



彰化基督教醫院
CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

中華郵政特准掛號第51號受託發行為雜誌代寄



國內
郵資已付

彰化郵局許可證
郵字第874號

雜誌

「無法投遞請勿退回」

癌症防治季刊



47

期

主後2024年

本期主題

中醫癌症治療!



〔宗旨〕以耶穌基督救世博愛之精神，宣揚福音，服務世人

〔任務及願景〕醫療－建立堅強、完整、安全的健康照護體系

傳道－成為全人關懷的醫療宣教中心

服務－提供以病人為中心的服務，並關懷社區與弱勢族群

教育－成為醫療從業人員教育訓練的標竿醫院

研究－成為先進醫療科技之醫學研究中心

〔彰基精神〕愛上帝、愛土地、愛人民、愛自己

〔價值觀〕無私奉獻、謙卑服務

Contents

CHANGHUA CHRISTIAN HOSPITAL

發行人 | 陳穆寬
 總編 | 張東浩
 主編 | 洪儷中 郭芳智
 林雅音
 執行編輯 | 張美惠 張怡倩
 曾鈺婷
 醫療顧問 | 石宏仁 黃章倫
 廖淑芬 張譽耀
 陳達人 蘇金泉
 賴冠銘 林聖皓
 陳洋源 蘇竣揚
 簡宏如 林盈利
 林進清 廖培湧
 陳稼洺
 編輯群 | 周成德 王連巖
 林正修 林岳民
 楊媛婷 林逸祥
 柯智慧 李雅文
 游馥蓮 陳佩君
 呂淑芬 陳美櫻

若不同意個人資料供「癌症防治季刊」寄送，煩請連絡
 (04) 7238595 分機 7156
 張小姐。謝謝！



衛教天地—癌症新訊

編者的話

03 中醫輔助治療，陪伴病友一起抗癌 陳稼洺

中醫癌症治療

04 乳癌術後用藥「潮熱」「關節痛」，「中藥」「針灸」可緩解
吳韋函、陳文娟

06 胃癌治療中西結合更有利 黃惠茵、李聰界

08 中醫輔助治療，可緩解乳癌抗賀爾蒙治療所引發之子宮內膜增生
侯俊成

10 頭頸癌的術後針灸療程策略 陳嘉允

12 兒童癌症整合治療之回顧與展望 張順昌

14 甲狀腺癌之中醫輔助治療 吳韋函、李佳穎

16 腫瘤的中醫膳食調養 陳運泰

18 化療後不適，中醫“灸”來幫 林廉証

20 兒癌病童的中醫保健 謝昌儒

22 放射線療法後口乾舌燥，針灸能緩解 賴靜茹、江萬里

24 攝護腺癌的中醫保健 李亞倫

26 大腸癌化放療後副作用之中醫調理 林南君

其他

28 交通車時刻表 醫勤部

30 癌症捐款芳名錄&活動預告 社工部

中醫輔助治療 陪伴病友一起抗癌

中醫部部長·陳稼洺醫師



癌症是現代醫學中最具挑戰性和難以解決的問題之一，它不僅對患者和其家人造成身體上的負擔，更對他們的心理和情緒方面產生了相當程度的影響。雖然癌症治療日益進步，但治療過程的副作用仍然是無法忽視的問題。

近年來，許多國際醫學期刊報導，中醫在緩解癌症治療副作用和提高患者生活品質方面具有獨特的價值。中醫學源遠流長，是以全人的觀念和治療方法而聞名於世。中醫主要強調的是身體的整體性，認為健康是要達到陰陽平衡及致中和的狀態。例如在癌症治療中，患者往往需要接受手術併放射、化學及標靶療法，常常伴隨著強烈的副作用和不適感，而合併中醫的治療，能幫助患者減輕治療的副作用，增強身體的免疫力，進而達到改善身體的整體健康狀態。

筆者的門診有許多是因癌症治療產生副作用而前來求診的患者，透過中醫辨證論治後，不論是藥物或搭配針灸，多能得到滿意的療效。甚至也有一些患者在得知罹癌後，在開始接受西醫治療前，就先來接受中醫治療，打算進行中西醫合併治療，經過一段時間療程後，發現治療腫瘤控制的比預期進步，副作用也不明顯，這也讓我們知道越早合併

中醫治療，療效往往更令人滿意。因此，筆者在治療這些癌症患者的經驗中，發現中醫的治療確有其優勢，例如減輕癌症病人在放、化療中毒性反應（副作用），增強放、化療之敏感性，加快手術後之康復，提高生存質量及降低復發和轉移，維持長期療效等。

在本刊中，我們邀請本院中醫部專業的中醫師團隊，依其各自專精之領域，分享他們的經驗和見解，為您介紹中醫在輔助治療癌症及其副作用上之角色，無論中藥或是針灸都有其療效顯著之處。我們還將介紹一些居家的中醫養生保健觀念，如穴位按壓、膳食保健、飲食調整等，這些方法在舒緩癌症症狀和改善患者生活品質方面已經獲得了廣泛的應用和認可，還有助於提高患者的免疫力和身體的自癒能力。

希望能通過本刊，向讀者們提供有關中醫治療癌症副作用的最新進展和研究成果。中醫作為融合了千年智慧和現代科學的醫學系統，將繼續為癌症患者提供支持和幫助，同時也提醒大家，看診一定要找具醫師執照的中醫師，透過望、聞、問、切四診合參，仔細的辨證論治後找出最適合的治療方式。若誤信坊間偏方，反而可能會傷害身體。

最後，希望這本專刊能夠成為病友在癌症治療旅程中的照護與指南，為您帶來希望和勇氣，一起走過治療的路程。🙏

乳癌術後用藥 潮熱・關節痛

中藥・針灸 可緩解

中醫部 住院醫師・吳韋函
中醫部 主治醫師・陳文娟

乳癌為我國女性好發癌症排名第一位，相較於歐美國家，台灣的乳癌好發年齡比歐美國家年輕，約在 45-64 歲之間，目前根據我國衛生福利部死因統計及國民健康署癌症登記資料顯示，女性乳癌發生率及死亡率分別為 69.1 及 12.0（每十萬人口），每年有逾萬位婦女罹患乳癌，相當於每天約 31 位婦女被診斷罹患乳癌。

而目前乳癌在臨床的治療方式主要有六種，手術及其他輔助性療法，如：放射線、化療、荷爾蒙療法、標靶、免疫治療；醫師會視患者的年齡、身體狀況、癌症分期等等會有其相對應適合的治療方式。其他的輔助療法存在的原因為，乳癌在經過手術切除後，其實並不代表已完全根治，仍然有可能存在著肉眼看不見的顯微轉移，經過一段時間後有機會再導致復發或轉移，這種可能存在的轉移，可以靠手術後的輔助性化學治療、放射線治療



及荷爾蒙療法來降低發生，而其中乳癌對荷爾蒙治療反應相當不錯，其治療原理為，利用抗荷爾蒙藥物來阻斷其對乳癌細胞的刺激，透過抑制雌激素作用從而減緩或停止乳癌細胞的生長；目前臨床上最常見的 Tamoxifen 泰莫西芬，是截至現今研究證實效果良好之藥物，它可以阻斷雌性激素與其受體之結合，但其缺點包括月經不規則、出現類似更年期症候群、增加血栓、子宮內膜增生等等；而中醫在乳癌的不同治療階段中，都有一些方式可介入提供輔助，緩解副作用。

其實在中醫門診，特別是婦科，不乏這類型的乳癌病友，因對於治療的副作用感到困擾、甚至嚴重影響情緒、身心靈乃至難以繼續接受正規治療，常見的求診症狀大致有以下 4 個狀況：

