

# 化解乳癌的恐懼



范賢娟

乳癌是國內婦女好發癌症的首位，而且國人罹病的年齡還比歐美人士早了十歲。乳癌其實並非絕症，只要稍加注意其早期徵兆，一定都可以感覺得到，若能早期發現、早期治療，治癒率相當高。因此國內常會宣導婦女自我檢查，或者定期到專業機構接受初步篩檢。

進行了初步篩檢的人若結果是「無異常」，那很好，不過最好還是能兩年檢查一次。萬一發現是「疑似異常」，當事者會收到一張建議去醫院進一步檢查的通知單。

那民眾會乖乖地去複檢嗎？依客觀數據發現：並不如此。雖然有的行動派人士幾天內就會趕去醫院檢查，但也有人會拖好幾個月，甚至是數年後才去複檢，白白錯失了寶貴的黃金治療時間。成功大學護理系林梅鳳教授的專長是輔導與諮商，她覺得這種差異一定有很多心理因素值得探討，唯有深入了解延遲尋求醫療評估的原因後，才有辦法克服這個障礙，因此她率領了團隊訪談初篩結果是「疑似異常」的民眾。

她發現會導致延遲就醫的結果，當事者的個性與社交是很重要的因素。具有神經質傾向的病人通常是行動派，他們一收



婦女應定期到專業機構接受乳癌篩檢（圖片來源：種子發）

到警訊後就會急著安排做進一步的檢查；反而是外向個性或社交能力好的人會藉由宗教、食療、另類療法等尋求支持，他們希望能採用非西方醫學的方式來對付癌症，因此延遲了就醫。林教授很惋惜地說：「如果那些方法有效當然很好，但通常反而延誤看醫生的時間，真令人遺憾！」

再回頭來看面對乳癌積極治療這條路的人，他們到醫院檢查後，通常等兩個星



藉由音樂配合按摩讓患者可以釋放不安（圖片來源：種子發）

期就能確診，若結果是「不好」的，這時候又是個關卡了！行動派的人反而覺得難以接受，不知道該如何面臨接下來的治療。畢竟西醫積極性的治療對人的元氣會造成負面影響，因為患者接受治療後，注射化學藥物治療針劑會使身體甚感不舒服，還會苦於疲憊、倦怠、憂鬱、焦慮、失眠等共病症狀，因此逐漸對治療感到卻步，往往需要很大的勇氣才能持續下去。

雖然各大醫院的癌症診間與病房都會盡量布置得溫馨，但臨床上還是會看到有的病人一走進診間或病房就想起上次打化療後的不快感覺，忍不住嘔吐、排斥的心情。還有些手術得割除乳房與胸部的組織，當病人看到身體改變又會覺得難以接受，無法認同自我，難以面對家人，因而痛哭和質疑：這樣的治療意義何在？自己活下去的意義又何在？

林教授對這些心路歷程的了解越來越深入，她希望能在醫院中加入一些緩解心理困擾的元素，譬如音樂治療就是她的嘗試。她用引導想像式的音樂療法，選擇適當的音樂處方，藉由音樂配合按摩讓患者可以釋放不安、放鬆、安定內在的靈魂，

目前看來成效頗為明顯，有相當多的人正面肯定這樣的方式。她因而更有動力去勸導各病房診間播放適當的音樂，期以能對病人有更多的幫助，同時可以緩和醫護工作的壓力。

林教授希望自己的研究能夠協助乳癌的婦女朋友們在面對治療時不再痛不欲生，甚至卻步、逃避，不願面對。她還觀察到對病患而言，伴侶和親友的支持、陪伴也很重要，因此思索如何讓病人更有勇氣面對治療，度過各種不適的階段。希望藉由這些輔助療法能提高醫療品質，建立好的口碑，讓那些勤於蒐集資料的民眾在面對「疑似乳房組織出現異常」的通知單時，不至於誤選不當的方式而錯失了治療的黃金時間。

---

范賢娟

本刊特約文字編輯

---