療就更加重要。2022年6月份舉辦的美國臨床腫瘤學會年會（全球最重要的腫瘤學術會議之一），專家建議已接受第一線雄激素受體通路抑製劑（荷爾蒙治療）以及至少一線化學治療的轉移性去勢療法抗性病人，在PSMA 正子掃描確認轉移病灶為PSMA受體陽性後，可考慮此治療。同時也建議應以Ga-68 PSMA-11 或 F-18 DCFPyL（又名F-18 piflufolastat，目前台灣尚未進口）製劑執行的PSMA 正子掃描做為是否適合治療的判斷標準。

鎦-177-PSMA治療的出現，為過去這些經過多重治療的攝護腺癌晚期病人帶來的再度延長生命的希望，加上治療副作用非常輕微，因此在甫通過核准的當下就產生非常大的震撼。新治療方上市往往價格都是非常昂貴，因此慎選合適的病人進行這項治療，就是臨床醫師最重要的責任。也期待未來治療有機會通過健保給付，造福更多的攝護腺癌病友。

確診肺癌四期別放棄
抓出關鍵基因 提升存活率

諮詢專家／林彥廷　臺大醫院癌醫分院胸腔內科主治醫師
採訪編輯／謝懿安

肺癌四期手術治療有效嗎？

醫：應依據病人狀況，選擇適合治療策略

肺癌已連續18年高居國人十大癌症死因之首，且罹癌人數不斷上升，超越肝癌，又有「新國病」之稱。肺癌因早期症狀不明顯，往往發現時已經第四期，病人最常見的問題之一就是「能不能開刀？」

基本上，肺癌四期的定義為癌細胞已擴散到身體其他部位，因此很難單一用手術就把腫瘤清除乾淨，必須使用全身性療法，包含標靶治療、化學治療、免疫治療等，才有機會控制病情。

四期採用手術，多半是腫瘤已造成立即性的生命危險，例如壓迫到腦部或是骨髓，不開刀可能會導致嚴重失能或癱瘓，或是有採集腫瘤檢體的需要而進行手術，而不是單用手術將腫瘤清乾淨。

手術是暫時性的解除生命危險，為病人爭取更多時間以進行後續療程，但不代表開刀就能痊癒，應配合醫囑，儘早採取適當的全身性治療策略，才有機會提升存活率。

肺癌治療要能對症下藥
基因檢測是關鍵

醫學研究發現，肺癌與基因突變有高度關聯。以臺灣最常見的肺腺癌，有6成以上可以找到「驅動基因」突變。「驅動基因」突變是指讓正常細胞變成癌細胞之最重要的基因突變，在台灣又以EGFR基因突變最多，佔50～60%，其次為ALK佔約4～8%。

要能對症下藥，基因檢測是關鍵。找到突變基因、使用對應標靶藥物，治療的效果就可能大幅提昇。除了預測用藥，基因檢測也使用在治療出現抗藥性後，了解是否有其他基因突變，藉此調整治療策略。

治療肺癌利器多
罕見NTRK基因突變也有用藥

隨著歷年來基因檢測與藥物發展突破，甚至連罕見NTRK基因突變現在也已有標靶藥物可治療。NTRK基因突變非常少見，在肺癌的發生率據報導可能低於千分之五。目前NTRK基因突變的用藥包含Entrectinib、Larotrectinib，都已在臺灣可取得。現在更新一代藥物也正在開發，如臺大醫院的臨床試驗就針對Repotrectinib （TPX-0005）進行研究，這些新一代的藥物在未來有機會成為病人的下一個用藥選擇。

基因檢測後無對應用藥別擔心
可選用化療、免疫療法，仍有治療效果

即便檢測後發現沒有對應藥物可用，也不用過度擔心。標靶藥物並非唯一治療方式，化療、免疫療法也都有不錯治療效果。隨著醫學進步，化療從過去副作用大，到現在副作用大幅減輕，有的病人甚至幾乎沒有特別感覺，生活品質大大提升。

此外，許多抗癌新藥正透過臨床試驗不斷研發中。現今臨床試驗設計十分進步，也有衛福部與醫院倫理委員會嚴格把關，病人的試驗設計在嚴格的倫理規範下，只能比現行治療方式好、不會更差。

參加臨床試驗，可能有機會先用到未來數年後的藥物來治療腫瘤。美國國家癌症資訊網指引（National Comprehensive Cancer Network Guideline）直接指出，對癌症最好的治療就是臨床試驗。病人如果符合臨床試驗資格，臨床試驗其實也是可嘗試的治療選擇。

依據病人狀況、經濟條件
選擇適合的基因檢測方式

目前健保已針對EGFR、ALK給付檢測，若是檢測後發現並非這兩類基因突變，可再自費針對其他基因檢測，例如用次世代基因定序（Next Generation Sequencing, NGS）能一次檢測出一籃子基因是否有突變。

針對單一或是大量基因檢測，各有優缺點。一次大量驗多項基因的好處在於，能為病人一次篩選多項可能的驅動基因突變，盡快找到突變基因擬定治療策略。然而，次世代基因檢測需要針對腫瘤進行切片，取出癌細胞組織，若檢體組織不夠多，就無法做。

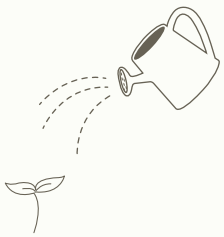
此外，自費檢測隨著基因項目的多寡，價格1～10多萬不等，對病人也是負擔。因此建議與主治醫師充分討論，選擇最適合自身的基因檢測方式。

以臺大醫院最新數據，2015年第四期肺癌病人，追蹤五年存活率已達16.5%，已較2006年的7.9%增加一倍以上。除了治療方式增加，支持性療法的改善，跨科團隊的支援對病人也很重要。很感謝外科、放射腫瘤科支持，為肺癌病人爭取更多時間，有機會等到新的藥物開發出來，一棒接一棒，存活率就有望提高，只要活著就有希望！

財團法人
雅文兒童聽語文教基金會
Children's Hearing Foundation

用愛澆灌
聽損兒的無限未來

筠筠來到雅文接受聽語早療已經2年了，
當初那個要靠得很近很近才聽得見聲音的小嬰兒，
現在已經可以恣意用口語表達。
走出無聲的世界，踏上夢想的起點，
筠筠的未來充滿各種希望。



邀請您支持更多聽損兒接受聽語早療　用愛澆灌他們的無限未來

您的愛將化成哪些養分?

助聽輔具
補助經濟困難聽損兒配戴合適的輔具，聽清楚了，才能學得好。

聽語早療
幫助聽損兒不間斷地學習聽與說，趕上同儕的語言發展。

溝通發展
培養聽損兒的人際溝通技巧，幫助他們順利融入團體。

偏鄉服務
提供偏鄉聽損兒到宅服務、中繼工作站和遠距聽語服務，讓距離不再是問題。

雅文兒童聽語文教基金會

一個長期投入在幫助聽損兒童學習**「傾聽」**與**「說話」**的專業機構，以公益服務模式，致力讓華語世界聽損兒童及其家庭重拾有聲的歡樂。

勸募核准文號 ：衛部救字第1111360304號

認識雅文 ▶

雅文FB ▶

HPV 竟然和頭頸癌有關 ?!
男性更需注意

男女皆可能因 HPV 感染引發頭頸癌
台灣男性頭頸癌發生率遠高於女性[1]

不僅限於性器官
性行為接觸到的部位如口腔口咽也有風險[2]！

無高風險飲食習慣、無菸酒檳榔，
也可能會因 HPV 感染導致頭頸癌[3]

女性不可不知的 子宮頸癌

90% 超過 9 成的子宮頸癌是
持續感染高致癌型 HPV 所造成

子宮頸癌是台灣婦女癌症發生率的第九位[4] **No.9**

4 人／每天

根據國健署統計，每天約有
4 人被診斷出罹患子宮頸癌、近 2 人死於子宮頸癌[5]
而每 5 位子宮頸癌前病變，就有一位是 20-34 歲女性，
一旦惡化成子宮頸癌，就有致死的可能[6]

不分男女都應該重視 HPV 帶來的疾病與危害！

HPV 與癌症息息相關！

一般感染多無明顯症狀但持續感染可能導致

子宮頸癌・頭頸癌・外陰癌・陰道癌・肛門癌・菜花

口咽癌及頭頸癌	子宮頸癌	高惡性度子宮頸前期癌(CIN)[a,b]	肛門癌	陰道癌[a] / 外陰癌[a]	菜花 尖形濕疣
約9成	約9成	約8成	約9成	約8成5 / 約9成	約9成
由九種 HPV 型別 HPV 6, 11, 16, 18, 31, 33, 45, 52, and 58 型導致的各種癌症比例					由HPV 6,11導致