- 化放療療程副作用：噁心、嘔吐、腹瀉、白血球低下、手腳末梢麻等。
- 荷爾蒙治療藥物的副作用：熱潮紅、心悸、月經紊亂、關節疼痛等。
- 術後淋巴水腫。
- 放療後局部皮膚緊繃變縮甚至纖維化。



就中醫觀點而言，直接針對癌症的治療效果有限，但伴隨西醫治療而來的副作用，則是中醫可以介入登場的領域，中醫認為這種荷爾蒙療法，會使患者出現類似停經、更年期的一些症狀，是一種腎陰虛的表現，黃帝內經云：「女子七七，任脈虛，太衝脈衰少，天癸竭」，其實指的就是腎陰的耗損殆盡，而中醫的心腎不交，會因腎水的不足，使得心火偏亢，因此患者也會出現明顯的煩躁、潮紅、口乾渴等熱象；再者，女子以肝為先天，肝氣的疏泄是論治婦女疾病不可或缺的重要角色，而由心反侮至肝，則易導致肝氣鬱滯，更甚者影響到血管血循等問題，因此簡言之，中醫論治乳癌因接受荷爾蒙療法而出現的副作用，核心治療原則為：1. 清熱同時補正養陰 2. 寧心安神疏肝解鬱 3. 行氣活血，以其呼應內經裡「正氣內存，邪不可干」之理念，強調「扶正固本」，即扶助和增強機體內在的抗病能力，從而達到「養正除積」的目的。2014年發表於「Cancer」國際期刊的十年回溯性研究：中醫輔助治療，提升乳癌患

者的存活率。乳癌患者化療後配合中醫調理，十年內死亡率可降低5成。

至於針灸穴位保養則提供三個較簡易而實用來供大家參考。

1 三陰交

為足太陰脾經的穴位，位於內踝高點直上三寸，脛骨內側緣後方；是肝經、腎經、脾經，三經的交會點。婦女性疾病均可使用此穴調理，臨床上可用於月經不調、暈眩失眠等。（圖一）

2 內關穴

為手厥陰心包經的絡穴，位於腕橫紋上二寸，掌長肌腱與橈側腕屈肌腱之間。簡言之，若有胸腹不適及煩躁、失眠等均可使用此穴舒緩症狀。（圖二）

3 足三里

為足陽明胃經的合穴，位於膝蓋下三寸，脛骨前緣旁開一橫指處。胃腸諸證、噁心嘔吐、消化不良等均可運用此穴做為補益中焦脾胃之穴。（圖三）

透過中西醫結合的治療方式，「西醫為主，中醫為輔」，以減輕癌症病友在接受西醫正規治療時常出現的不適症狀，幫助病友順利度過不適，使治療不中斷進而不延誤治療時間。



圖一 三陰交



圖二 內關



圖三 足三里

胃癌治療

中醫部 住院醫師·黃惠茵
中醫部 主治醫師·李聰界

中西結合 更有利



胃癌在台灣是常見的十大惡性腫瘤之一，由於其通常在晚期才被診斷，因此胃癌屬於死亡率高的疾病。造成胃癌的因素包括幽門螺旋桿菌感染、高齡、飲食習慣，像是攝入大量鹽分以及鮮少食用水果和蔬菜，其中幽門螺旋桿菌感染是最常見危險因素。

胃癌最常見的症狀是消化不良、食慾不振、噁心、體重減輕和上腹疼痛，多與消化性潰瘍的症狀類似，因其早期的臨床症狀多不明顯，且多不具特異性，所以很常在晚期才被發現，也導致胃癌的預後較差。

西醫治療

胃癌第一線治療以內視鏡切除術為主，因胃癌容易發生淋巴結轉移，必要時需進一步結合淋巴結廓清術；另可以搭配非手術期間的化療，輔助化療可提高胃癌患者的生存率；而晚期胃癌採用連續階段性化療。胃癌患者早期進行手術後，

患者存活率高，但治療後易影響生活品質，而放、化療亦能提高患者生存率，但毒副作用嚴重；因此合併中醫治療胃癌有其重要性，除了可提升術前、術後患者的生活品質，也能改善術後併發症、放化療副作用，以及延長生存期。

中醫觀點

在中醫典籍中，胃癌的相關論述可見於「噎膈」、「胃脘痛」、「反胃」、「積聚」等病證，中醫認為胃癌是由於六淫外邪、飲食不節、情志內傷、正氣虧損等引起脾胃損傷，進而氣結痰凝、瘀血阻絡、邪毒凝聚胃腑而成積聚。其病位在胃，與五臟相關，且以脾胃虧虛的本虛為基礎，另挾有肝鬱、氣滯、血瘀、痰凝、熱毒的本虛標實之證。

常見的胃癌證型有脾胃虛弱、肝鬱脾虛、胃熱傷陰、痰濕凝結、氣滯血瘀、氣血兩虛等，而標實多以肝氣鬱滯為先，所以肝鬱脾虛證是胃癌患者的常見證候。因此中醫治療胃癌，多以調和肝脾，使氣機升降有序、氣血陰陽平衡為主，加上理氣、化痰、燥濕、活血化瘀等治標之法，則中焦樞紐上下交通，全身氣血正常運行，邪氣無法結聚化毒而為有形之邪。

中醫治療

中醫治療會根據正邪的強弱、病程發展，進行辨證施治。胃癌早期除了有不同程度的脾胃、正氣虛弱之外，也有氣滯、血瘀、痰凝、熱毒等問題相間為害，因此早期以扶正為本，亦須輔以祛邪散結之法，減輕體內的氣滯、濕濁、痰瘀、熱毒，以減少邪毒侵犯體內正氣。而胃癌晚期多形成氣虛、血虛、陰虛、陽虛等證候，針對相對應的證候，去調補體內氣血陰陽平衡；若正氣更虛，可能會虛不受補，也不適合過度攻伐，這個階段需適度用藥調護脾胃、扶助胃氣，使脾胃運化得當以扶正固本。

胃癌患者手術後會耗傷氣血，使得脾氣更虛、運化失常，故治療會加強健運脾氣、理氣和胃，去改善術後可能會引發的胃腸功能障礙；而胃癌患者進行放療、化療後，則是耗損氣陰，造成津虧血枯，故以補益氣血、滋陰生



津為原則，兼以清熱解毒以減低放療在體內形成的熱毒，或兼以益氣通脈以改善化療神經毒性造成的神經症狀。在西醫治療胃癌的前後，若予以中藥調理，可標本兼收，不僅提高患者生存質量，而且能夠緩解治療的併發症、副作用，以及提升機體免疫力。

許多研究顯示中藥能多靶位、多環節地抑制胃癌的發生、發展與轉移，在調節機體免疫功能，阻止腫瘤生長、轉移等方面，確有其療效。例如人參，儘管其使用上仍有爭議，但研究指出其具有抑制癌細胞的增殖和促進免疫功能的調節；丹參有減少發炎反應和抑制癌細胞生長的作用，對胃癌和其癌前病變具治療潛力；黃芩則具有抑制胃癌細胞增殖和誘導癌細胞凋亡的作用，也對胃癌具有一定的治療潛力。

中藥的使用是多重的組合，中醫師須根據患者的情況，進行辨病、辨證論治，選用相對應的治療方式，除可減輕癌術後身體不適，亦可減緩放化療等副作用，進一步減少癌症復發並改善患者生活品質。現代化的中醫採用結合西醫治療胃癌的手段，相信能夠提供患者疾病治療及提高術後療效做出貢獻。

- Elizabeth C. S., Magnus N.,(2020).Gastric cancer. Lancet, 396, 635–648.
- 趙辰辰，楊佩穎，孔凡銘。賈英傑辨治胃癌經驗。中醫雜誌 2020；61(12): 1046-1048。
- 李星，樊巧玲，胃癌中醫辨證與方藥應用的文獻研究。中醫雜誌，2017，58(8):693-696。
- 田永立、夏寧俊，中西醫結合臨床路徑方案治療胃癌患者 100 例臨床觀察。中醫雜誌，2014，55(22)：1921-1925。

