

老年癌症患者

您的最佳癌症护理指南



关于本指南

得知自己患有癌症或可能患有癌症可能会让您感到不知所措。很多事情可能会迅速发生，您可能会有很多疑问。

本资源专为老年癌症患者编制，旨在帮助您、您的家人、照顾者和朋友共同度过这段经历。

在澳大利亚，政府机构通常将“老年人”定义为 65 岁及以上的人群；而对于原住民和托雷斯海峡岛民，一般则将该术语用于指代 50 岁及以上个体。然而，个体的衰老进程存在差异，生理年龄可能无法准确反映其整体健康状况。因此，至关重要的一点是，您的癌症治疗团队应与您密切协作，共同制定个性化的治疗与护理方案，充分考虑您的具体需求以及对您而言最为重要的生活目标。这被称为“老年友好型护理”。

Cancer Council 网站还提供了针对不同癌症类型的最佳癌症护理指南，网址为：www.cancer.org.au/cancercareguides

信息与支持

OlderCan 资源网站 www.wecan.org.au/oldercan 专为受癌症影响的澳大利亚老年人设计。该平台提供专业建议与支持，协助您在治疗和护理决策过程中做出选择，并促进您的 GP 及癌症治疗团队充分了解对您个人而言重要的信息。

Cancer Council 的癌症信息与支持服务为受癌症影响的个人提供实际、财务及情感层面的支持。该服务还可协助您获取并理解相关的支持性护理资源。如需咨询或寻求建议，可拨打 Cancer Council 热线电话 13 11 20，与专业健康人员进行沟通，或访问其官方网站：www.cancer.org.au。更多详细信息可通过 Cancer Council 网站“Understanding Cancer”系列栏目中关于您所患癌症类型的宣传资料获取。

Carers Australia 是一家全国性机构，致力于为老年癌症患者的照顾者提供支持服务、专业建议及相关资源信息。如需获取面向照顾者的支持与咨询服务，请致电 Carers Australia 热线电话 1800 242 636。

面向原住民和托雷斯海峡岛民的最佳癌症护理指南已编制完成。可能患有癌症的原住民和托雷斯海峡岛民可通过访问 Cancer Council 网站：www.cancer.org.au/cancercareguides/for-aboriginal-and-torres-strait-islanders/checking-for-cancer，获取更多相关信息。此外，您还可查阅专为原住民和托雷斯海峡岛民编制的癌症护理指南（网址：www.cancer.org.au/cancercareguides/for-aboriginal-and-torres-strait-islanders/cancer），了解癌症治疗前、治疗期间及治疗后的相关注意事项与支持信息。

如需口译服务，可致电 13 14 50 联系口笔译服务署（Translating and Interpreting Service），或访问其官方网站：www.tisnational.gov.au 获取相关信息。

初步检查与转诊

您的全科医生 (GP) 将为您进行初步评估，以查看能否找出您身体不适的原因。医生会询问您可能存在的相关症状，并根据需要安排相应的检查，如基础体检、血液检测、X光检查或影像学扫描。

如果您的 GP 有所担忧，您将会被转介给专科医生做进一步检查。



您可能希望咨询的问题

- 我可以选择在公立医院或私立医疗机构就诊吗？
- 我是否有权选择具体的专科医生？
- 看诊的费用是多少？
- 预约就诊的等待时间通常为多久？
- 若预约后未收到回复，应如何跟进？

诊断与分期

对于部分老年人而言，心脏或肺部功能、行动能力或记忆力随年龄增长而发生变化，使得癌症的诊断更具挑战性。尤其是当其他疾病引起的症状与癌症的症状相似，或者因癌症而加重时，情况更是如此。

“您的诊断 (Your diagnosis) (网址: www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis)” 板块位于 OlderCan 网站上，该板块强调了与您的癌症治疗团队分享信息的重要性。分享信息有助于确保您获得适合您的治疗和护理。



您可能希望咨询的问题

- 我还需要做哪些检查？
- 我得的是什么类型的癌症？
- 我的癌症能治愈吗？如果不能，我的治疗计划是什么？
- 我大概还能活多久？

治疗

当老年人被诊断出癌症时，癌症治疗团队应全面了解患者的健康状况、日常生活能力以及对其个人而言重要的事项。

上述信息可为制定个性化治疗方案提供指导依据。

随着年龄增长，获取医疗服务和支持网络的途径可能发生变化。您可能需要额外协助以应对癌症治疗及其相关副作用。专业的老年护理服务通常可为患者及其照顾者提供额外支持，并与癌症治疗团队协同合作。如有需要，可向医疗人员提出转诊申请。