國內核准之HPV疫苗	二價 HPV 疫苗		九價 HPV 疫苗	
適應症涵蓋的HPV型別	16, 18		16, 18, 6, 11, 31, 33, 45, 52, 58	
預防	子宮頸癌、輕度外陰癌癌前病變 輕度陰道癌癌前病變		子宮頸癌、中重度外陰癌癌前病變、中重度陰道癌癌前病變 肛門癌、頭頸癌及尖形濕疣（菜花）	
適用對象	(男) X	(女) 9 歲以上	(男) 9-45 歲	(女) 9-45 歲
接種時程	9-14 歲 可施打兩劑或三劑	15 歲以上 建議施打三劑	9-14 歲 可施打兩劑或三劑	15-45 歲 建議施打三劑

HPV 共 200 多型，
分為低致癌型與高致癌型
造成 女性與男性 HPV 相關
疾病與癌症常見的 9 種型別為

HPV 6, 11, 16, 18, 31, 33, 45, 52, 58 型[7-14]

疫苗價數代表疫苗所含 HPV 的抗原型別，
價數越高代表所含的 HPV 型別越多。

目前台灣有 2價 9價 的 HPV 疫苗可供選擇

衛生福利部最新 COVID-19 疫苗接種指示：
COVID-19 疫苗與其他疫苗的建議接種間隔至少 7 天[15]

HPV 8成 與你有關

HPV 預防三關鍵 ｜ 安全性行為 ／ 男女依醫囑接種HPV疫苗 ／ 女性定期抹片檢查

HPV=Human Papillomavirus
公益贊助｜美商默沙東

立即搜尋 口愛不口癌 了解更多 HPV 與癌症關係 ▶▶

References: 1. 使用 2000 年世界標準人口為標準人口 HPV, Human Papillomavirus; TFDA, Taiwan Food and Drug Administration 2018 衛服部癌症登記報告，癌症發生率 2. 認識頭頸癌 - 財團法人台灣癌症臨床研究發展基金會 (tccf.org.tw) 3.National Cancer Institute, National Institute of Health. Head and Neck Cancers: https://www.cancer.gov/types/head-and-neck/head-neck-fact-sheet#q1 4. 衛生福利部國民健康署《109 年死因統計結果分析》https://www.mohw.gov.tw/cp-16-61533-1.html 5. 衛生福利部國民健康署，https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=4141&pid=13381「每年仍有約 1,400 人診斷為子宮頸癌，發生年齡中位數為 58 歲，有近 700 人死於子宮頸癌」 6. 衛生福利部國民健康署《107 年子宮頸癌篩檢登記報告》表 10 (LSIL 與 HSIL 兩欄位中統計出子宮頸癌前病變約 22% 患者是 34 歲以下的年輕女性） 7.De Sanjosé S et al. *Lancet Oncol.* 2010;11:1048–1056. 8.de Sanjosé S et al. *Eur J Cancer.* 2013;49:3450–3461. 9.Alemany L et al. *Eur J Cancer.* 2014;50:2846-2854. 10.Alemany L et al. *Int J Cancer.* 2015;136:98–107. 11. Joura EA et al. Cancer *Epidemiol Biomarkers Prev.* 2014;23:1997–2008. 12. Garland SM et al. *J Infect Dis.* 2009;199:805–814. 13. Guan P et al. *Int J Cancer.*2012;131:2349–2359. 14.de Martel C, Plummer M, Vignat J, Franceschi S. Worldwide burden of cancer attributable to HPV by site, country and HPV type. Int J Cancer. 2017;141(4):664-670. 15. 衛生福利部 , COVID-19 疫苗簡介 https://www.cdc.gov.tw/Category/MPage/epjWGimoqASwhAN8X-5NIw a.Not all cervical precancers and lesions, and vulvar, vaginal, and anal cancer cases are caused by HPV. Approximately 90% of high-grade cervical precancers,7 75% of low-grade cervical lesions,7 30% of vulvar cancer cases,2 70% to 75% of vaginal cancer cases,3 and 85% to 90% of anal cancer cases4 are HPV related. b.High-grade cervical precancers defined as cervical intraepithelial neoplasia (CIN) 2/3. TW-GSL-01788 Nov/2021

護理諮詢專欄

癌症與親密關係 下篇

文／鄭致道　和信治癌中心醫院身心科主任
台灣心理腫瘤醫學學會理事長

Q1 因癌症治療造成生理上的改變，而導致「性」致缺缺，但又擔心無法滿足伴侶的需求，這方面我可以做些什麼？

癌症治療造成性慾下降，除了少數癌症治療影響性器官的構造，更可能來自於其他不同的原因，包括：患部疼痛、癌因性疲憊、治療中其他症狀影響（例如：腸造口、功能性腸胃障礙）、或是外觀改變產生的自信心受損，也有可能來自於情緒的疾病，例如嚴重的死亡恐懼、害怕癌症因為性行為而惡化、或是焦慮、憂鬱等。

除了對症下藥積極處理上述的問題外，也應當讓伴侶了解自己所處的情況，取得其諒解，避免雙方的關係受到影響。同時也要了解，除了性行為外，也可以透過碰觸、擁抱、接吻等來提供親密關係的滿足。

Q2 伴侶因癌症治療造成心理上的衝擊，這段期間我該如何陪伴他/她渡過?

伴侶罹患癌症，對於雙方的都會是很大的衝擊，但也是鞏固彼此關係很好的機會，除了提供實質上的協助，例如經濟、交通、生活起居、症狀處理的照顧外，心理上的支持與陪伴也是不可或缺，罹癌的恐懼與死亡的威脅，會讓罹癌者感到孤獨與不被了解，具備同理心的關懷與理解，是親密的伴侶最需要提供的。

然而，在長期癌症照顧的歷程中，伴侶也要注意自己的負荷與心理狀態，是否承擔太多工作與責任，以至於到達耗竭的臨界點，或是也承受太多壓力，導致情緒出現問題，有焦慮、憂鬱、失眠等情況。應當與對方多溝通，討論對方可以如何配合，才能找到一個平衡點，共同面對抗癌過程中的各種挑戰。

Q3 當親密關係發生改變或出現問題，有哪些管道可求助或諮詢？

親密關係也是癌症治療中，生理、心理、社會、靈性各面向重要的一環，即使國人可能較保守，不習慣討論性行為的議題，然而如果有需要討論，向主責癌症治療的醫師提出，是最直接的方式。如果有需要轉介身心科、婦產科、泌尿科、復健科等醫師，主責醫師也會協助安排。

醫護諮詢服務

服務專線：
02-8787-3881

即日起至**111年12月31日**止，

指定「支持癌症家庭回歸職場計畫」並捐款1000元，

即可獲得迪卡老師輕卡杏鮑菇菇纖食麵一組（4種口味各一包），幫助癌症病友重獲工作能力！

限量50組！未註明指定專案者，恕不提供迪卡老師回饋產品！

亞洲有氧天王熱烈推薦

杏鮑菇菇纖食麵

較低卡X豐富膳食纖維X高飽足
完美體重控制

【輕卡組合內容】 義式茄汁雞肉 / 義式青醬魚肉 / 鮮蔬芹菜 / 鮮蔬塔香，各一包

信用卡捐款單

填寫信用卡授權書 回傳(02)87979222 並來電(02)87879907分機212 凌小姐確認

指定捐款專案「癌症家庭回歸職場就業支持」

姓名/公司：_____ 身分證字號/統一編號：_____

電　　話：手機_____ 宅（　）_____ 傳真（　）_____

寄送地址：□□□_____

信用卡別：□VISA □MASTER □JCB □聯合信用卡 信用卡有效日期：_____月_____年

發卡銀行：_____ 刷卡金額：_____

信用卡卡號：_____ 刷卡人簽名：_____

收據抬頭：_____

收據地址：□□□_____

郵政劃撥

捐款劃撥帳號:19096916　　戶名:財團法人台灣癌症基金會

劃撥註明: 癌症家庭回歸職場就業支持

財團法人台灣癌症基金會 FORMOSA CANCER FOUNDATION X 迪卡老師

保險諮詢專欄

保單停效時發現乳癌 復效後確診 理賠金要照給的理由

文／李柏泉　台灣癌症基金會保險諮詢顧問

保單停效期間發生的疾病不受保障，但要是停效前就已經發生了呢？要是復效後才確診呢？

醫療險所保障的疾病必須是投保後才發生，要是保單因故停效，停效期間保障停止，要等保單復效後發生的疾病才恢復保障。所以保單往往約定，「本契約所稱『疾病』，係指被保險人自本契約生效日起持續有效第三十一日開始或自復效日起所發生之疾病。」

只不過，什麼叫「發生」？是指疾病已客觀存在的事實，還是要經過醫師發現及診斷確定？而疾病雖在停效期間發生，但客觀存在的事實會不會更早於停效前，也就是說停效前就已經發生疾病？