中醫輔助治療

可緩解乳癌抗賀爾蒙治療 所引發之子宮內膜增生

中醫部醫師
侯俊成



張小姐是一位乳癌患者，在家人的支持與照顧下，好不容易完成了乳癌手術及相關的放射線與化學治療，進入了緩解期。為了避免復發，張小姐接受了為期五年的抗賀爾蒙治療，每天需要定期服用抗賀爾蒙藥物。原先以為只要按時服藥按時回診，就可以脫離乳癌的陰影。沒想到在每半年的婦科檢查時，由超音波發現子宮內膜出現快速增厚的現象，經由醫師的解釋才知道，這是服用抗賀爾蒙藥物可能產生的副作用，若是有子宮腫瘤的家族遺傳，恐怕也會產生婦科方面腫瘤的風險。這下子可讓張小姐再次陷入癌症的恐懼當中。

乳癌是一種常見的女性癌症，對於乳癌的治療方式有許多種不同的方法，其中包括抗荷爾蒙治療。抗荷爾蒙治療是一種有效的治療方法，可以減緩或阻止乳癌的再生，但也可能會引起副作用，例如子宮內膜增生。子宮內膜增生是指子宮內膜組織在過度刺激作用下增生，導致子宮內膜厚度增加。抗荷爾蒙治療中使用的荷爾蒙阻斷劑會影響荷爾蒙的正常分泌，進而影響子宮內膜的生長發育，引起子宮內膜增生。如果不及時治療，子宮內膜增生可能會引起子宮內膜癌等嚴重問題。

中醫輔助治療是一種緩解此副作用的方法。中醫認為，子宮內膜增生是由於內分泌失調導致氣滯血瘀所致。因此，中醫輔助治療的目的是調節體內的氣血運行，從而達到緩解子宮內膜增生的效果。中醫輔助治療主要使用中藥與針灸，以改善患者的體質，調節內分泌，提高患者的自我修復能力。中醫輔助治療的核心是中藥。根據患者不同的體質和病情，中醫師會選擇不同的中藥，配合不同的配方，可以清熱解毒、活血化瘀，對緩解子宮內膜增生有較好的效果。有些患者子宮內膜增生是以水液代謝不良者，使用利濕除水的中藥也會有不錯的效果。

平常可使用中藥藥膳來增加生殖系統的循環，提供以下藥膳做為參考。

① 雞蛋枸杞粥

將適量的糯米、雞蛋、枸杞一起煮成粥。枸杞具有滋陰補腎的作用，能夠調節內分泌，緩解子宮內膜增生症狀。





② 玫瑰花紅棗茶

將適量的玫瑰花和紅棗一起煮成茶。玫瑰花具有活血化瘀的作用，能夠改善子宮內膜增生引起的症狀，而紅棗則具有補血益氣的作用，能夠提高身體免疫力，減少疾病的發生。

③ 黑豆紅棗湯

將適量的黑豆和紅棗一起煮成湯。黑豆具有清熱解毒、健脾利濕的作用，能夠調節身體內部的環境，防止子宮內膜增生症狀的發生，而紅棗則具有補血益氣的作用，能夠提高身體免疫力，減少疾病的發生。

平常也可透過穴位按摩保養生殖系統，以下提供兩個穴位做為參考（如圖）。

血海穴位於人體大腿內側，當膝蓋彎曲時，從膝蓋頂端的內側起，上行4指寬的地方。益氣補血，調經止帶婦科疾病有良好的效果。

三陰交位於大腿內側，從內踝骨向上數四指寬的地方。能調節婦科疾病、調和陰陽、舒解壓力。每日按摩三次，每次三分鐘。



血海穴及三陰交穴位圖



頭頸癌的術後

針灸療程策略

中醫部醫師·陳嘉允

頭頸部腫瘤是指發生在頭頸部位的腫瘤，分為良性和惡性。惡性的頭頸部腫瘤又稱為頭頸癌，是一種常見的癌症。西醫對於頭頸癌的治療，主要有外科手術、化學治療和放射治療等方式。這些方法雖然可以消滅或控制癌細胞，但在接受治療後可能會出現副作用，像是口乾、吞嚥困難、耳鳴、疼痛等。而針灸是中醫的一種常見治療方法，利用不鏽鋼針針刺在人體特定的位置上來調節氣血運行和臟腑功能。

針灸對於頭頸癌患者的幫助可依據接受各種治療後，產生的不同副作用分別給予相對應的處置方式：

1 減少放化療引起的口乾

針灸可以促進唾液分泌、改善口乾、減少口腔黏膜損傷、增加食慾等。根據研究，針灸可以幫助緩解頭頸癌患者化療引起的口乾副作用。在臨床上可以取胃經上的下關跟頰車這兩個穴位，因這兩個穴位正好在腮腺上，可以增加唾液的分泌，改善口乾以及味覺減退、進一步增加食慾。下關穴在耳朵前方，顴弓與下頷所形成的凹陷。頰車穴在面頰，下頷角前，耳朵下大約一指處，咀嚼時肌肉隆起之處即是；另外亦可以取位於下巴的外





金津和外玉液，兩穴位於下頷腺上，針刺此處亦可以增加唾液的分泌改善口乾，外金津和外玉液均是經外奇穴，它們位於頷下部，甲狀軟骨凹陷上 1.5 寸之點左右側旁開處。

2 改善吞嚥與頸部緊繃

對於頭頸癌術後接受放化療的病患來說，在受傷部位的疤痕組織，會產生吞嚥困難或局部緊繃感，從中醫來看手術後或放療後造成的肌肉僵硬屬於損傷後的氣滯血瘀，在針灸策略上可以在拆線後於疤痕周邊穴位、肌肉緊繃部位的阿是穴、或是緊繃僵硬肌肉周邊的穴位進行治療，像是頸部的風池穴位在後頸部頭髮與頸部交界向外平行的凹陷處，具有改善肩頸部肌肉緊繃疼痛的作用。而吞嚥困難的患者則可以取廉泉穴、外金津和外玉液來改善吞嚥功能。

3 緩解疼痛和提高生活品質

許多癌症患者會因癌症本身或放化療治療帶來

疼痛。若使用針灸合併止痛藥物治療，其效果較單獨使用止痛藥物的效果為佳，更可減少止痛藥的劑量和副作用。此類患者因為疼痛部位不定，臨床上會依照患者疼痛的部位周邊或相關的經絡進行取穴，降低患者的疼痛指數。

4 改善放化療後的耳鳴、聽力障礙

患者在接受放療或是部分化療藥物對於聽力有所影響，可能會出現耳鳴或是聽力障礙，從中醫的經絡來說三焦經、小腸經、膽經這三條經絡均經過耳朵周邊，此時可以針刺這些經絡在耳旁的穴位如耳門、聽宮、聽會等穴來改善聽力的問題。耳門穴位於耳屏前上方凹陷處。聽宮穴位於耳屏中央凹陷處。聽會穴位於耳屏的前下方，這幾個穴位對於聽力的問題均有改善作用。

頭頸癌的患者不論是接受手術、放射線治療、化學治療等，對於消除腫瘤本身均具有極佳的效果，但在接受這些治療之後所帶來的副作用往往也困擾著患者，因此可在接受不同治療時，透過中醫針灸的方式來減輕副作用，改善生活品質。