OlderCan 推出的“**This is Me**”资源 (网址: www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me) 为患者提供了一种系统化的方式，用于向癌症治疗团队传达其健康状况、身体功能及对自身而言重要的事项。

OlderCan 网站上“您的治疗方案 (Your Treatment)” 板块 (网址: www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment) 可为患者提供有益参考。该部分内容聚焦于治疗选择、治疗方式，以及在与癌症治疗团队共同制定最适合您的治疗方案时需考虑的相关因素。

您可以在最佳癌症护理指南 (网址: www.cancer.org.au/cancercareguides) 中找到有关不同癌症类型的诊断和治疗信息。

制定治疗决策

无论年龄如何，您均有权了解所有可选的治疗方案。这有助于您与家人或照顾者以及癌症治疗团队共同作出最适宜的决策。然而，部分老年患者并未获得此类信息。这种情况有时源于个人偏好，但在某些情况下则并非如此。

年龄歧视是指年长者因年龄因素而遭受不公平对待，或因其被视为“年事已高”或“年龄过大”，而被剥夺获取相关信息的权利，或无法自主参与有关自身照护的决策过程。请明确向您的治疗团队表达您希望获取信息的程度，以及您期望在护理决策中承担的角色。您可能选择接受治疗、不接受积极治疗，或仅接受以缓解疼痛与不适为目的的支持性治疗。您也可邀请家人或其他支持人员陪同就诊，参与与医生关于治疗方案的讨论。此外，建议您与医疗团队成员、GP、家人及照顾者充分沟通您的决策意向。

如果您在确定治疗方案后改变想法，请及时告知您的医生。医疗团队愿意倾听您可能存在的任何疑虑或问题，并可为您介绍其他可能更符合当前需求的治疗选择。



时间安排

治疗的启动时间将依据您所患癌症类型的临床推荐方案而定。有关特定癌症类型治疗时间安排的详细信息，建议访问 Cancer Council 网站: www.cancer.org.au/cancercareguides。

有关癌症治疗选择的更多信息，请访问 OlderCan 网站的“癌症治疗选择 (Cancer treatment choices)” 板块: www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/cancer-treatment-choices。

临床试验

您可能会被邀请参与某项临床试验，或可主动向您的专科医生咨询是否存在适合您病情的临床试验选项。临床试验旨在评估新型疗法的安全性及其相较于现有治疗方案的疗效优势。得益于临床试验的开展，当前许多癌症患者的生存期得以延长，生存质量也得到改善。详情请访问 Australian Cancer Trials 的官方网站: www.australiancancertrials.gov.au。

辅助疗法及其他药物

请与您的医疗团队讨论您正在使用或想要使用的任何膳食补充剂、维生素、草药疗法或其他药物，包括处方药和非处方药（例如对乙酰氨基酚或布洛芬）。某些药物、辅助疗法和维生素可能与您的治疗方案不相容。

预先护理规划

预先护理规划是一个思考未来医疗护理中对您而言最重要事项的过程。当您因病情严重而无法表达意愿时，应提前考虑由谁代表您做出医疗决策，以及您希望其传达的具体立场与诉求。在身体状况良好时开展此类交流，有助于您充分思考医疗干预、护理安排及生存质量等方面的重要事项。

预先护理规划有助于他人了解您可能想要的护理或治疗，这些护理或治疗应符合您的价值观、愿望和偏好。您可以就诸如未来同意、拒绝和停止治疗以及/或指定替代决策者等事项提供建议。您亦可就未来医疗护理表达更为广泛的个人意愿与偏好，例如希望由哪些人员陪伴、偏好的音乐类型，以及更倾向于在何种环境或地点接受照护。不同州及领地的预先护理规划流程及相关法律文件存在差异。如需进一步了解相关信息，建议访问官方网站：www.advancecareplanning.org.au，或致电全国预先护理规划咨询服务中心（National Advance Care Planning Advisory Service）（电话：1300 208 582）获取专业指导。

预先护理指示

预先护理指示是一份具有法律约束力的正式文件，由您提前制定，用以明确在您日后因病情严重而无法自主决策的情况下，让您的家人和医疗团队了解您可能希望或不希望接受的治疗和护理。在某些州和领地，此文件可用于正式指定替代决策者。