保單停效時發現乳癌　正式確診為復效後

一保戶在 108 年陸續投保住院醫療險和特定傷病保險，因未繳費之故，分別 109 年 6 月、5 月停效，停效後在 7 月間就醫檢查出右乳異常，8 月 13 日

經超音波穿刺乳房切片，8 月 14 日切片病理報告為乳癌。該保戶辦理復效後，從 8 月 27 日起復效。

復效後，於 9 月 14 日住院接受右乳部分乳房切除及右側腋下淋巴廓清手術，9 月 15 日根據腫瘤病理組織病理報告，確診為乳癌第一期。

評議中心認乳癌不排除停效前已發生

保險公司受理理賠後，認定保戶所患乳癌，是發生在停效期間的疾病，拒為理賠。但爭議到評議中心，結果卻大逆轉。

評議中心所諮詢醫療顧問，在檢視病歷後認為該保戶所患乳癌，不可能為停效期間所發生，一定是更早就已發生。評議委員根據醫療意見，於是做成「就系爭癌症發生之時點，雖無法明確認定發生時間，但不可能為停效期間所發生，應是更早就已發生，故尚難以排除發生於系爭保險契約之有效期間。」正由於「難以排除發生於停效前」的可能，保戶所投保的住院醫療險仍需負給付責任。

癌症給付認定採診斷確定為條件

此外，該保戶投保的特定傷病險，其保單關於癌症的約定為：

契約生效日持續有效第九十一日開始或復效日起經醫師診斷確定初次罹患者。

「癌症」是指初次罹患組織細胞有惡性細胞不斷生長、擴張及對組織侵害的特性之惡性腫瘤或惡性白血球過多症，經病理檢驗確定符合最近採用之『國際疾病傷害及死因分類標準』版本歸屬於惡性腫瘤。

由於係採「醫師診斷確定」，以及癌症的認定須以腫瘤病理檢驗報告與癌症分類分期確定為條件，該保戶係在 9 月 15 日始根據 9 月 14 日腫瘤切除病理檢驗報告確診為乳癌第一期，評議中心認定屬復效開始後的診斷確定，自應理賠。

保險諮詢服務

- 服務專線：
  02-87873881
- 諮詢時間：
  週三、週五 14：00-17：00

營養諮詢專欄

豆豆家族聰明選
癌友吃出保護力

文／許嘉芸　台灣癌症基金會營養師

癌友在治療期間需要攝取高蛋白質飲食提供身體所需，但飲食中除了魚蛋肉類及乳品類外，市面上充斥著宣稱蛋白質含量高的「豆豆家族」；這些食物名稱都有「豆」，但營養成分卻大不同。建議癌友在食用前要先瞭解食物的營養成分，並不是食材名稱有「豆」即表示蛋白質含量高。

分類	功能	成員	100g中蛋白質（g）	100g中碳水化合物（g）
全穀雜糧類	提供身體能量所需	紅豆	21	62
		綠豆	23	63
		花豆	21	59
		青豆仁	9	22
		鷹嘴豆	19	61
豆魚蛋肉類	幫助肌肉、血球等生長	黃豆（乾）	35.6	32.9
		毛豆（濕重）	14.6	12.5
		黑豆（乾）	37	34
蔬菜類	幫助排便順暢、排出身體內廢物	四季豆	2	5
		豌豆莢	3	7
		菜豆	3	11
		缸豆	2	6
油脂與堅果種子類	潤滑腸道、保護內臟	夏威夷豆	8	13
		土豆	29	21

根據上表可發現，全穀雜糧類中豆類雖蛋白質含量高，但其碳水化合物含量也很高，因此在食物分類中不會被歸類在高蛋白質類的食物中；癌友在選擇時，盡量選擇多元的食物，且最好有1/3是全穀類，其中就能選擇紅豆、綠豆、鷹嘴豆等搭配白米飯等主食類，也能增加蛋白質的攝取量。此外，高蛋白質食物中植物性的黃豆、毛豆及黑豆也是不錯的選擇，透過不同食物來源，除了得到足夠的蛋白質以外，更可以攝取到豐富的營養素及纖維素。而在油脂與堅果種子類的豆類中，除了擁有豐富蛋白質外，也富含維生素可以增加身體的免疫力；但是要多注意，市面上的堅果類許多都是油炸或調味過，建議以天然無調味的品項為佳。

癌友也可以這樣搭配：

❶ 全穀雜糧類：

紅豆、綠豆、花豆等搭配白飯，可以吃到更完整的胺基酸組合以增加蛋白質的利用率，對素食者來說是很好的選擇。但必須要注意，此類食物營養素比例與黃豆類差異多，避免直接當作蛋白質食物來攝取。

❷ 豆魚蛋肉類：

毛豆、黃豆和黑豆是同一種植物，擁有豐富的蛋白質及維生素，可以與其他肉類及蛋交替著食用，更能獲得植物中獨有的植化素以增加抗癌力。此外，黃豆類的膳食纖維含量豐富，腸胃較敏感的癌友在攝取時應多注意，避免吃過多造成脹氣。

❸ 蔬菜類：

四季豆、豌豆莢、菜豆、缸豆等通常是包含豆莢一起食用，此豆類膳食纖維量也相當豐富；因此當脫去外殼只吃裡面的豆子就會歸類為全穀雜糧類。下次吃飯時，除了葉菜類以外也可以搭配這些含豆莢的豆類蔬菜，增加食材的豐富性。

❹ 油脂與堅果種子類：

日常飲食中除了食用油的使用以外，常常會忘記要搭配堅果種子類，夏威夷豆或土豆（花生）算是較易取得的堅果類，其營養價值高、富含不飽和脂肪酸，有抗氧化的效果。建議吃正餐時，可壓碎加入料理中豐富食材口感，或是在餐後作為點心食用都是很棒的選擇。在挑選時，也記得要盡量選擇無調味或無油炸的品項，更有益身體健康。

瞭解這些「豆豆家族」的營養成分後，在食材搭配與選擇也可以豐富多元，更能聰明的吃出身體保護力。

營養諮詢服務

● 北部總會：
02-8787-3881
● 南部分會：
07-311-3139

下載《台癌e照護》APP
IOS
ANDROID

法律諮詢專欄

誤信健康食品具療效致病情加重 法律該如何究責？

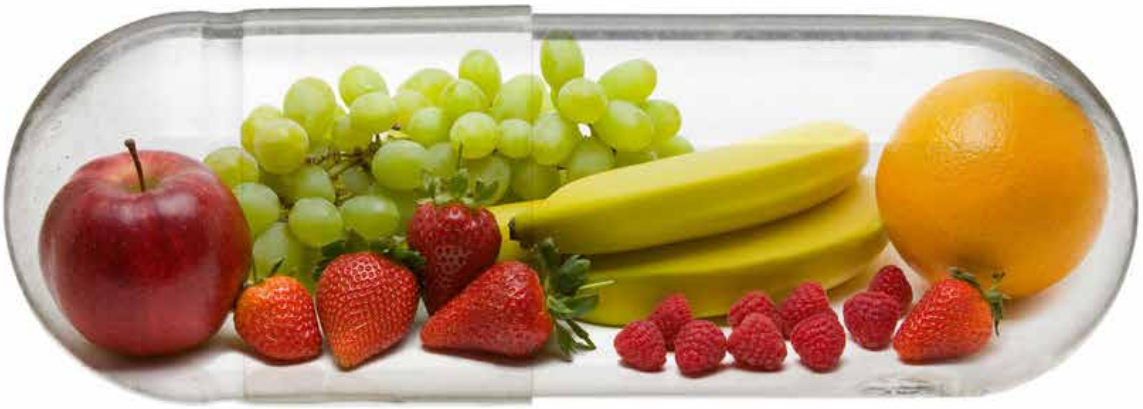
文／張鈐洋　法律扶助基金會高雄分會律師
整理／臺灣癌症基金會

現代人越來越注重身體健康及養生方法，因此許多人會透過各種管道自行找尋有關身體保健的相關知識或購買健康食品補足自己所須的營養。但身體有狀況時，不就醫或不遵從醫囑而自行購買保健食品或健康食品真的安全嗎？

許多民眾在面對病情時常常會因為不知道如何處理而有「病急亂投醫」之心態，因此當民眾發現自己或是身旁的人罹患癌症等重大疾病時，不僅道聽塗說的「偏方」容易四處流傳，民眾也可能因為電視或報章雜誌所強調的「治療」效果及名人見證等宣傳廣告而產生以健康食品代替就醫之想法。不過，相信有些民眾在面對這些廣告時可能也會產生「真的這麼神嗎」的疑惑，或者有些民眾家庭可能也曾經購買過這些健康食品，但，不遵循正規治療方式而盲目購買保健食品或向他人推銷不實廣告的健康食品，不僅對人體危害極大，同時也會涉及相關的法律責任。