兒童癌症

整合治療

之

回顧與展望

中醫兒科主任 · 張順昌

近年來，兒童癌症成為了一個全球性的健康議題，許多孩子們都因為罹患癌症而面臨生命的考驗。根據中華民國兒童癌症基金會的統計，在台灣每十萬個0到17歲的孩子中，約有13個左右得到癌症；每年新發病的癌症病童大約在500位左右，其中以白血病、腦瘤、淋巴瘤等癌症為常見。由於兒童處於生長發育階段，細胞再生能力較好，對化療耐受程度較大人佳，故一般而言兒童癌症相較於成人癌症的治癒率高，尤其是早期發現、早期治療者。然而一些由化療和放療等治療方式引起的副作用，包括疼痛、疲勞、食慾不振和情緒困擾等

影響生活品質及後續的生育能力影響等問題，使家長不得不尋求其他的輔助支持療法，根據美國兒科學會的官方期刊(PEDIATRICS®)一篇系統回顧文獻指出，兒童癌症補充和替代醫學(包含針灸、推拿、中草藥治療、營養補充、順勢療法、正念療法……)在全球不同地區有6%到91%不等的使用盛行率。而整合醫學是一種綜合性的醫療護理方法，將標準醫療治療與已被證明為安全和有效的補充和替代醫學實踐相結合，以提升治療效益。

根據國際整合腫瘤學學會(Society for Integrative Oncology)基於實證醫學的臨床實踐指南指出，在與傳統治療相結合使用時，其中一些方法有助於控制症狀並提高患者的福祉；美國國家綜合癌症網絡(National Comprehensive Cancer



CHILDHOOD
CANCER



99% 的兒科腫瘤學家認為了解患者使用的輔助療法很重要，然而卻只有不到一半的兒科腫瘤科醫生會定期向患者詢問他們使用的輔助療法的情況，而且大多數兒科腫瘤學家不會將已知對補充和替代療法感興趣的患者轉診給相關的專家。

展望未來，隨著醫學科技的進步與人工智慧技術的迅速發展，兒童癌症治療將會更加倚重基因治療和免疫治療等新興技術，通過分析大量的臨床數據和基因訊息，醫療人員可以根據每個兒童的具體情況制定最適合的治療方案，提高治療的成功率，實現更精準的個體化治療。然而，我們也應該看到，仍然有很多挑戰需要克服，鑑於對全人醫療和醫病共同決策越來越重視，討論與了解有關整合療法的相關議題，對於醫病之間的有效溝通至關重要，尤其必須以病人為中心，將整合治療的概念深化到臨床實踐，以協調的方式將傳統和輔助的方法結合在一起，照顧到整個「人」而非治療一個「病」。讓我們一起努力，為每一個病童帶來更美好健康的未來！🙏

Network, NCCN) 支持性癌症照護臨床指南亦指出，針對癌症疼痛、疲勞、睡眠障礙、噁心嘔吐、食慾不振和焦慮等症狀，可以使用針灸、推拿按摩、冥想和瑜珈等療法來改善。美國國家癌症研究所 (National Cancer Institute, NCI) 並提供了當前、可信和準確的癌症資訊 (包含有關癌症治療、支持性護理和姑息療法及整合、補充和替代醫學)，供健康專業人員和大眾查閱。在臺灣，衛生福利部中央健康保險署近年來也推出全民健康保險中醫癌症患者加強照護整合方案，提供癌症患者西醫住院中醫輔助醫療與中醫門診延長照護，希望透過中西醫結合的治療方式，讓癌症病人能順利完成整個西醫療程，發揮最大療效，並透過中醫的體質調理，提升患者的生活品質。

儘管兒童癌症的整合治療已越趨重視，但在臨床實際照護上仍然面臨一些問題與挑戰。2021 年國際知名期刊 BMC 的一篇期刊調查指出，有將近七成的兒童被診斷癌症後會合併使用其他療法，病人 (或家屬) 最常由家人朋友以及媒體網路獲取有關兒童癌症補充和替代醫學的資訊，然而這些訊息理應由照護他們的兒童癌症醫護人員提供；超過半數的人認為，他們沒有從醫護人員那邊得到有關其他輔助療法的益處或風險的資訊。小兒血液學 / 腫瘤學雜誌 (Journal of Pediatric Hematology / Oncology) 的文獻則指出，



中醫

輔助治療

甲狀腺癌

中醫部 住院醫師 · 吳韋函

中醫部 主治醫師 · 李佳穎

甲狀腺癌是十分常見的內分泌系統惡性腫瘤，根據衛生福利部國民健康署癌症登記報告統計，台灣的甲狀腺癌人數及發生率逐年增加，占全癌症發生率“增加”最多的前5名；甲狀腺癌多以年輕族群為主，特別是40歲前青壯年族群居多，且女性比男性的發生率多4倍，甲狀腺癌已躍升至女性癌症發生率排行第五位，是年輕女性不容忽視的疾病。甲狀腺是位於頸部的小腺體，負責調節身體的新陳代謝。甲狀腺癌之細胞型態主要為乳突型及濾泡型癌，幾乎佔所有甲狀腺癌的90%。鑒於乳突型及濾泡型甲狀腺癌會攝取放射碘的特性，放射碘為這兩種甲狀腺癌診斷及治療之最佳選擇。然而儘管現代醫學在治療甲狀腺癌方面治癒率相當高，而甲狀腺癌也並非常如一般其他癌症如此令人聞風喪膽，但其治療過程中的副作用也往往容易對甲狀腺癌病友們造成困擾，而中醫可作為一種絕佳的輔助治療方式，為病友們提供了另一種有效且安全的緩解方法。

甲狀腺癌在中醫領域中隸屬「癭病」、「癭瘤」、「瘰」範疇，關於甲狀腺癌的發病機制多屬本虛



標實之症，其發病原因有多種因素，情緒壓力、飲食不當、環境因素以及遺傳等因素可能導致氣血失調，從而形成腫瘤，簡單來說，中醫將病因歸咎於情志內傷、肝脾氣逆、氣鬱、痰濕、瘀血凝滯而成。正虛為致病之本，痰、濕、瘀、滯為發病之標，二者互為因果，相互影響。因此中醫在治療所謂的癭病時會以「散結消腫」、「理氣化痰」為基本治療方法，恢復身體的平衡狀態。

最常見的中藥治療方法，根據患者的具體情況，使用適合的中藥處方，例如六味地黃丸、補中益氣湯等，這些中藥具有滋補氣血、調節免疫功能的作用，有助於減輕甲狀腺癌手術或放化療引起的不適；其中除了恢復體力元氣之外，針對放射碘 131 治療，對於女性患者最常見的副作用為月經週期及質量的改變，



因此以中醫婦科來說，補腎固衝任的治療方法是為必要，此外其他副作用如：輕微厭食、噁心、頭暈、嘔吐、皮膚搔癢、頸部輕微腫痛、口乾等症狀，中醫可以從滋養肺胃陰液著手，調理整體氣機。

若是不害怕針灸的患者，也可以考慮針灸療法，可以幫助調節體內的能量流動，緩解症狀並促進身體氣血平衡；有些因放射碘療法後出現的陰虛症狀導致睡眠差、口乾；或甚至氣虛導致的疲倦無力感等等，都可以使用針灸相關穴位獲得改善。

運動也是陪伴病友走過治療之路的重要角色，而氣功是中醫的一種傳統健身方法，通過呼吸和動作的結

合，調節身心，增強體質。一些氣功練習，如八段錦、五禽戲，有助於紓解身心靈的壓力。

最後提供一些居家飲食建議：中醫強調飲食對於身體健康的重要性，許多中藥屬於藥食同源，平常於餐點中佐加也可以作為保健。在治療甲狀腺癌過程中，建議避免辛辣刺激、油膩重口味的食物，多食用新鮮蔬菜水果、原型食物，不再對健康造成額外負擔。

中醫治療強調「因材施教」，個人化醫療。每個患者的體質和病情都不同，中醫師會根據患者的具體情況調整治療方案。儘管中醫輔助治療有其優點，但也需要患者注意以下事項：中醫輔助治療不能代替現代醫學的治療方法，患者應該尋求綜合治療，確保治療的全面性和有效性；中醫作為輔助治療，需要在專業中醫師的指導和監測下進行，不可自行購買不明藥物嘗試。🙏



