

黑色素瘤

您的最佳癌症治療指南



關於本指南

獲知患有或可能患有黑色素瘤（皮膚癌的一種）可能會讓您難以承受。很多事情突如其來，因此您可能会有很多疑問。此資源有助於指導您本人和您的親友度過這個過程。

資訊與支援服務

癌症協會 (Cancer Council)：如需獲得資訊及支援服務，請致電**13 11 20**聯絡Cancer Council諮詢醫護專業人員，或瀏覽網站：www.cancer.org.au。

有關黑色素瘤的更多資訊，請在當地Cancer Council的網站上查看由Cancer Council製作的《瞭解黑色素瘤 (Understanding Melanoma Cancer)》小冊子。

澳大利亞黑色素瘤患者協會 (Melanoma Patients Australia)：如需獲得資訊及支援，請致電**1300 884 450**或瀏覽網站：www.melanomapatients.org.au。

澳大利亞黑色素瘤學會 (Melanoma Institute Australia)：詳情請瀏覽網站：www.melanoma.org.au。

口筆譯服務署 (Translating and Interpreting Service - TIS)：如需翻譯服務，請致電**13 14 50**聯絡 TIS或瀏覽網站：www.tisnational.gov.au。

資訊與支援服務

症狀

您的家庭醫生 (general practitioner - GP) 會檢查您身上是否有任何不尋常的、快速變化或生長性病變。病變可能為斑點、痣、痂、不同顏色的區域、腫塊、生長物或皮膚上任何異樣的東西。

您可能需要做的初步檢測：

身體檢查：醫生徹底檢查您的皮膚，重點是查找任何令人擔心的病變。對於單獨的病變，GP會使用一種叫做皮膚鏡的儀器來更清楚地檢查病變。皮膚鏡會把病變組織放大，讓醫

生看得更清楚。醫生可能會拍照，測量尺寸，並告訴您在下次復診前需要注意觀察什麼。

如果您的GP擔心您的狀況，則會把您轉介給在皮膚癌方面更有經驗的GP或專科醫生，或為您做以下測試之一：

完全切除活檢。將病變組織及其周圍的一小塊區域切除並縫合。這通常是在局部麻醉的情況下進行的，這樣您就不會感到疼痛。取出的樣本被送到病理實驗室進行檢測，以確定是否為皮膚癌。如果能夠徹底取出黑色素瘤，則可能不需要進一步治療。

局部活檢。當病灶面積過大或處於不適合進行完全切除活檢的部位時，可進行部分活檢。通過刮削或切除部分病灶來取樣。這通常是在局部麻醉的情況下進行的，這樣您就不會感到疼痛。取出的樣本被送到病理實驗室進行檢測，以確定是否為皮膚癌。

轉診

您的GP可能會為您治療，也可能會轉介您去看在皮膚癌方面更有經驗的GP或專科醫生，如皮膚科醫生或外科醫生。專科醫生指的是在某一特定醫療保健領域受過高水準培訓的醫生。



您可以讓家人或朋友陪您前去就診。



時間表

如懷疑為黑色素瘤，應在首次約診看GP後的**兩周內**做活檢。

如有必要，應在**兩周之內**轉診到在皮膚癌方面更有經驗的GP或專科醫生。

如果您無法在此時間內獲得預約，請聯絡您的GP。



您可能想問的問題

- 我可以選擇去公立醫院還是私人診所嗎？
- 我可以選擇我要看的專科醫生嗎？
- 約診費用是多少？

診斷與分期

“**診斷**”指的是判斷您是否有健康問題的過程。大多數送到病理實驗室確認黑色素瘤診斷的活組織檢查都是在家庭醫生診所進行的。

如確診為黑色素瘤，您可能需要做以下治療：

如果您以前做過部分活檢，則可能需要做“**完全切除活檢**”。如果您已經做過一次完全切除活檢，專科醫生可能會建議您再做一次切除，以確定切除了足夠的正常皮膚。如果黑色素瘤連同周圍的正常皮膚均已徹底切除，則可能不需要進一步治療。