健康食品是法律名詞

其實，健康食品與藥物不同，健康食品是由健康食品管理法規範、藥物則是由藥事法規範，但若一項產品既非健康食品管理法之健康食品、又非藥事法之藥物，則僅為一般食品，辨別上必須多注意。又，依據法律規定，僅有符合藥事法規定之藥商或藥品販賣者才能販賣藥品、醫療器材，而販售健康食品之業者雖然得宣稱具有保健功效，但不得宣稱有療效，否則即會違反藥事法及健康食品管理法而須負相關法律責任。至於所謂「保健功效」*，則係指「增進民眾健康、減少疾病危害風險，且具有實質科學證據之功效，非屬治療、矯正人類疾病之醫療效能，並經中央主管機關公告者」。



誤信健康食品具療效的法律究責方向

實務上曾經發生數件民眾因誤信業務話術或偏方，而購買許多不具療效之健康食品、偏方後不再服用醫師開立之藥物，導致病情加重、甚至死亡之案例，此時若民眾或民眾之家屬能夠舉證證明民眾病情加重或死亡之結果係因服用健康食品所導致、或是能夠證明販賣偏方或健康食品之業者宣稱可以用偏方或健康食品取代醫師開立之藥物，民眾或民眾之家屬應可依契約或民法侵權行為等法律關係向業者請求損害賠償；而在刑事責任上，倘業者以不實話術欺騙民眾購買不具療效之偏方或健康食品，很有可能會構成刑法上之詐欺罪，若業者是以3人以上為之或是以廣播電視、電子通訊、網際網路或其他媒體等傳播工具，對公眾散布犯之，亦有可能構成加重詐欺罪；而若經證明民眾是因吃下健康食品、偏方或是誤信可以偏方、健康食品取代藥物，進而導致病情加重或死亡，業者亦有可能構成過失傷害罪或過失致死罪。

應多方查證及徵詢醫師建議

相信民眾們都聽過預防勝於治療，同理，在面對所謂偏方或健康食品時，與其在不了解健康食品或偏方的情況下誤買誤食影響病情甚至衍生訴訟，還不如在購買之前花點時間了解產品是否有其宣稱之功效再決定是否購買，衛福部食藥署亦有提供民眾以健康食品許可證號等方式查詢經衛福部審核通過之健康食品之查詢服務。希望民眾了解的是，最清楚病情的還是醫師，因此應該以醫師開立之處方籤服藥以治療病情，切勿自己當醫師而任意停藥或服用其他藥物，即便對於健康食品有興趣，除了自行查閱相關資料外，建議仍應與醫師討論並徵詢醫師之意見後，再依照醫師之建議決定是否購買服用，否則若聽信廣告而擅自以健康食品或偏方取代醫師開立之藥物，不僅對病情沒有幫助，更可能因此導致病情惡化，得不償失。因此，提醒民眾在接觸到此類廣告資訊或業者時請務必提高警覺，以保障自己之權益及健康。

* 目前健康食品可以宣稱的保健功效項目共有13項，包括調節血脂、胃腸功能改善、護肝、免疫調節、骨質保健、不易形成體脂肪、抗疲勞、輔助調整過敏體質、調節血糖、延緩衰老、牙齒保健、促進鐵吸收、輔助調節血壓。

法扶諮詢服務

台灣癌症基金會南部分會

癌友諮詢專線：07-311-3139

立院厚生會成立

提升台灣癌症新藥可近性委員會

癌症新藥看得到吃不到，專家民團呼籲：設立癌症新藥多元支持基金，保障治療平權

文／台灣癌症基金會病友權益促進研究團隊

癌友等待癌症新藥申請健保給付，平均需等待達 730 天，加上給付範圍有限，導致許多癌症家庭即便有健保，仍必須額外籌錢自費新藥治療。本會長期倡議癌友權益提出「癌症新藥多元支持基金 TmCDF」之構想，獲立法院厚生會、財團法人厚生基金會、吳玉琴立委辦公室、劉建國立委辦公室、蘇巧慧立委辦公室、余天立委辦公室採納支持，9 月 30 日於立法院共同舉辦「提升台灣癌症新藥可近性委員會」成立大會，由立委吳玉琴擔任召集人、馬偕紀念醫院張明志醫師擔任主任委員，包括蘇巧慧、余天、徐志榮、林靜儀、蔡壁如、王婉諭等立委共同響應支持。衛福部長薛瑞元亦到場見證委員會的成立，並聽取病友心聲。癌友團體及專家呼籲，台灣癌症治療平權已經惡化，創新的癌症治療已變成有錢人的權利，盼政府正視成立台灣癌症新藥多元支持基金的必要性，建立癌症新藥在獲得健保給付前的過渡型支持機制，減輕癌症家庭負擔。

張明志醫師指出，委員會成立後將針對三大議題進行討論，包括基金需求規模預估、可行財源研究方向，以及癌症防治法修訂與子法配套。目前健保審查的困難點在於藥物經濟效益評估，若能爭取成立基金，有助於針對目前可近性較低的新藥制定給付的優先順序排序。財源方面應該從社會角度通盤考量，若從公平正義的出發點，菸捐、糖捐、酒捐甚至空污捐等都是可能的來源。

台灣癌症基金會執行長賴基銘致詞時語重心長地表示，目前台灣癌症患者的整體存活率已經輸給日本、韓國、新加坡，台灣應正面看待癌症創新治療導入的急迫性。臺灣年輕病友協會副理事長劉桓睿也表示，癌症病友新藥可近性困難，若要取得突破

性的進展勢必需要新制度，期盼 2024 年能有總統候選人站出來支持。

台北醫學大學醫務管理學系研究所教授湯澡薰認為，成立新基金刻不容緩。癌症新藥進入健保越來越困難，導致病人只能尋求私部門市場協助，也就是自費。伴隨所得差距擴大，等於是有錢人才有資格接受最新治療，導致社會公平性開始傾斜。臺灣大學健康政策與管理研究所教授楊銘欽建議，基金規模初期可以英國癌症藥品基金的規模為參考基礎來預估；陽明交通大學藥物科學院院長康照洲建議應同步提升醫療科技評估 HTA 的審議能量。

蘇巧慧委員認為，癌症防治法自 2003 年制定後到現在已經 19 年未動，確實許多環境條件已經改變，設立癌症新藥基金是「癌症治療平權」中的一環。疾病不分貴賤，被治療者應該無分貴賤出身，都有機會適用最新的治療藥物與治療方法。

劉建國委員表示 5 月已協同專家、病友團體召開公聽會，並在立院總質詢時向蘇貞昌院長表達病友團體心聲，蘇院長已責成有關單位啟動政策規劃研議。目前也已準備在本會期提出癌症防治法修法提案。

王婉諭委員指出，台灣健保曾讓國人引以為傲，然而當前健保永續性屢屢遭受挑戰是事實，應該重新檢討新藥納入給付的流程，避免讓病友處於漫長的等待中。從人權價值出發，這是台灣做為一個先進國家的責任。

徐志榮辦公室主任丁旗源表示，當初之所以規劃全民健康保險的初衷之一，就是為了解決類似有錢人才能負擔洗腎治療等「因病而貧」的社會問題，因此必須用沙盒的概念來看待新基金的成立。余天辦公室主任楊青霞也表示，因親身歷經家人罹癌，余天委員深知成立新基金的急迫性，目前已爭取 53 位立委連署支持修法，目前正在積極溝通蔡英文總統，期待基金能在 2024 年啟動，給全台 72 萬名罹癌病友一個希望。

吳玉琴委員最終表示，加速病友取得癌症新藥已成為重要課題，期盼透過委員會，整合學界、醫界、病友團體等各方意見，研議成立基金的條件。

TmCDF
台灣癌症新藥多元支持基金

▲ 提升台灣癌症新藥可近性委員會成員

病友團體參與健保預算及藥品給付機制
觀察與建議

文／蔡麗娟　健保藥物給付項目及支付標準共同擬訂會議病友團體代表
財團法人台灣癌症基金會　副執行長

病人是醫療照護體系中最直接的使用者，也是最重要的利害關係人。目前病友團體在醫療體制內參與健保預算及藥品給付機制的管道，前者主要是透過全民健康保險會（簡稱健保會），後者則透過以決定健保是否收載該藥品及其支付標準的藥物給付及支付標準共擬會（簡稱共擬會）。

病友團體應有常設席次　落實以「病人為中心」的照護理念

健保會屬合議制組織採共識決，為各利害關係人爭取資源分配的場域，病友團體亟需在此重要會議中表達聲音，爭取合理預算讓未滿足的醫療需求得以

有解決的方案。然而健保會中並沒有病友團體的常設席次，病友團體需參與公開徵求遴選後，再以抽籤方式取得席次。目前台灣病友聯盟（由 18 個跨不同疾病別的病友團體組成），是健保會中唯一的病友團體代表，可惜勢單力薄，在議題與決策上難以發揮影響力。在這種席次沒有保障，而健保議題繁複多元，且各項議題的討論有其延續性的情況下，聯盟式的病友團體因涵蓋不同疾病別，具代表性，應給予常設席次，以落實以「病人為中心」的醫療照護理念。