腫瘤的 中醫{膳食}調養

中醫部醫師·陳運泰

「神說：看哪，我將遍地上一切結種子的菜蔬和一切樹上所結有核的果子全賜給你們作食物。」創世紀 1:29

吃飯是生活的重心，愉悅可口健康的一餐，對身、心、靈跟社交等面向都有正面的效果，腫瘤的病患尤其需要重視。

新時代的中醫很強調膳食調養（以下簡稱食療）在抗癌過程所扮演的角色，但有一些坊間的謠言迷思我們必須先澄清：

1 腫瘤食療不是服用偏方

腫瘤是個棘手的疾病，正因為一時兩刻不會好，所以各種偏方就有了存在的空間。若我們仔細觀察，幾乎每隔一陣子就會流行一些草藥或食物偏方，號稱只要照著服用能治癒癌症，說某某某就吃了這個腫瘤就消失了，試問若沒消失誰要負責，甚至有沒有可能所費不貲還會傷身呢？很多時候這些偏方都是不肖商人利用人心的弱點，再以話術誘導民眾購買的，民眾千萬不要輕信，一定要尋求正規醫療諮詢才不會破財又傷身。





2 吃特定食物抗癌不實際

腫瘤食療，重點不在強調吃什麼食物就可以抗癌消腫瘤，所有鼓吹或標榜單吃特定食物就有抗癌或消腫瘤效果的說法都是誇大不負責的。許多新鮮的天然食材確實富含能抗腫瘤的成分，但這些成分的抗癌效果大多是實驗室裡觀察到的，現實中必須要吃到相當大量的食物才能攝取足量的特定抗癌成分，舉例來說，我們有可能一天吃一百顆高麗菜來攝取足量的高麗菜抗癌的成分嗎？當然是不可能的。而且食物裡的所有成分都必須經由腸胃吸收，而每個人腸胃黏膜的吸收效率不同，加上有些化合物還需要在腸胃經過適當修飾與轉換才能被吸收，這些都顯示要靠吃特定某食物來抗癌是不實際的。我們當然可以多攝取報導說具有抗癌效果的食材，但應該是把它融入到正常飲食中，當作一般飲食攝取就好。

3 食物也有偏性，需參考自身體質謹慎挑選

另外從中醫的觀點來看，罹癌的朋友還需要特別考慮體質虛實寒熱等狀況，否則可能適合甲的成分或食物，乙吃了可能身體更不適，還沒達到抗癌效果就先受其害了。

與其跟病人說吃什麼食物好，我傾向跟病患講什麼不適合吃，也就是要注意忌口。從中醫的角度，忌口還要考慮病人的體質。

例如熱性或陰虛體質的人，不宜高熱量、煎炸、辛辣燥熱刺激的食物水果，如肥肉、大蒜、辣椒、榴槤等，以免動火生痰、散氣耗血，導致病情加重，基本上癌症病人可以食肉，但建議少量適量就好，切勿過食。寒性或陽虛體質，不宜生冷寒涼的食物，如綠豆、瓜果類、生菜等，以免損傷脾胃引起嘔吐、腹痛、腹瀉等不適。同時癌症患者還需要忌食「發物」，指具有發毒或誘發疾病惡化的食物，如蝦、蟹、鵝、鴨

等，水果如芒果、鳳梨、荔枝、龍眼等也屬發物需適量節制食用，同時避免不潔霉腐、煙燻醃製、菸酒等食物。最後忌甜也很重要，現代飲食中，精緻醣類無所不在，精緻醣類可能讓腫瘤細胞增長加速，所以飲食當中要儘量避免，醣類攝取可以粗澱粉為主，如地瓜、南瓜、糙米等 當然如果腸胃不佳，一般白米也是可以接受的。

4 餓不死腫瘤先餓昏自己

坊間一直有所謂減少攝食要把腫瘤餓死的說法，但這種飢餓療法其實是沒有證據支持的，為了抗病所需的體力，我們一定要把握新鮮、均衡、原型、適量、適合的五個大原則，不求快不求多，但求細嚼慢嚥，品嚐食物的滋味，感受食物的生命力，要相信每一口吃進身體的食物都是上帝給我們的祝福，並想像這些健康的食物經過我們身體的吸收，一定能滋養我們，療癒我們。🌱

化療後不適 中醫灸來幫

中醫部醫師·林廉証

西醫化療是一種治療癌症的方法，它通過使用藥物來殺死癌細胞或阻止其生長。然而，化療也會對正常細胞造成一定的傷害，導致一些副作用，如噁心、嘔吐、脫髮、貧血和免疫力下降等。西醫化療後中醫灸療是一種有效的輔助治療方法，可以幫助患者減少化療帶來的不良反應，使患者提高完成化療的意願。

「灸療」是一種中醫傳統的治療方式，它是通過在人體的特定穴位上點燃藥材，利用藥熏和溫熱來刺激穴位，以達到調節身體氣血、促進血液循環、緩解疼痛與強身健體等作用。

若是在病房，我們會使用另一種灸療——「藥物貼灸」，先將適當中藥材打粉並調成膏狀，敷貼於穴位上，利用藥物特性來達到刺激穴道的效果，有點類似三伏天貼藥灸的概念。患者在化療後，常常會出現身倦乏力、消化不良、噁心嘔吐、食慾不振、失眠等不適症狀，而中醫灸療正好可以幫助化療後不適的患者緩解這些症狀，增加生活品質與康復狀況。

首先，中醫灸療可以幫助化療後乏力的患者增強體力。中醫理論認為，身體內的氣血運行不暢會導致疲勞乏力，而中醫灸療可以刺激穴位，調節氣血循環，從而提高身體免疫力，增強體力，常用氣海穴和關元穴。





腹部貼灸常用穴位圖

其次，中醫灸療可以幫助化療後消化不良、食慾不振的患者調節腸胃功能。中醫認為，腸胃是人體的“根本”，中醫灸療可以刺激腸胃相關的穴位，促進腸胃蠕動，改善消化吸收功能，從而緩解消化不良、食慾不振等症狀，常用五柱穴。

此外，中醫灸療還可以幫助化療後失眠的患者改善睡眠質量。中醫理論認為，睡眠質量與身體內的氣血運行和陰陽平衡有關，而中醫灸療可以刺激穴位，調節身體的生物節律，改善睡眠質量，使患者更容易入睡，睡眠更加深沉，常用神門穴和安眠穴。

總之，中醫灸療可以作為化療後不適症狀的輔助治療方法。但需要注意灸療雖然並非侵入性治療，但因其貼灸藥物有刺激性，中醫灸療需要由專業的中醫師進行，根據患者的具體症狀和身體特質選擇適當的穴位和藥材進行灸療，以達到最佳的治療效果。此外，化療後的患者可能存在一些後遺症，例如血小板低下、血糖不穩定等，需要在進行中醫灸療前告知中醫師，以便適當調整治療方向。

附帶一題，中醫還有一種常用的外敷藥膏——如意金黃散，由天花粉、大黃、黃柏、白芷……等十種中藥材組成，多使用於紅腫熱痛等發炎反應上，研究證實，如意金黃散可緩解腮腺炎和靜脈炎的疼痛反應。臨床上，患者需要接受化學治療藥物注射，時常造成注射部位血管發炎與皮膚腫痛的現象，可外敷具有清熱涼血和消腫止痛的如意金黃散來減緩不適，當然，中藥外敷使用仍需要中醫師評估狀況與使用劑量，才能在用藥安全的範疇內，達到最佳的治療效果。🙏