您可能希望咨询的问题

- 我的治疗和护理目标是什么？
- 您推荐给我哪种治疗方案？
- 您为什么认为这是最适合我的治疗方案？
- 您预计我的治疗要持续多久？
- 治疗可能会给我带来哪些副作用？
- 治疗会对我的日常生活产生怎样的影响？
- 我还能继续工作吗？
- 如果我在医院外感觉不适或有任何问题，应该联系谁？
- 如果我在治疗期间难以处理家里的事务，能获得哪些帮助？
- 我需要去哪里接受治疗？多久去一次？
- 我能获得前往治疗的交通服务吗？
- 治疗费用是多少？我自己需要支付多少？
- 我还能照顾我的丈夫/妻子/孙辈吗？
- 我还能继续做我喜欢或对我重要的事情吗？
- 这会对我的家人或照顾、支持我的人产生怎样的影响？他们能在哪里获得帮助或支持？
- 您能否给我推荐一些信息或服务，帮助我更好地照顾自己？

您的医疗团队

癌症患者可能由单一医生负责诊疗，也可能需要多位不同专业的医生及其他医疗专业人员共同参与治疗与照护，具体安排取决于其癌症类型、治疗方案及个体化护理需求。医护人员可能会建议您咨询相关领域的健康专业人员，以获得以下方面的支持：

- 营养与饮食管理
- 活动能力
- 药物管理
- 居家生活功能维持及支持资源获取
- 心理健康照护与情绪支持
- 同伴支持服务

支持性护理涵盖患者全程护理的各个方面，是癌症治疗与整体健康维护的重要组成部分。所以，如果您觉得在任何方面需要帮助，请告知医护人员。您可以在疾病发展的任何阶段寻求支持性护理服务的帮助或转诊。这些专业人员都是您医疗团队的一部分。

您可能想与医疗团队的某位成员私下谈谈自己在家中的安全感问题，或者您可能对掌控自己的钱财有所担忧。您可以请医生或护士为您预约一位社会工作者，他们会倾听您的顾虑并提供建议。未经您的许可，他们不会采取任何干预措施，亦不会向第三方披露。

OlderCan 网站 (www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/communicating-with-your-team) 上有与您的医疗团队沟通的相关信息。您还可以使用 OlderCan 的“**This is ME**”资源 (www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me)，向医疗团队表达您对居家的担忧。

您的全科医生

GP 是医疗团队中的关键成员，将在您癌症治疗期间及后续康复过程中持续提供医疗照护。无论您在癌症确诊前已建立稳定的 GP 关系，还是在确诊后新确立了 GP，请务必定期进行随访。

OlderCan 的“**This is ME**”资源 (网址: www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me) 可用于与您的 GP 和癌症治疗团队分享重要信息。

如需了解关于您个人健康状况及与 GP 协作关系的更多信息，建议访问 OlderCan 官方网站: www.wecan.org.au/oldercan/your-gp/your-health-and-your-gp。



您可向 GP 提出要求，由其为您转诊至另一位专科医生，以获取第二诊疗意见。

老年照顾者

对许多癌症患者而言，在治疗过程中获得伴侣、家庭成员、朋友或照顾者的支持至关重要。这个人（或团队）能在患者的抗癌之路上发挥巨大作用。

当癌症发生于老年阶段时，主要照顾者（无论是配偶还是亲友）本身也可能属于高龄人群，其自身也可能存在健康和福祉方面的问题。

照顾者所提供的支持具有高度价值，比如情感支持、陪伴和理解。他们还提供实际的帮助，比如协助患者前往或安排多个预约，以及管理药物。

如需了解有关照顾者支持服务及相关资源的更多信息，建议访问 OlderCan 官方网站: www.wecan.org.au/oldercan/older-carers。



费用相关决策

您可能需自行承担部分费用，包括诊疗预约、医学检查、药品、住宿、交通及停车等相关支出。医疗服务提供者应在治疗开始前，向您明确告知其所推荐治疗方案的各项预期费用。该程序称为“知情财务同意”。

建议您咨询 GP、专科医生、财务顾问或私人健康保险公司（如已参保），以明确哪些医疗服务项目属于保险覆盖范围，以及可能产生的自付费用。若您对治疗相关费用存在担忧，可向您的医疗团队或社会工作者寻求协助，探讨以下事项：

- 是否可享受医保全额结算，或选择在公共医疗系统接受治疗
- 治疗期间的住宿支持资源与申请途径
- 治疗可能带来的经济负担，以及可享有的福利待遇或补助资格等信息，以减轻与治疗相关的财务压力。