受限於健保總額 財務衝擊成為新藥給付與否的首要考量

共擬會自 2019 年 6 月開始有 2 位病友團體代表列席，可全程參與會議，瞭解藥品給付的討論與決策過程，以及各與會代表們所持的觀點和立場，但受限於屬非正式代表，照規定不能主動發言，需由主席視討論議題及現場狀況邀請發言。另外，病友團體也有機會在「新藥新醫材意見分享平台」上，提供使用新藥的經驗或表達對新藥的期待，病友團體的列席代表可在共擬會中陳述收集到的病友意見，然而這些意見的表達，與健保是否決定給付該新藥，沒有直接相關，主要因為健保總額每年固定，而新藥往往價格高昂，任何一個新藥的納保，意味著醫事服務提供者的點值會受到擠壓，財務衝擊仍是健保新藥給付與否的首要考量，而且一旦在專家會議或共擬會中做出健保不給付的建議，就難有翻盤的機會。

病友團體需要培力計畫 提昇專業知能 強化實質參與

病友團體在醫療體系中參與決策過程已是國際趨勢，在強調以「病人為中心」的醫療照護評比中，病友團體是否參與決策，已成為重點項目，因此病友團體除了希望政府能保障正式參與的席次外，也深知不管在健保會或共擬會中的參與，病友都必需充實自己在醫學新知、醫療政策、財務面及法制面的專業知能，才能掌握以實證為基礎的論述能力，提昇各利害關係人對病友議題的認知和關注，因此建議可仿效歐美國家由政府提供病友團體培力計畫，強化病友應具備之各項知能，讓病友團代表具備跟各利害關係人對話的能力，落實病友團體在醫療體制內的實質參與。

一起「棗」健康！

認識台灣青蘋果—棗子

文／周亦秀　台灣癌症基金會南部分會營養師

棗子吃起來皮薄肉脆、清甜爽口，又有「台灣青蘋果」之美稱，是不少大小朋友喜愛的水果，棗子為鼠李科棗屬植物，原產於印度、緬甸及中國雲南一帶，日據時代前就已經傳入台灣，主要產地為高雄燕巢、大社、阿蓮以及屏東、台南、嘉義等地區，是中南部有名的水果特產。常見栽培品種為高雄8號珍寶、高雄11號珍蜜及高雄12號珍愛，這幾種品項市場占有率達9成以上。盛產期是每年12月到隔年3月，這段期間剛好適逢農曆新年，有「找」到幸福的意涵，成為許多人春節送禮、尾牙、拜拜的首選水果。

【棗子營養素大解密】

根據 2022 年食藥署食品營養成分資料庫顯示，蜜棗每 100 克約有 37.2 毫克的維生素 C、1.6 克膳食纖維、174 毫克鉀離子，平均 2 顆棗子為一份水果類，可以提供 15 克碳水化合物、約 60 大卡的熱量。棗子除了富含維生素 C、膳食纖維、鉀離子，也能補充對預防癌症有幫助的植化素。特別提醒，治療期間免疫力較差的癌症病友，吃棗子時記得洗乾淨、去皮再食用，一樣能吃得營養又安心！

【棗子的挑選、保存小撇步】

到水果攤購買棗子時，可以掌握「表皮顏色」和「果蒂」兩大重點，挑選出品質優良的棗子，在保存方面，如果直接將無外包裝的棗子直接放入冰箱冷藏，容易讓棗子失去水分、表皮變皺且出現斑點，建議用塑膠袋、密封袋、報紙包好，或直接放入保鮮盒後冷藏，大約能保存兩週，這樣的做法能維持棗子原有的多汁風味，不怕棗子的水分流失。

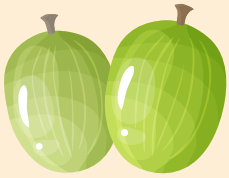
棗子營養素	對健康好處
植化素（吲哚、多酚類）	● 防癌：多酚類具有抗氧化力、提升人體免疫力，促使癌細胞凋亡、達到防癌及抗癌的好處，此外還能促進血液循環，預防心臟血管疾病。 ● 抗癌：棗子中的吲哚有抑制基因損傷及縮小腫瘤的作用，具有抗癌效果。
維生素C	● 預防貧血：棗子富含維生素C，可以將飲食中的鐵質轉換成人體方便吸收的型態，增加對鐵質的吸收率，有助於改善缺鐵性貧血。 ● 養顏美容：維生素C是皮膚在合成膠原蛋白的過程中的重要營養素，棗子提供豐富的維生素C，能讓皮膚狀況更健康、有彈性。 ● 促進傷口癒合：維生素C不僅能讓傷口修復速度加快，還具有抗氧化力，能對抗自由基造成的傷害，並抑制黑色素生成、減少傷口色素沉澱，避免留下疤痕。
膳食纖維	● 幫助消化：棗子含有豐富的水溶性膳食纖維，可以作為腸道益生菌的養分，改變細菌叢生態，並促進腸道蠕動，有軟化糞便、預防便秘的好處，幫助維持腸道健康。 ● 幫助排便：吃棗子可以增加糞便體積與重量，刺激腸道蠕動幫助排出體內有毒廢物，改善腸胃道功能、預防大腸癌。
鉀離子	● 預防高血壓：棗子所含的鉀離子，除了可以調節人體電解質及酸鹼平衡，也能幫助身體代謝掉多餘的鈉離子，達到調控血壓的好處。

挑選重點	挑選小技巧
表皮顏色	● 青綠色：口感最脆，但甜度較低、偏酸澀 ● 粉綠帶乳黃色：最剛好的熟度，果肉甜度佳且脆口（推薦！） ● 乳黃色：代表過熟，此時果肉甜度高，但吃起來較鬆軟
果蒂（果柄）	● 果蒂周圍又深又廣、光滑平順、無皺摺（推薦！） ● 果蒂周圍凹凸不平，代表品質較差

【棗子入年菜，一起棗到幸福年】

農曆年間家庭團聚必定少不了整桌年菜，不妨試試將棗子入菜增添變化，像是年節常出現的烏魚子可以搭配蜜棗切片，棗子的清甜讓烏魚子的風味更上一層樓，棗子也可以切丁搭配鮮蝦、五花肉等肉類，或是飯後來顆棗子清爽解膩，也能補充大魚大肉菜餚中所不足的膳食纖維、維生素 C 等營養素，是冬天的日常飲食中少不了的絕佳配角！

棗子入年菜



2 ~ 4 人份

棗燒五花肉

材 料

五花肉 /300 克　棗子 /2 顆　紅蘿蔔 /20 克
蒜頭 /3 瓣　糖 /5 克　醬油 /15 毫升
米酒 /15 毫升

烹調步驟

1. 五花肉切薄片，煎到表面酥脆。
2. 蒜末爆香，加入紅蘿蔔翻炒。
3. 糖炒上色，熗入醬油、米酒，拌入棗子丁即可完成。

脆棗炒鮮蝦

材 料

蝦仁 /150 克　棗子 /3 顆　雞蛋 /1 顆
枸杞 /10 克　薑絲 /2 克　橄欖油 /10 毫升
鹽巴 /2.5 克　醬油 /2.5 毫升　白胡椒粉 /2.5 克

烹調步驟

1. 蝦仁用蛋白、白胡椒粉、醬油醃 15 分鐘；棗子切小丁。
2. 熱油鍋，蝦子過油，撈起瀝乾。
3. 倒入薑絲、棗子略炒，再加蝦仁、枸杞炒熟，最後加鹽調味即可。

資料來源：農委會-棗主題館、鮮享農YA 農糧署-新鮮「棗」知道，三招挑選好棗子、TFDA-食品營養成分資料庫、營養師陳彥甫的健康食譜、Chuan-Nu Lien-醬燒五花肉

臺北市

開心篩543

臺北市癌症篩檢　隨篩隨抽享好禮

文／蔡奕儀　台灣癌症基金會企劃專員

臺北市政府推出最便民的智能癌篩網，讓市民朋友使用手機就能一鍵查找全臺北超過一千間篩檢單位，輕鬆就能預約篩檢顧健康，還有線上刮刮樂超多好獎隨時抽。左起臺北市藥師公會曾光洵主委、台灣癌症基金會蔡麗娟副執行長、賴基銘執行長、臺北市政府衛生局黃世傑局長、李詠嫻、艾力克斯夫妻、臺北市藥師公會張文靜理事長、王明媛常務理事。