兒童癌症的 【中醫保健】

中醫部醫師·謝昌儒

在台灣，每年約有 500 位新發病的癌症病童，在他們原本應無憂無慮的童年中，面對了癌症大魔王的挑戰，在這條漫長而辛苦的路程上，家長在照護過程中更需面對著巨大的心理壓力與經濟負擔。因此，各方的資源，無論是醫療或是社會支持都十分的重要，而中醫除了能扮演輔助治療的角色之外，也希望透過衛教相關的中醫保健知識，如按摩推拿或飲食宜忌，提供家長在居家照護上，在面對病童不適時，有簡便而不需額外昂貴花費的緩解方式。

關於兒童癌症的中醫養生法則，首先應了解各種兒童癌症的特點，再配合兒童的生理特點及該患兒的年齡及體質。中醫的主要介入角色在於緩解手術及放化療過程中所產生的各種副作用，提升治療的療效，並在恢復期及復健期間鞏固免疫力以加強生活品質的提升。

由於許多中藥材為藥食同源，在飲食的同時，可以透過食療來提升免疫力，加強身體的修護能力。然而，中醫講求個人體質的差異，

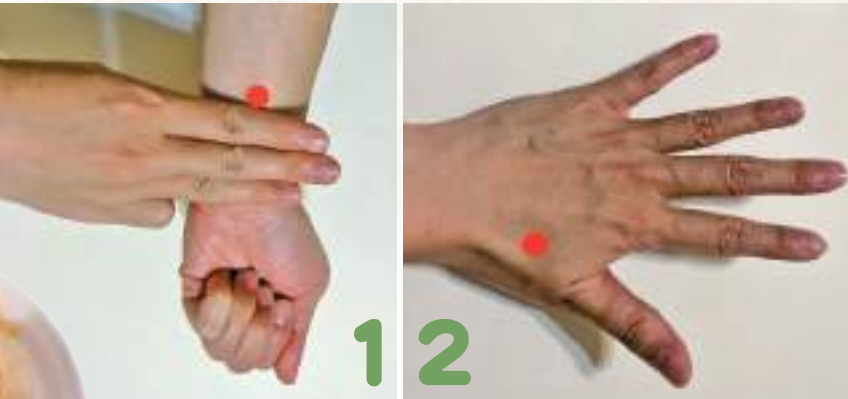


因此同病異治的情形很常見，例如同樣是罹患白血病，有些病童屬於痰濕體質，若食用過度滋膩之品，可能會造成痰濕阻滯更加嚴重，加重孩子食慾不振的情形，甚至有胸悶、嘔吐、腹瀉等情形，因此要選用健脾助運、化痰祛濕的食物，例如陳皮、薏苡仁、鱸魚等；有些病童在病程中若有陰傷氣耗的情形易造成虛熱體質，若過食溫補之品，反而容易上火，此時宜食甘涼滋潤、生津養陰的食物，例如百合、蓮藕、白木耳等。總而言之，**兒童患童的飲食應以均衡營養為基本原則**，若有搭配食療或是有中醫醫療需求，應先諮詢合格中醫師，配合西醫的治療療程所需並了解患童的體質偏性，才能真正有所助益，況且不同的藥物之間可能存有藥物交互作用，切忌聽信坊間偏方而使用來路不明的中草藥，若接受治療的醫療院所設有中醫部門，亦可尋求主治醫師的意見是否會診中醫。

在 2017 年一篇系統性文獻回顧中顯示，針灸可以有效緩解癌症相關的疼痛，尤其是在癌症疼痛及術後疼痛的改善程度最顯著⁽¹⁾。針灸的原理是利用針刺在特定穴位上，疏通人體的氣血循環、調節臟腑機能，雖然一般民眾在居家中無法使用針灸工具來做治療，但透過徒手穴位按壓，也能達到類似針刺的效果。

以下介紹一些位於四肢的穴位⁽²⁾，孩童的接受度高，家長在替孩子按摩時也十分簡便。





1 內關

【位置】前臂掌側，腕橫紋上2寸（三指寬），兩筋之間。

【功效】失眠、眩暈、心悸、嘔吐等。

2 合谷

【位置】拇指、食指兩指伸張，取歧骨前微凹處，略向食指側按之會感覺酸脹。

【功效】一切頭面病症，如頭痛、咳嗽、哮喘、鼻塞、耳鳴等。

3 足三里

【取穴】正坐垂足，小腿前外側，自外膝眼（犢鼻）下取3寸（四指寬），再由脛骨前緣向外取一橫指處。

【功效】以腸胃消化系統病證為主，如胃痛、吐瀉、便秘、食慾不振等。

4 三陰交：

【位置】小腿內側，足內踝尖上量3寸（四指寬），位於脛骨內側緣後方凹陷處。

【功效】腹脹痛、遺尿、尿閉、水腫、癩疹等。



另外，在洗澡後或睡覺前，還可透過小兒捏脊療法作為居家保健，以雙手食指和中指併攏後、與拇指相對，從尾椎兩旁沿著脊柱向上捏拿到頸部，以按摩背俞穴，可以達到疏通臟腑經絡氣血，提升患童的免疫力。🙏

放射線療法後口乾舌燥

中醫部住院醫師·賴靜茹

中醫部主治醫師·江萬里

針灸能緩解

根據國民健康署統計，109年平均每4分19秒就有1人罹患癌症，是文明社會中讓人聞風喪膽的疾病，儘管醫療技術日新月異，治療選擇及藥物種類愈趨多元，但在台灣，國人十大死因排行榜中，惡性腫瘤（癌症）仍高居第一位，除了對疾病本身的恐懼，更多的是患者在與疾病奮戰或共存的過程中，治療可能引發之副作用讓人受盡折磨。如今惡性腫瘤的治療以手術、化學治療、放射線治療、賀爾蒙及標靶治療為主，目的為盡力抑制癌細胞，並且預防其復發，但每一項治療都難免有其伴隨的副作用。

談到改善癌症放療之副作用，中醫針灸，可以登場協助！

什麼是放療？俗稱「電療」，是因閩南話對X-RAY的稱呼為「電光」，因此台灣民眾便如此流傳，放療是利用高能量的放射線來控制或破壞癌細胞，阻止惡性細胞的生長與分裂，達到限縮腫瘤體積、減少局部復發或緩解因腫瘤造成的不適；經統計，放療的副作用會依據身體部位、照射劑量而會有所不同，最常見的情況如下：

1 皮膚症狀：

初期可能會出現皮膚發紅或紅斑、發熱、嚴重者甚至會有明顯的痛癢等，之後會伴隨漸漸脫屑，後期則可能發生局部色素沈澱。

2 掉髮

是放射線治療最廣為人知的副作用，大多是照射處的局部掉髮。

3 胸腹部不適

如噁心嘔吐、咳嗽、食慾不振、消化障礙、咽喉灼熱、胃部灼熱疼痛等。

4 血球減少

骨骼或淋巴組織接受高劑量的放射線照射，就可能造成血球減少、血球生成也減少，因此症狀易出現像是貧血、出血等等。

5 局部功能障礙

如口乾舌燥、唾液不足、口腔黏膜潰爛、咽喉疼痛、味覺遲鈍或改變，吞嚥或咀嚼困難等等。



圖一、足三里穴



圖二、合谷穴



圖三、三陰交、復溜、太谿穴

從中醫的角度來看，放療的副作用可以視為一種「火邪」、「燥邪」。火、燥邪熱之毒具有灼燒及傷津耗液的特性，在人體會造成陰液的耗損，在陰分津液損傷虧耗的同時也會引起「氣」的流失，這也就是中醫常說的「氣陰兩傷」，因此中醫對於放療副作用的治療往往都是以「益氣養陰」為核心原則去選用中藥或挑選穴位以針灸之，常用針灸穴位如巨膠、承漿、頰車、合谷、足三里、三陰交、復溜、太谿等，都有改善放療後副作用的效果。