如需获取有关经济支持的专业咨询，可致电 Cancer Council 热线 **13 11 20**，与健康专业人员进行沟通。该机构官方网站还提供以下相关信息：

- 实际支持与经济援助: www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance
- 治疗费用说明: www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment
- 知情财务同意: www.cancer.org.au/health-professionals/resources/informed-financial-consent

康复

癌症治疗可能会导致身体和情绪上的变化。

您的后续护理计划

您的医疗团队将与您协作制定后续护理计划。该计划的副本应提供给您本人及您的 GP。若您未收到后续护理计划，建议向您的医生或护士咨询是否可获取相关文件。该计划将明确以下内容：

- 治疗结束后的主要联络人信息
- 定期随访的频率及包含的检查项目
- 治疗相关副作用的应对措施
- 若怀疑癌症复发或病情进展时，快速获得医疗支持的途径

部分患者在癌症治疗期间可能出现体能下降或伴有记忆力减退与认知功能障碍，这些变化可能影响日常生活活动的执行能力。癌症复发担忧是常见的心理反应。您的专科医生及医疗团队将评估您的个体需求，并可根据情况将您转介至相关健康专业人员或社区支持服务。规律的身体活动对促进身体康复和情绪调节具有积极作用，初期可从每日户外步行10分钟开始，逐步增加活动量。

您可能会收到以下相关信息：

- 癌症复发的警示体征与典型症状
- 治疗可能引发的远期效应，以及建议就诊的相关专科医生
- 健康生活方式的选择建议，以获得最佳的康复机会并保持良好状态。

如需了解更多关于治疗后支持的相关信息，建议访问 Cancer Council 网站：www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment。



您可能希望咨询的问题

- 目前治疗的目标是什么？
- 如果我感觉身体不适，应该联系谁？
- 在治疗期间，我怎样才能保持最佳的体力和健康状况？
- 治疗结束后，我怎样才能重新恢复体力和健康？
- 在哪里可以获得更多在家护理的帮助？

患有晚期癌症

如果癌症复发

部分患者在完成治疗后可能出现癌症复发，复发可发生于原发部位，也可能出现在身体其他区域。

一旦确诊复发，您可能被转诊至最初负责治疗的专科医生或医疗机构，或根据病情需要转至其他专科团队。

治疗方案的选择将综合评估癌症的扩散范围、肿瘤生长速度、当前临床症状以及您看重的事项。

如需了解更多关于晚期癌症的详细信息，建议访问 Cancer Council 官方网站：www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment。



您可能希望咨询的问题

- 癌症的原发部位及是否存在扩散情况？
- 我可选择的治疗方案有哪些？
- 当前治疗方案的预期疗效如何？
- 医疗团队可采取哪些措施帮助我控制症状？
- 我可以采取哪些方式协助缓解症状？
- 若独自居家生活，我能获得哪些额外支持服务？
- 若由家人或朋友在家中提供照护，我可获取哪些补充性支持资源？
- 我的家人或照顾者能得到哪些支持？

姑息治疗

姑息治疗旨在帮助癌症患者在疾病发展的任何阶段尽可能维持生存质量，减轻身心不适。

该服务由多学科专业团队提供，通常与患者的常规诊疗同步进行。其重点在于缓解症状，并为患者及其家属提供额外的支持。

姑息治疗不仅限于生命终末期的干预措施。许多癌症及其他严重疾病患者可在疾病管理过程中长期接受姑息治疗，以最大限度地维持其生存质量。该服务可根据个体需求，在居家环境、医院或其他经患者选定的场所提供。如需了解更多关于姑息治疗的信息，可访问 OlderCan 官方网站：www.wecan.org.au/oldercan/cancer-treatment/palliative-care。



请咨询您的 GP 或专科医生，或者访问
Palliative Care Australia 网站：
www.palliativecare.org.au。

自愿辅助死亡

对于罹患不可治愈癌症且满足严格条件（如预期生存期或具备完全自主决策能力）的个体，可考虑了解或探讨自愿辅助死亡的相关信息。该程序必须基于个人完全自愿，并由本人主动提出申请。医疗团队不得主动向患者提及或发起此类议题。

各州及领地的自愿辅助死亡法律存在差异，因此了解您所居住州或领地关于此项选择的相关法律规定至关重要。建议联系当地卫生主管部门，以获取适用于本地区的最新政策信息。



Team use (hospital number)