醫生透過病理檢查，瞭解移除的黑色素瘤情況，比如黑色素瘤在未來引發問題的風險。對於部分低風險（早期）的黑色素瘤病例，只要切除足夠的周邊正常皮膚，施行完全切除術治療就可以了。

對於較高風險的黑色素瘤，專科醫生可能會討論並建議進行更多的檢查，以瞭解更多關於癌症的資訊，比如它是否已經擴散到身體的其他部位。此過程稱為“**分期**”。“**分期**”有助於為您制定最佳的治療方案。您可能只需要做完全切除，並切除周圍的正常皮膚；醫生也可能會建議您做其他檢查。

前哨淋巴結活檢。醫生將少量放射性物質注入黑色素瘤被切除的區域。這將幫助外科醫生識別該皮膚區域的確切淋巴結。在全身麻醉（您處於睡眠狀態）下，淋巴結將被切除並檢查是否有癌症。

部分病患可能會在腋窩、腋窩或頸部出現腫塊。這可能是因為淋巴結裏有黑色素瘤。對於這種病況，可能適合採取的其他檢測和外科手術包括：

超聲波檢查。使用聲波來檢查淋巴結。如果某顆淋巴結看起來令人擔憂，專科醫生可能會要求放射科醫生在超聲波的引導下用針從確切的淋巴結取樣。

電腦斷層 (CT) 掃描。使用電腦和 X 射線來拍攝精確的人體照片。

正電子發射斷層——電腦斷層 (PET-CT) 掃描。利用電腦和 X 射線，結合少量的放射性物質注入靜脈，用於拍攝精確的身體圖像，查看是否有任何異常的腫瘤發生區域。只有專科醫生才可以安排這項檢查。

區域淋巴結切除。如果皮膚癌已擴散，導致淋巴結腫大，就需要切除該區域（腋窩、腋窩或頸部）的淋巴結。



時間表

檢查結果應該在**兩周內**出來。



您可能想問的問題

- 什麼是黑色素瘤？
- 我需要做什麼檢查？
- 應由誰施行治療？
- 檢查/約診的費用是多少？
- 我應該在哪里接受治療？
- 我可以選擇嗎？
- 我的癌症屬於哪一期？
- 我可以獲得什麼支援服務？

治療

對於大部分早期患者來說，黑色素瘤被完全切除即可，無需進一步治療。

您的GP或專科醫生會告訴您再患黑色素瘤和皮膚癌的風險。他們會與您討論並制定計畫，讓您可以一起觀察黑色素瘤和其他皮膚癌是否復發，並討論未來如何預防皮膚癌。

高危的黑色素瘤病例可能需要專門的治療。您的GP及/或專科醫生會與您討論治療方案。

您將接受專家組的治療，您可能需要不止一種治療方法來獲得最佳效果。治療團隊將與您本人和您的家人或照顧者一起制定治療方案。

您可能會接受以下的一種或多種治療：

“手術”將黑色素瘤及其周圍的一小塊區域切除並縫合。如果該區域不能縫合，則將採用皮膚/皮瓣移植。皮膚/皮瓣移植指的是把身體某個部位的健康皮膚移植到另一個不同的部位。