2019 年美國德州安德森大學曾利用統計數據確定針灸可以緩解頭頸癌患者因放療引起的口乾症，並且將其結果發表在 JAMA 醫學期刊上。他們將頭頸癌患者分成控制組、針灸組以及偽針灸組進行研究，資料分析以口腔乾燥問卷及唾液流量評估，結果顯示與控制組相比，針灸組在接受針灸治療一年後口乾嚴重症狀明顯變少，其機轉為針灸後腮腺周圍的組織局部血流量顯著增加，可有效增加唾液分泌，且針灸治療有如微創，幾乎無傷



圖四、承漿、巨膠穴

口照護問題、不良反應的發生率極低，研究中參與者除了偶爾抱怨針頭插入引起的輕微不適之外，無其他相關不良反應。

癌症於現代已非絕症，但必須讓身體素質更強韌、足夠支撐治療過程，提升癌症治療時患者的生活品質，才能更有機會戰勝癌魔，中醫針灸的幫助，可以陪伴癌症病友走踏這段艱辛但不黑暗的路！

參考資料

1. Effect of True and Sham Acupuncture on Radiation-Induced Xerostomia Among Patients With Head and Neck Cancer. A Randomized Clinical Trial.
M. Kay Garcia, DrPH . JAMA Netw Open. 2019 Dec; 2(12): e1916910. Published online 2019 Dec 6. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2019.16910
2. 新編彩圖針灸學，林昭庚教授，2009 年。

作者介紹



江萬里 主治醫師

現職：彰化基督教醫院
中醫部 針灸科主任、主治醫師
學歷：中國醫藥大學 中醫學系 學士
經歷：衛福部 試辦中醫針灸科 專科醫師
漢銘基督教醫院 中醫部 主治醫師
彰化基督教醫院 中醫部 總醫師



賴靜茹 住院醫師

現職：彰化基督教醫院
中醫部 住院醫師
學歷：中國醫藥大學 學士後中醫學系 學士
國立台灣大學 藥學系 學士
經歷：彰化基督教醫院 中醫部 住院醫師

攝護腺癌的

【中醫保健】

中醫部醫師·李亞倫

攝護腺癌

攝護腺癌又稱為前列腺癌，目前高居台灣癌症十大癌中的第6位，好發年齡介於60到80歲之間的男性。因為其生長速度比其他癌症來得緩慢，且攝護腺癌早期幾乎沒有症狀，所以很難早期發現。很多時候民眾會把良性攝護腺肥大與攝護腺癌混淆，是因為他們的症狀差不多而不易區分。正因如此，攝護腺癌病人在就醫時往往已是中晚期，因而延誤治療的黃金時機。



危險因子

攝護腺癌的病因雖然不是很明確，但可能的危險因子包含年齡（大於45歲）、遺傳、飲食習慣（高脂肪、高蛋白質及膽固醇）、抽菸、藥物（注射或服用男性激素）、環境。



症狀

早期攝護腺癌通常沒症狀，因此患者多無感。當腫瘤逐漸侵犯尿道、膀胱頸時，則會尿急、小便不順、小便難以排空斷斷續續、尿流變細、餘尿感重、夜尿多，嚴重者可能出現血尿、尿失禁等。若更晚期發生癌細胞骨轉移時，會有骨頭疼痛、甚至行動不便的風險。

如何診斷及治療

目前攝護腺篩檢的方法，包括經由肛門指診、經直腸超音波檢查以及血清攝護腺特殊抗原（PSA）檢查等。但值得注意的是PSA數值上升，並非就是有攝護腺癌，像是攝護腺出現病變如攝護腺發炎或攝護腺增生肥大時，攝護腺特异性抗原都有可能升高，所以必須小心排除。而攝護腺癌的治療方式，會依癌症期數不同給予不同治療，包括開刀、放射治療、攝護腺冷凍治療、荷爾蒙治療、化學藥物治療等。

中醫文獻

攝護腺癌在中醫大致上歸屬於「癰閉」、「積聚」、「尿血」的範疇。最早在《黃帝內經》中就有記載，如《素問·氣厥》提到：「胞熱移于膀胱，則癰，溺血。」《素問·宣明五氣篇》提到：「膀胱不利為癰，不約為遺溺。」《金匱要略·五臟風寒積聚病脈證並治篇》云：“…熱在下焦者，則尿血，亦令淋秘不通”。而金元四大醫學家之一的朱丹溪在他所著的《丹溪心法·小便不通》提到：「小便不通有氣虛、血虛、有痰、風閉、實熱。」初步說明了癰閉的病因。另外《丹溪心法·淋》曰：「痛者為血淋，不痛者為尿血。」將痛者稱為血淋，不痛者稱為尿血。



中醫如何協助治療

中醫認為攝護腺癌的發生乃肝腎虧損、痰濁不化、痰濕凝結成腫塊所致，多為本虛標實之症，其標在“膀胱”，本則在“腎”。中醫除了可以針對患者患病後常見的陰虛、氣虛、濕熱、血瘀、陽虛等證型進行治療，



也可以協助患者在手術及化療後產生的免疫低下、潮熱、多汗、貧血、納差（食慾不振）、血尿、性功能障礙等症狀進行調理。而放射線治療是屬於熱毒，傷陰耗氣，患者常在治療後常出現陰虛內熱的狀況，此時可以搭配中醫養陰清熱的中藥使用麥門冬、沙參、生地等藥物減輕放療的副作用。

此外，放射治療也容易耗氣，中醫可以使用如黨參、黃耆、白朮、當歸來協助健脾養胃、補氣養血提升食慾、增強體力，能夠大大提升生活品質，降低復發並增加存活率。彰基中醫部李亞倫醫師也建議，切勿擅自尋求偏方，避免病情加重惡化。

預防保健

雖然目前還沒有確切可以預防攝護腺癌的方法。但李醫師仍然建議保持健康飲食，多攝取種子、堅果、含胚芽之全穀類、黃綠色蔬菜，降低脂肪、奶類製品的攝取且增加蔬果攝取，戒菸少喝酒，平時不宜久坐或憋尿，規律的生活作息及運動，保持健康體重（BMI 低於 30）。這些都能夠大大的降低罹患攝護腺癌的風險。🙏



大腸癌

中醫部醫師·林南君

化放療後副作用

之

中醫調理

年僅 40 歲的王太太，卻在體檢時被診斷出患有大腸癌，確診後隨即進行一系列的手術及化放療，手術結束後，王太太身體虛弱，面色蒼白，而緊接而來的化放療的副作用乏力、噁心、食欲不振等讓她每天都在忍受巨大的痛苦。後來經病友建議，前來中醫門診尋求協助，中醫師根據中醫理論進行辨證論治，並配合西醫的療程，使用健脾和胃、芳香化濕、益氣養血等藥物幫助患者營養吸收及體力復原，甚至搭配滋陰清熱等藥物，來改善化療後的各種不適。

大腸癌是一種常見的消化系統惡性腫瘤，而化學放射治療是其主要治療方式之一，雖然目的是為了減少復發的機率，但同時也對患者的身體造成了一定的傷害，導致體內氣血失調，陰陽失衡等不適症狀。在化放療術後的康復過程中，中醫調理能夠幫助患者加速康復、減輕不適症狀、增強免疫力，以下

