

小病人如何走出身心幽谷

■ 吳美枝

成長中的孩子為什麼會罹癌？除少數兒童罹癌有跡可尋外，大部分都原因不明。相對於成人癌症，兒童罹癌的機率較低，18歲以下每萬名兒童約有1人罹癌。常見的成人癌症大多源自上皮細胞組織，是長時間接觸外界有毒物質而惡質化所造成的，如肺癌、胃癌、肝癌、大腸癌等；兒童癌症的細胞組織則多源自中胚層，包括血癌、腦瘤、淋巴腫瘤、神經母細胞瘤、軟組織惡性腫瘤、腎胚細胞腫瘤等。

由於兒童癌症多源自中胚層，近年來在治療上已有相當好的成效，孩子們只要好好配合醫療，痊癒率遠比成人的高。其中，美國整體的兒童癌症5年存活率平均值

是75%，台灣兒童癌症整體的5年存活率則大約是65%，某些癌症的存活率更高達80~90%。儘管兒童癌症存活者已被醫師宣布治癒，其實仍有很高的機率發生第2次癌症或合併其他長期後遺症（late effects）。

鑒於過去國內兒童癌症相關研究多著重於如何治癒，臺灣大學護理學系李雅玲副教授則著眼於治癒者的生活品質及如何減低其長期後遺症。以兒童癌症治癒者的「健康行為」為切入點，試圖建立能幫助減少其「健康危險行為」和增強其「健康促進行為」的措施。

李副教授表示，大家都知道兒童癌症治癒者應該減少健康危險行為，如抽菸、

喝酒、不運動等，並採用較多的健康促進行為，以處理對疾病與未來的不確定感，和避免因癌症及癌症治療而產生的長期後遺症。然而，進入少年期的癌症治癒者，其吸菸率卻和同年齡未曾患有癌症的少年不相上下。這是為什麼呢？為什麼這些孩子明知不該為而為之呢？

為了探討影響兒童癌症治癒者的健康行為的因素，李副教授運用問卷調查的方式，包括疾病不確定感、受創後心理壓力症候群、健康促進行為等量表，以45個有效個案做為初探，來檢驗兒童癌症治癒者的健康行為及其相關因素的關係。

目前國外研究已證實曾在兒童期罹患癌症且已治癒



兒童癌症治癒者的長期後遺症，包括生理、心理、社會及認知方面的障礙。目前已證實採用較多的健康促進行為，可減少長期後遺症的發生率。

的青年，確實會有發展「受創後心理障礙」和「受創後心理壓力症候群」的傾向。李副教授的研究則進一步整合了「疾病不確定感」、「受創後心理壓力症候群」與「健康促進行為」三者之間關係的模型，其成果顯示，兒童癌症治癒者內心對疾病與未來的不確定感越深，其壓力症候群症狀的徵狀也越明顯，也就較少進行健康促進行為。

李副教授表示，對癌症兒童

而言，疾病與未來的不確定感是一種長期磨難，也會影響他們健康行為的取向。因此，她認為與其告誡治癒者多採取健康促進行為，不如在治療期間，就開始去關照兒童癌症患者的內在世界，多和他們溝通，給予周全的關懷與照護，讓他們對自身的疾病有更深的認識，以降低對疾病與未來的不確定感。

也就是說，從「疾病不確定感」這個根源去改善，進而舒緩

其受創後心理壓力症候群，讓孩子們自己有能力與信心去面對癌症，他們自然而然就會採用較多的健康促進行為，最終達成減少長期後遺症及提高生活品質的目標。

吳美枝

本刊特約文字編輯