根據台北市癌症發生率統計，乳癌及大腸癌分別居第一及第四位，子宮頸癌也在女性十大癌症之列，但台北市110年四癌篩檢總量（乳癌、大腸癌、子宮頸癌、口腔癌）卻較疫情前降近三成，恐導致未來更高癌症的死亡率。為讓市民遠離癌症威脅，台灣癌症基金會及臺北市衛生局推出開心篩543「智能篩檢地圖，讓50、40、30歲以上，適齡篩檢腸癌、乳癌，以及子宮頸癌的市民，更方便隨時掌控最近的篩檢診間。凡台北市民符合下方資格者，8月1日起至11月30日止完成檢查還可參加「ｉ篩隨時抽」線上刮刮卡，隨篩隨抽享好禮。

活動邀請到演藝圈模範夫妻艾力克斯與李詠嫻出席，鼓勵台北市民大家一起「你我約定」，一定要跟身邊的人約好一起篩檢，才不會錯失最愛的家人。與父母親感情濃密的艾力克斯感性分享，父母生活作息都非常健康，就是錯失了篩檢的良機，讓無情的癌症奪走生命。詠嫻也提到因為親戚裡有乳癌病史，所以自己非常重視癌症的預防篩檢，媽媽來台灣探親時約她一起健診，提早發現媽媽癌前病變，提早治療挽回寶貴健康。

台灣癌症基金會執行長賴基銘教授強調，定期乳房攝影檢查，可以降低41%的乳癌死亡率；抹片篩檢，可以降低70%的子宮頸癌死亡率，至於每2年1次糞便潛血檢查，可有效降低35%大腸癌死亡率，呼籲上班族、歷久不篩族都應該積極接受篩檢，主動關心自己的健康。

■ 大腸癌篩檢：

凡年滿50至未滿75歲（36-61年次），且110年迄今未接受糞便潛血檢查之臺北市市民。

■ 乳癌篩檢：

凡年滿45至未滿70歲（41-66年次）或40歲至44歲（67-71年次）有二等親外祖母、祖母、媽媽、姊妹、女兒曾罹患乳癌，且110年迄今未接受乳房攝影檢查之臺北市民。

■ 子宮頸癌篩檢：

凡年滿30歲至未滿70歲（41-81年次），且109年迄今未接受子宮頸抹片檢查之臺北市市民。

掃我立即線上刮刮卡試手氣

Abbott

癌症營養支援全能組

癌症營養補充

符合美國癌症學會建議[1]

幫助完成治療

7天好活力[2]

癌症營養專家

傷口黏膜營養

獨特3合一配方蛋白質胺基酸

幫助組織修復

7天看見差異[3]

3.根據專業護理人員問卷調查，需搭配足夠營養與適當護理照顧

1.營養比例符合美國癌症學會針對Omega-3, 碳水化合物, 蛋白質之建議
2.根據2020年7月追蹤39位消費者使用一周倍力素後的精神狀態

第十六屆
十大抗癌鬥士
不只存活 還要樂活

文／莊婷蓉　台灣癌症基金會專案企劃專員

十大抗癌鬥士的選拔今年已進入第16屆，今年十大抗癌鬥士專書《翻轉癌症，抗癌力大躍進：不只存活，還要樂活》除了這十位抗癌鬥士的故事外，專欄主題以「翻轉癌症」的概念來規劃，包含癌可預防、癌活得久、癌要樂活，邀請到各領域的專家跟大家分享、也給予適當的建議，從癌症的預防開始，接續探討癌症治療中還需要正視的重要決定，最後談及癌後樂活、建立健康生活型態。期待多元的觀點，能讓正在與癌症奮戰的朋友們及家屬有所共鳴，亦能陪伴他們邁向康復。

為愛抗癌，走出生命低谷

周則言 / 口腔癌

因為工作的關係，與菸檳為伍，加上長期作息不規律，埋下罹癌的種子，也從沒想過這顆種子正悄悄萌芽。以為是火氣大導致的嘴破，直到牙齒發言，臉部嚴重腫脹，家人建議下才決定就醫。「我還有機會嗎?」當醫師告知我罹患口腔癌四期，我只問了這句話，但心中充滿惶恐、不安。

手術切掉了三分之二的舌頭、右下齒齦，治療的副作用、外觀的改變、說話的不便，都讓我覺得痛苦。聽見孩子與神祈求自己的健康，讓我下定決心，為了家人，只要還有一點機會，我也要全力去拚搏、與癌症奮戰。至今，我抗癌已十九年，我持續與癌友們分享我從逃避、積極面對到重生的人生經歷，鼓勵、陪伴他們走過，這是我覺得最驕傲的事。

浴火重生，看見生命的價值與珍貴

汪念慈 / 乳癌、胃癌、肺腺癌

二〇一八年的健康檢查，我成為了乳癌患者。手術治療後，當我滿心歡喜地迎接春節，期待能與家人過節，卻得知自己確診胃癌。切除三分之二的胃和摘除腹腔淋巴，開始化療前的例行檢查，發現肺部有異常，進一步檢查，確定罹患肺腺癌。

「等妳康復，我們就去把清單上的美食都吃一遍！」接連三個癌症，我已身心俱疲，先生、女兒的愛，是我最大的動力。住院治療期間，認識了許多正在與癌症對抗的戰友，聽了我的故事而受到鼓舞，而我，也看見了自己的價值。這一段經歷，讓我改變對生命的態度，我也感謝這段經歷，讓我能調整生活腳步，在康復後，還有許多時光能助人。

歷經生命淬鍊的人生跑者

葉斯科 / 喉癌

菸酒檳榔長年在手，即使被牙醫警告口腔纖維化，也總是心存僥倖，直到確定罹患舌癌。術後獨自一人在病房中捱過黑夜與白天，看不見的未來，讓我意志好消沉。兒子看見包著紗布的我，眼神充滿害怕，後來走近我，撫摸我，抱著我流淚。

這一刻，我更確定，我要堅持下去，努力活著！追蹤進入第六年，因為喉嚨痛而到醫院檢查，再次發現腫瘤，再次的治療也逐漸吞噬我的信心以及求生意志，但為了兒子，我不能放棄。今年初牙齦腫脹，檢查後發現第三個惡性腫瘤，我仍然積極面對，但治療的痛苦，讓我更真切體會人生的無奈，也因插氣切管不能言語、全身麻痛…十二年間，我歷經三次的試煉，我不知道接下來還有什麼考驗等著我度過，但我會繼續勇敢的面對！

摘下面具，擁抱真實的自己

林佳吟 / 鼻咽癌

確診鼻咽癌第四期，來自內心深處的恐懼，讓我整整發抖了兩天。
起初治療沒有太多不適，正當我覺得幸運，上天又開了我幾個玩笑，癌細胞陸續轉移肺部、肝臟，我發現死亡離我好近…經歷三年不間斷的治療，相較於剛罹癌時得到的各種溫暖關懷，與癌共存的漫長才是我真正要克服的，無力感不停襲來，但也讓我有機會正視這些負面，接受真實的自己，過程或許很不容易但很值得，因為一路上能夠陪伴自己的只有自己，唯有認識自己，才能活得快活。

揮去生命陰影的諮商心理師

張維宏 / 淋巴癌

祖母、父親、伯父，陸續因癌症離世，時間來不及沖淡悲傷，我就被迫面對下一次的告別。在一次健檢中，發現了腫瘤，也在手術過程發現腫瘤轉移心、肺，我成為淋巴癌四期患者。除了手術後傷口的不適、化療的不適，擔心生命終將走向罹癌家人們同樣結局，是最讓我害怕的。身體逐漸康復，但仍然害怕癌症的復發，後來，我試著將人生重要的目標重新思考、排序，進入心理所就讀，我開始感受到生命的踏實與滿足。從銀行員轉職成為諮商心理師，期待陪伴更多人走過低潮，也找到自己生命的意義。

突破命運枷鎖，為生命添加亮麗色彩

劉美玲 / 甲狀腺癌

一次乳房纖維瘤追蹤，多問了一句「我喉嚨容易沙啞和腫痛，頸部能做個檢查嗎？」從此，惡夢展開，我成了癌症患者。歷經手術、放射隔離治療，身體的不適與心中的無助，讓我苦不堪言。一天，我無意中看見一項堅強的媽媽，駝著背哭泣，我才驚覺，一直以來我都沒有想過她其實也很無助…我更不能成為她的負擔。「這些痛苦，跟生死做比較，就不算什麼了」醫師的這句話，也給了我力量!我渴望可以繼續生活，也到處分享我的經歷，給予更多人力量，也激勵著自己，喜歡自己，勇敢活下去。

努力不懈，樂觀扭轉人生

唐玉珍 / 惡性腦幹腦癌

「可能長期臥床，仰賴儀器維持生理功能…」長期頭暈、頭痛，容易跌倒，檢查後罹患腦癌，開刀後，腦幹受損，留下後遺症。為了恢復體力，身為健身教練的兒子帶領著我，以基本的重量訓練來做為復建，這是我從來沒有想過的…萬事起頭難，復健過程中，自我否定沒有停止過，還好兒子們陪伴在側鼓勵我、沒有放棄我，漸漸的我越來越喜歡這項運動，還成為台灣首位健力三項比賽的腦癌患者，也能與更多人分享經歷，謝謝兒子們，讓我能改變心態，創造新的生活，讓人生更精采。