我們將大腸癌化放療後的患者依臨床症狀經辨證論治劃分幾種常見類型及調理方法：

1 脾胃虛弱型

【特徵】食慾不振，腹脹便溏，乏力，面色蒼白，舌苔白膩，脈虛弱無力。

【調理方法】養護脾胃，增進食慾。宜選用健脾益胃的中藥。飲食上宜避免生冷寒涼的食物，多食用易消化、溫熱的食物。

2 氣血虧損型

【特徵】面色蒼白，疲勞乏力，心悸氣短，舌淡苔薄，脈細弱。

【調理方法】補益氣血，養血滋陰。宜選用補氣養血的中藥。同時要避免疲勞，保持充足的休息和睡眠。

3 痰瘀阻滯型

【特徵】腹部脹滿，大便秘結，舌苔厚膩，脈弦滑。

【調理方法】化痰通腑，活血祛瘀。宜選用化痰消腫、活血化瘀的中藥。飲食上要避免油膩重口味的食物，多攝取富含膳食纖維的食物。

除了接受中藥的調理之外，還可以進行穴位按摩，例如內關、足三里穴，中醫常說「內關心胸胃」，按壓內關穴有助於寧心、安神、和胃、寬胸、降逆、止嘔；足三里屬於中醫常用保健穴、多氣多血的陽明胃經，時常刺激此穴可以調理脾胃，消滯化濕，降逆利氣，扶正培元。此外平時居家也能有一些簡單的藥膳食療，中藥有許多藥膳同源的藥材，下列供病友們參考：

①

蓮子百合粥

【材料】蓮子 30 克，百合 20 克，糯米 100 克。

【做法】將蓮子、百合浸泡清水後，與糯米一同放入鍋中，加適量清水煮成粥即可。

【功效】此粥有滋陰清熱，補脾益氣的作用，適用於脾胃虛弱型患者。



②

紅棗蓮子湯

【材料】紅棗 10 克，蓮子 30 克。

【做法】將紅棗、蓮子放入鍋中，加適量清水煮沸即可。

【功效】此湯有補中益氣，養心安神的功效，對氣血虧損型患者有益。

③

赤小豆山藥湯

【材料】赤小豆 30 克，山藥 20 克，糯米 100 克，冰糖適量。

【做法】赤小豆、山藥浸泡清水後，與糯米一同放入鍋中，加適量清水煮成粥即可。

【功效】此湯有利尿通便，補脾健胃的作用，適用於痰瘀壅阻型患者。

最後，適度的運動對於大腸癌化放療術後的調理非常重要。運動可以促進腸胃蠕動，改善血液循環，增強身體的免疫力，有助於恢復體力和精神狀態。選擇適合的運動形式，如散步、瑜伽、太極、八段錦等，根據個人體力情況進行適量的運動。

大腸癌化放療術後的調理是一個緩慢且需要持續努力的過程。中醫作為一種輔助治療方法，可以幫助病友減輕西醫治療的不適症狀，陪伴病友走過這段艱辛的康復之路。



免費交通車，班班到彰基

彰基總院→中華路院區→火車站交通車時刻表

週一～週五			週六		
總院	中華路	火車站	總院	中華路	火車站
07:00	07:10		07:00	07:10	
07:20	07:30		07:20	07:30	
07:38	07:48		07:38	07:48	
08:10	08:20		08:10	08:20	
08:30	08:40	08:45	08:30	08:40	8:45
09:00	09:10		09:00	09:10	
09:30	09:40	09:45	09:30	09:40	
10:30	10:40		10:00	10:10	
11:00	11:10		10:30	10:40	
11:30	11:45	11:40	11:00	11:10	
12:10	12:20		11:30	11:40	
13:30	13:40	13:45	12:00	12:15	12:10
14:30	14:40		12:30	12:40	
15:00	15:10		15:00	15:10	
15:30	15:40		16:40	16:50	
16:20	16:35	16:30			
17:10	17:20				
★ 17:35					
★ 17:40	17:55	17:50			
18:00	18:15	18:10			
18:30	18:45	18:40			
19:00	19:15	19:10			
19:40	19:50				
23:25	23:30				
00:20					
00:40					

1. 上下車地點：

- (1) 彰基總院：醫院大門口 (2) 中華路院區：中華路院區汽車出入口
(3) 彰化火車站：光復路與圓環入口 (4) ★號員工專車直達火車站

2. 交通車定點停靠，中途不可上、下車

3. 行駛時間：週一至週六，週日及例假日停駛

彰基總院—秀水鄉衛生所—鹿基長青院區—鹿基醫院 交通車時刻表 星期一～星期五

彰基總院→	秀水鄉衛生所→	鹿基長青院區→	鹿基醫院	鹿基醫院→	鹿基長青院區→	秀水鄉衛生所→	彰基總院
7:20	不停靠	7:40	7:55	8:00	8:10	8:20	8:40
8:50	9:05	9:15	9:30	9:20	9:30	不停靠	10:00
10:00	不停靠	10:25	10:40	10:20	10:30	不停靠	11:00
11:00	11:15	11:25	11:40	12:20	12:30	12:40	13:00
13:30	不停靠	13:55	14:10	14:10	14:20	不停靠	14:50
15:30	不停靠	15:55	16:10	15:10	15:20	不停靠	15:50
17:40	不停靠	18:05	18:20	16:30	16:40	不停靠	17:10
				17:40	17:50	不停靠	18:20

彰基總院—秀水鄉衛生所—鹿基長青院區—鹿基醫院 交通車時刻表 星期六

彰基總院→	鹿基長青院區→	鹿基醫院	鹿基總院→	鹿基長青院區→	彰基總院
7:20	7:40	7:55	9:10	9:20	9:50
10:30	10:55	11:10	11:10	11:20	11:50
11:50	12:10	12:25	12:25	12:35	13:00

- 上下車地點：(1) 彰基總院：兒童醫院旁廣場。(2) 秀水鄉衛生所：大門口。
(3) 鹿基長青院區：大門口。(4) 鹿基醫院：大門口。
- 交通車定點停靠，中途不可上、下車。
- 行駛時間：星期一～星期六，星期六下午停駛，星期日及例假日停駛。

雲基醫院—彰基總院交通車時刻表

彰基總院→	雲基醫院	雲基醫院→	彰基總院
星期一～星期五	星期六	星期一～星期五	星期六
08:00	09:20	07:10	12:10
09:20		12:10	
13:10		14:10	
15:00		15:00	
17:00		16:00	
18:10		17:10	

備註：

- 交通車為往返雲基醫院及彰化基督教醫院總院。
- 為了不延誤大家就醫的權利，請於發車時間前 5 分鐘候車，謝謝合作。
- 行駛時間：星期一～星期六，星期六下午停駛，星期日及特定例假日停駛。

其他交通資訊：

- 彰基總院急診室出口處旁，有彰化客運停靠，民眾可選擇搭乘，票價以彰化客運公告為主。
- 彰基總院大門口有特約計程車，可方便民眾搭乘，車資以公告之收費標準為主。



彰化基督教醫療財團法人
彰化基督教醫院



安寧緩和照護 中醫伴行善終

多元緩和方式緩解末期患者不適
給最愛的人最後一段有品質的生活



無痛雷射針灸可處理
下肢水腫、麻痺與腿
脹和疲憊等問題。



適應症

水腫、腹脹、疼痛、便秘、失眠、焦慮等



治療方式

安寧住院中醫會診，安寧居家中醫照會以及中醫門診口服中藥、傳統針灸、雷射針灸、耳穴按壓、灸療膏敷貼、藥浴包、冰硝散外敷等。

門診
住院、居家
皆可提供
服務

如有中醫安寧緩和照護需求，請至**中醫部陳運泰醫師**
門診諮詢或洽**04-7238595**分機**4229**。



《健保居家中醫藥服務》

中醫師到你家 居家真放心



【服務對象 / 符合三項條件】

- 失能或疾病致外出就醫不便
- 經評估有明確中醫醫療需求
- 限居住於住家之病患

【服務項目】

中風復健、針灸、中藥調理
中醫衛教指導

【適應症參考】

中風後遺症
泌尿道疾病
傷口及皮膚問題
咳嗽痰多、腹脹
便秘、關節僵硬
疼痛、水腫等



諮詢專線

04-7238595 轉 4229

中醫個案管理師



彰化基督教醫院財團法人
彰化基督教醫院