IMPORTANT INFORMATION FOR MY CARE TEAM

MY HEALTH

- I rate my health as **good / average / poor**
- I have **heart disease / arthritis / diabetes / breathing problems / kidney disease**
- Other health issues
- I take prescription medications a day
- I take supplements (e.g. vitamins) **yes / no**
- I have **lost / gained** weight in the last 3 months
- My hearing is **good / average / poor**
- My vision is **good / average / poor**
- I feel **anxious / depressed**
- I feel happy **often / sometimes / never**

PHYSICAL ACTIVITIES

- I can walk metres
- I use an aid (e.g. frame, stick, other) **yes / no**
- I do some exercise **daily / weekly / never**
- I can do **all / some / none** of my housework
- I can do **all / some / none** of my shopping
- I have help with doing
- I had falls in the last 3 months
- I have a My Aged Care / Home care package **yes / no**

This is Me

Name

Preferred name

Age Gender

Language spoke

Born in

I have a regular GP
yes / no

WHAT'S IMPORTANT

- I enjoy
- My cancer team need to know that:
- Quality of life is **more / less** important than length of life for me
- I want to be involved in all treatment decisions **yes / no**
- I want someone with me at my appointments **yes / no**
- Other things that are important to me are

THINKING

- I can use a computer **yes / no**
- I use other devices (e.g. Smart phone) **yes / no**
- I manage my money **yes / no**
- My memory is **good / average / poor**

BEING WITH OTHERS

- I live in **my own house / retirement village / aged care home** or
- I live by **myself / with my partner / family / friends**
- I am able to spend time with other people when I want **yes / not always / no**
- Even with my cancer, things are OK at home **yes / no**
- I feel lonely **never / sometimes / often**



Completed by Date: www.oldercan.org

The information provided in this form has not been drawn from medical record and reflects the views of the person completing the form © 2024 V1

如何使用“THIS IS ME”

“This is Me”是由癌症患者中的老年群体共同参与开发的平台，旨在促进其与医疗团队之间的沟通，引导双方围绕癌症诊疗过程中对个人最为重要的议题展开对话。

该平台的设计目的在于支持个体在制定癌症治疗与照护决策时，分享其健康状况、生存质量以及个人偏好等关键信息。该平台可应用于与医院诊疗团队、GP，或个人支持网络中的任何成员之间的交流场景。

如何使用“This is Me”

“This is Me”这一平台可在您的整个治疗过程中根据需要多次使用。您可自行打印并填写该表格，携带至医院或 GP 的就诊预约中；亦可邀请您的医生或护士协助您共同查阅和讨论表格内容。

填写“This is Me”表格

表格不设正确或错误答案。关于您对自身健康状况是否良好、一般或较差的评估，应基于您当前的实际感受（即今日状态），而非与他人相比较后的主观判断。请在每一部分中，选择最能准确反映您个人情况及健康状态的选项。

这些信息将如何被使用？

表格中所提供的信息将帮助您的医疗照护团队更全面地了解您的个人情况，必要时可据此提出进一步的询问，并在治疗启动前识别是否存在需特别关注的问题。这有助于确保后续护理与治疗决策充分契合您关切的事项。

本表格所载信息并非取自医疗记录，而是由填写者本人提供的个人意见与感受。©2024 V1

如需进一步了解 OlderCan 上有关“**This is Me**”的信息，请访问网页：www.wecan.org.au/oldercan/cancer-diagnosis/this-is-me。请使用此表格帮助与您的癌症治疗团队分享信息。

“OlderCan”资源由 WeCan 组织作为“更年长更睿智 (Older and Wiser)”项目的一部分开发。“更年长更睿智 (Older and Wiser)”项目系 Cancer Australia “支持癌症患者”资助计划的组成部分，该计划由澳大利亚政府资助。经墨尔本大学 (University of Melbourne) 授权，本资源在此予以转载。

免责声明：有关影响您健康的问题，请务必咨询医生。本指南仅作为一般性介绍，不能替代专业医疗、法律或财务建议。有关癌症的信息由医疗和研究界不断更新和修订。尽管在发布时已尽一切努力确保准确性，但 Cancer Council Australia 及其成员对因使用或依赖上述信息而造成的任何伤害、损失或损害不承担任何责任。

本资源发布于 2025 年 11 月。

内容依据《老年癌症患者最佳护理路径 (Optimal care pathway)》(第一版) 所载信息编制，原文可于 www.cancer.org.au/OCP 查阅。