被愛填滿，黑暗後重見光明

林宗熙 / 卵巢癌

我是護理師，當時也是名正在備孕，期待擁有四口之家的普通女孩，確診卵巢癌，生育器官摘除，成為母親的願望就此落空。身為護理人員，對於副作用多少有些概念，卻還是深深被困擾著。我總告訴自己：這不是副作用！透過自我對話，以及神隊友無微不至的照顧，讓我又能重新擁有力量。生病前，我定期捐血，因此，當我得知再也不能捐血，難免失落……念頭一轉，那就捐髮吧！能找到奉獻的另一條道路，我覺得很滿足，也更喜歡現在的自己。

無畏無懼，創造精彩人生

涂景為 / 胃癌

胃痛的常態，我歸咎於工作的忙碌與壓力，發作時吃個藥打個針就能獲得舒緩，這次，各種方式都不見效果，檢查後，居然是胃癌。我以為手術後就能痊癒，呼吸困難、頭暈目眩、進食困難等，讓我嘗盡了苦頭，就連喝水我都得飽受折磨。太太為了想陪我散心，安排出遊，但過程中因體力不佳，讓我挫折感倍增，辜負太太好意，我滿是愧疚。因為不想拖累家人，我試著找尋適合的運動，漸漸地，因為太極拳，身體的狀態漸入佳境，我也開始推廣太極拳運動，還得到2021年「福爾摩沙盃太極拳錦標賽」冠軍。胃癌是上天給我的機會，讓我找到新的人生方向，繼續我的無畏人生！

深陷困境也絕不放棄

黃昱清 / 淋巴癌

確診淋巴癌，我的心卻鬆了一口氣，因為持續了一陣子的不適，多次檢查終於有了答案。比起化療期間藥物的副作用，「心理的負面想法」給我帶來更大的影響及壓力，即使一度想放棄，但想到當時懷孕的太太溫柔堅定地陪伴在側，我怎麼能放棄?治療後，為了恢復體力，我開始重拾健身，看見自己狀態的進步，我對自己也越來越有信心。健美比賽得冠軍，就是我最好的成果發表！也希望我的經歷能為在生命幽谷的人，帶來曙光。

F.Repair

化放療不再畏懼，
肌膚專業照護更容易

BUY NOW

放療照護®胸部敷料

Radiation Care® Chest dressing

1box/3pcs

放療照護®凝膠

Radiation Care® Gel

140ml

芙姵爾即膚修護乳

Skin Repair Lotion

263ml

雙效玻尿酸精華

MOISTURIZING ESSENCE

50ml

F.Repair

F.Repair

芙姵爾生醫股份有限公司

(04) 2372-0182

www.fullrepair.com.tw

台中市西區五權路2-107號17F

芙姵爾生醫

免費索取試用

行動為了病患未來需要

我們相信，在專注於創新研發的同時，提供患者所需的醫療解決方案亦是當務之急。我們始終對改善患者的生活充滿熱情，同時我們勇於決策，敢於行動；我們也相信，公司的成功能讓世界變得更加美好。

這就是我們每天努力工作的初衷。我們恪守科學的嚴謹，堅定的道德標準，以及為眾人提供醫療創新的承諾。我們今天的努力就是為了創造更美好的明天。

我們對自己的職業，所專注的事業，以及秉持的理念倍感自豪。我們的團隊，來自於不同崗位，不同公司，乃至不同國家我們因為一個共同的名字一起努力。

我們是——羅氏

Roche

台灣癌症基金會 癌友關懷教育中心 | 112 年課程表

北部中心課程表

北部課表

■ 上課地點：台北市松山區南京東路五段16號5樓之2（綜合教室）

■ 專業諮詢專線：02-87879907 分機 230趙社工

■ 心理諮商：若有需要請事先電話預約，洽02-87879907 分機 207鄧社工

課程名稱	日 期	每週	時 間	講 師
正念減壓	02 / 09～04 / 13	四	10：00～12：00	孫倢舲
淋巴水腫	02 / 24～03 / 31	五	10：00～12：00	彭嫩涵

南部中心課程表

南部課表

■ 上課地點：高雄市三民區九如二路150號9樓之1（綜合教室）

■ 專業諮詢專線：07-3119137 分機 206周營養師 / 208陳社工

■ 心理諮商：或有需要請事先電話預約，洽07-3119137 分機 208陳社工

課程名稱	日 期	每週	時 間	講 師
瑜珈健身（A）	03 / 03～04 / 21	五	14：00～16：00	朱力
瑜珈健身（B）	03 / 06～05 / 08	一	09：30～11：30	朱力
癌症營養	03 / 09～04 / 13	四	10：00～12：00	周亦秀
體適能健身	03 / 23～05 / 11	四	14：00～16：00	趙嘉豪團隊
音樂治療	03 / 07～05 / 02	二	14：30～16：30	江翊仙

課程對象： 癌症病友及其家屬

線上報名： www.canceraway.org.tw / 癌友服務 / 身心靈康復課程

電話報名： 北部02-87879907 分機 230趙社工

南部07-3119137 分機 206周營養師 / 208陳社工

課程介紹

正念減壓： 正念減壓是一種自我調養與修練，能減少大腦停留在過去或尚未發生的事情，學會如何活在當下，且不帶評價地覺察，讓正念滋養生活的每個層面。

淋巴水腫： 面臨上肢腫脹、疼痛，甚至抬不起來，是乳癌患者術後，十分常見的淋巴水腫症狀，不僅影響美觀、也存在感染風險，老師透過復健治療背景的觀點與手法，帶領癌友認識「整合退腫治療」。

瑜珈健身： 瑜珈，是一種生活哲學。藉由遵守大自然的法則及生命的律動，達到身心合一的功能，進而改善疼痛、增強免疫力。

癌症營養： 飲食與營養密不可分，也與健康息息相關，透過營養師循序引領，以簡單輕鬆的上課方式及實地操作，指導正確的飲食攝取資訊，學習紀錄飲食日誌，自我分析營養攝取，獲得良好的營養攝取，讓飲食成為一種享受而非負擔。

體適能健身： 體適能可促進健康、預防疾病、增進工作效率。藉由體適能增加身體的肌力與肌耐力、柔軟度、心肺耐力。適當地放鬆自己，避免肌肉過度緊張，其良好體適能和規律運動，讓身體組織能發揮有效的機能性。

音樂治療： 透過音樂聆聽、樂器操作、以及歌詞討論的方式，得到情緒支持和身心放鬆舒壓。引導學員創作一首屬於自己的歌曲。創作的歌曲內容包括引導學員表達出自己的感受、心情。

暢銷書 買1送1

即日起購買本會任一書籍
即隨機贈送1本抗癌鬥士系列專書

◆ 購書方式

1-14集隨機出貨

1. 親至基金會洽詢（台北市105南京東路五段16號5樓之2 服務時間：上午9點至下午5點）
2. 郵局劃撥：帳號：19096916 戶名：財團法人台灣癌症基金會
   （請在劃撥單上註明訂書名稱及數量，聯絡姓名、地址、郵遞區號、電話，以方便儘快寄書到府）
3. 信用卡訂書（請填妥信用卡付費表格，郵寄或傳真至本會，傳真電話：(02)8787-9222）

◆ 若需本會郵寄書籍至府上者，請另附郵資30元。

郵政劃撥儲金存款單

收款帳號	1	9	0	9	6	9	1	6	金額新台幣(小寫)	億	仟萬	佰萬	拾萬	萬	仟	佰	拾	元

通訊欄（限本次存款有關事項）

收款戶名	財團法人台灣癌症基金會
寄款人	□他人存款 □本戶存款
姓名	主管
地址	□□□-□□
電話	經辦局收款戳

本會將開立捐款收據，可抵繳所得稅。
捐款人收據抬頭：_____
收據開立：□每次 □年開

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳戶名

存款金額

電腦記錄

經辦局收款戳

財團法人台灣癌症基金會

信用卡持卡人定期定額捐款授權書　信用卡捐款／購書繳費表

姓名／公司：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

身份證字號／統一編號：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電　話：手機＿＿＿＿＿＿ 傳真（　）＿＿＿＿＿＿

市話（　）＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

地　址：□□□＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

信用卡別：□ VISA　□ MASTER　□ JCB　□ 聯合信用卡

信用卡有效日期：＿＿年＿＿月＿＿日

發卡銀行：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

信用卡號：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

持卡人簽名：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（須同信用卡簽名）

一、捐款方式：

1. 定期定額捐款：本人願意從＿＿年＿＿月起

□ 月捐1000元　□ 月捐 500元　□ 月捐 300元

□ 月捐＿＿＿元　(您若要停止捐款，請來電告知)

2. 不定期捐款方式：□ 本次捐款＿＿＿元

二、愛心關懷品認捐：

愛心關懷品認捐＿＿＿元

＊凡認捐愛心關懷品500元以上，本會將致贈愛care手編娃娃1隻

三、購書：□ 燦爛千陽300元　□ 隙縫裡的陽光280元

□ 懸崖邊的幸福280元　□ 雲端處的曙光280元

□ 轉念，愛飛翔280元　□ 從零重生280元

□ 勇渡波瀾280元　□ 罹癌又怎樣280元

□ 我也曾經不勇敢280元

□ 我要活得比過去精彩280元

□ 不只存活，還要樂活280元

□ 癌症病人的營養迷思300元

□ 兒童創意故事集（一套三本）450元

□ 忙碌族如何吃 決定你的抗癌力 280元

□ 防癌抗癌 5 功寶典 350元

購書郵資：30 元　　合計：＿＿＿＿元

（若需本會郵寄書籍至府上者，請另附郵資30元）

取書方式：□郵寄取書　□自行取書　□其他

總計金額：＿＿＿＿元

寄書地址：□□□＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

收據開立及寄送：□每次扣款後寄送　□年底一併開立及寄送

收據抬頭：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

收據地址：□□□＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

□本人不同意公開捐款資訊

本會開立的捐款收據，可作為您公益的捐贈，依法可抵扣所得稅。填妥表格後，請放大傳真至(02) 8787-9222或郵寄至台北市105南京東路五段16號5F-2 台灣癌症基金會收。為了作業方便，請您務必填寫郵遞區號。（本表格可影印重複使用）

郵政劃撥存款收據注意事項

一、本收據請妥為保管，以便日後查考。

二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向任一郵局辦理。

三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

財團法人台灣癌症基金會

請寄款人注意

一、帳號、戶名及寄款人姓名地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。

二、本存款單金額之幣別為新台幣，每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。

三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。

四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。

五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。

六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。

七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。

八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣（市）以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號；0501、0502現金存款、0503票據存款、2212劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查，保管五年。

文宣出版品介紹

癌症並不可怕，怕的是您不了解它。為建立國人正確的防癌保健醫學知識，本會特邀集專家及權威醫師們，撰寫各類防癌保健醫學出版品，歡迎舊雨新知給予本會支持及鼓勵，同時也歡迎各界人士踴躍贊助、訂閱或助印。

防癌抗癌 5功寶典

（264頁，17×23cm）2017年12月出版

本書除了傳授癌症專業團隊推廣多年來，最具成效的抗癌防癌處方，更特別邀請10位罹患不同癌症、不同期別的抗癌鬥士及其照護家屬分享心得；更釐清諸多常見防癌抗癌迷思及增強抗癌功力法寶！

工本費：350元整

忙碌族如何吃 決定你的抗癌力

（138頁，20×20cm） 2016年3月出版

本書集結忙碌族在健康飲食上的問題與迷思，加入防癌新知與實務操作，將「蔬果彩虹579」的觀念化為簡而易行的方案，尤其列入相關的蔬果防癌實證研究證明，用淺白的文字說明外，也搭配圖表來引導民眾更清楚的理解。

工本費：280元整

癌症病人的營養迷思

（20×20cm） 2019年5月再版

本書將坊間癌症病人與家屬最常見的營養迷思，由營養師以專業觀點一一破解，並輔以正確的營養觀念，教導病人與家屬在不同治療階段應遵循的飲食技巧，並擬定一套完善的營養照顧計劃，最特別的是針對癌症治療可能出現之各種副作用加入中醫師的飲食建議，幫助病人在這場抗癌戰役中，掌握致勝關鍵，順利邁向康復之路。

工本費：300元整

兒童創意故事集

（20.5×19.5cm） 2009年12月出版

針對國小不同年級層設計，內容豐富充滿童趣想像力，有孩子將蔬果幻化成神勇的武士打敗細菌軍團，也有孩子想像了一座蔬果森林，舉辦歡樂派對；另外，還有將蔬果變成是年輕美麗的秘方…全書加以專業的全彩插畫編排，足以讓人耳目一新且吸引孩子閱讀，並可以增加孩子對蔬菜水果的喜愛度，適合國小各年級層閱讀，一套三本，可分售。

一本／150元整

一套三本／450元整

抗癌鬥士故事系列15 我要活得比過去精彩

（230頁，14.5×21cm）2021年12月出版

「經歷過茫然無措，回過頭來，淡淡一笑，不設限的人生才精彩。」這十位抗癌鬥士走過人生的低潮，揮別過程中的無力、徬徨再展新生，也鼓舞正與癌症奮鬥的勇士們，永遠抱持對生命的敬重與熱情。

書中「癌友真心話」專欄，針對抗癌過程中，癌友想說卻不一定說得出口的真心話，邀請各領域專家，針對治療過程中的治療、營養、心理等層面給予專業的建議。今年也邀請第十四屆抗癌鬥士 張椀晴(阿布布思義)進行專欄插畫的設計，搭配各領域專家的專業資訊，拉近大家與這些專業知識的距離。

工本費：280元整

NEW 抗癌鬥士故事系列16 不只存活，還要樂活

（230頁，14.5×21cm） 2022年12月出版

「經歷衝擊而被翻轉的人生，像是將句點化為逗點，象徵生命的延續，也見證重獲新生的勇氣。癌症，已不再代表終點，而是人生旅途的轉捩點。找回失去的勇氣後，大步走向更遠的未來。」

書中從癌症可預防、治療的選擇、癌後的心理調適、重要決定的思考和規劃，翻轉民眾對於癌症的想像，減少內心的不安和恐懼，最重要的是罹癌後不只要存活、還要樂活，過去被認為是生命的句點，然而現已翻轉為人生的逗點，在癌後人生中繼續勇敢前行，活出更精彩不凡的生命！

工本費：280元整

為了鼓舞更多癌症病友，發揮抗癌的生命力量，台灣癌基金會將歷屆「抗癌鬥士徵選」所有入圍之抗癌鬥士們奮勇感人的生命故事集結成書。其中包含罹患各種不同癌症的生命鬥士，他們不向命運低頭、不放棄任何希望，最後激勵奮發、衝破黑暗，活出更璀璨的生命。透過他們的故事及勇氣，希望可以鼓勵更多人熱愛生命、迎向陽光、勇敢對抗癌症。

111年7－9月

捐款芳名錄

捐款芳名錄請至
台灣癌症基金會官網查詢

魔髮部屋® | 醫療專用假髮

髮量豐盈
美麗·自信再現

二代奈米光觸媒抗菌抗敏

化療病友免費
理平(光)頭

兒童醫療級
假髮免費申請

85折
病友專屬
最低優惠

ISO
唯一榮獲ISO9001
國際品質殊榮

一間購買·全國門市服務

免費客服專線 0800-067-167

提供成人與兒童尺寸，關愛病友優惠方案長期實施中，上網搜尋 魔髮部屋

市府店 捷運市政府站出口4，近國泰綜合醫院
台北市忠孝東路五段53號1F (02)3765-1555

忠孝店 捷運忠孝復興站出口3
台北市忠孝東路四段96-2號3F (02)8773-1568

忠孝二店 位於香檳大廈
台北市忠孝東路四段75-2號3F (02)8771-6881

復興店 復興南路與市民大道交叉口
台北市復興南路一段62號3F-1 (02)2781-0005

石牌店
台北市北投區石牌路二段95號2F (02)2822-8333

榮總店 石牌路二段交叉口，近榮總醫院、振興醫院
台北市北投區振興街1號1F (02)2821-2011

新莊店 捷運新莊站出口1，近新泰綜合醫院
新北市新莊區中正路240號1F (02)2277-8111

板橋店 捷運新埔站出口1
新北市板橋區文化路一段305號2F (02)2258-8222

桃園店 展演中心對面
桃園市中正路1085號1~2F (03)326-1551

新竹店 東門街交叉口，近南門綜合醫院
新竹市中華路二段284號1~4F (03)527-8555

台中店 精誠四街交叉口
台中市西區精誠路9號1~2F (04)2329-8958

員林店 近員林基督教醫院、員生醫院
彰化縣員林鎮中山路二段76號1~2F (04)833-8877

彰基店 近彰化基督教醫院、秀傳醫院
彰化市旭光路259號1F (04)726-0777

台南店 民生綠園圓環邊
台南市中西區中山路9號1~5F (06)223-8877

高雄店 文化中心捷運站出口4，近聖功醫院、市立民生醫院
高雄市苓雅區中正二路70號1~5F (07)224-9888

羅東店 純精路三段交叉口
宜蘭縣羅東鎮公正路292號1~2F (039)565-222