手術可以由在皮膚癌方面有經驗的GP、外科醫生或皮膚科醫生完成。

淋巴結。前哨淋巴結活檢和局部淋巴結切除應由外科醫生在專科治療中心施行。

“放射療法” 指的是使用 X 射線殺死癌細胞並阻止癌症發展。放療可單獨使用，或在手術後進行。

“免疫療法” 是一種癌症治療方法，可幫助人體免疫系統對抗癌症。這種療法可用於黑色素瘤已發展並擴散到身體其他部位的情況。

“靶向療法” 指的是使用藥物來攻擊癌細胞的特定特徵，以阻止癌症發展。這種療法可用於黑色素瘤已發展並擴散到身體其他部位的情況。

詳情請瀏覽網站：

www.cancer.org.au/cancer-information/treatment。

您也可以使用支持性護理（助您度過癌症病程的治療或服務）服務。



時間表

治療應在治療計畫獲得同意後的**兩周之內**（手術）或**四周內**（其他治療）開始。某些病例需要進行緊急治療。



您可以要求GP轉介您去看另一位專科醫生以獲得第二診療意見。

淋巴水腫的風險

某些涉及腋窩和腹股溝等淋巴結區域的癌症治療（通常為手術）可能會增加您患淋巴水腫（身體區域腫脹）的風險。專科醫生應該會與您討論這種風險，並安排適當的處理。

臨床試驗

您可能被邀請參加臨床試驗。臨床試驗用於測試新的治療方法是否安全，是否比目前的治療方法更好。由於臨床試驗，許多癌症患者現在壽命更長，生活品質更好。

詳情請瀏覽網站：www.australiancancertrials.gov.au。

輔助療法

如果您正在使用或想要使用任何輔助療法（包括服用維他命等的膳食補充劑），請告知您的醫療團隊。像維他命這樣常見的東西可能不適用於您的治療。



您可能想問的問題

- 您建議什麼治療方法？
- 我要去哪里接受治療？
- 治療費用如何，以及我需要自付多少？
- 治療期間和之後做什麼活動/鍛煉對我有幫助？
- 我還可以工作嗎？
- 治療會如何影響我的日常生活？
- 我的治療團隊有哪些成員以及誰是主要的聯絡人？
- 治療可能會帶來什麼副作用？
- 我如果感到不適或有任何疑問，應聯絡誰？
- 治療會影響我的生育能力嗎？



有關費用的決定

您可能需要支付部分約診、檢查、藥物、住宿、交通或停車的費用。

如需瞭解醫保涵蓋的項目以及自付的費用，請向您的GP、專科醫生或私人醫療保險公司（如果您有投保的話）查詢。

您如果擔心費用問題，請與治療團隊或社工討論：

- 使用醫保轉賬付費（bulk-billed）或在公立醫療系統接受治療
- 在治療期間幫助安排住宿
- 治療可能導致的對財務的影響。

您可以致電**13 11 20**聯絡Cancer Council，諮詢衛生專業人員有關財務援助的事情。

如需瞭解有關費用的更多資訊，請瀏覽網站：www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance 以及

www.cancer.org.au/support-and-services/practical-and-financial-assistance/what-will-i-have-to-pay-for-treatment。

復原

癌症治療可能會引起身體和情緒的變化。

過後的照護計畫

醫療團隊將與您一起為您本人和您的GP制定計畫。該計畫將解釋：

- 治療後的主要聯絡人是誰
- 應該多久體檢一次，包括做哪些項目的檢查
- 瞭解和處理治療的副作用
- 如果您懷疑癌症復發或病情惡化，應如何迅速獲得幫助。
- 未來如何預防皮膚癌，比如在防曬期間結合使用五種防曬方式。

許多人都擔心癌症會復發。您的專科醫生和醫療團隊將與您討論您的需求，並可將您轉介至其他醫護專業人員和社區支持服務機構。

您可能得到的其他資訊包括：

- 需要注意的癌症復發的跡象和症狀
- 治療的後期效果和您需要看的專科醫生
- 如何選擇健康的生活方式，讓您盡可能恢復和保持健康。

詳情請瀏覽網站：www.cancer.org.au/cancer-information/after-a-diagnosis/after-cancer-treatment。

如需瞭解有關預防和及早發現皮膚癌的資訊，請瀏覽網站：www.sunsmart.com.au。



您可能想問的問題

- 如果感到不適，應聯絡誰？
- 我該怎麼做來盡可能保持健康？
- 在哪里可以得到更多的幫助？
- 如何減少未來罹患皮膚癌的風險？

癌症晚期的生活

如果癌症復發

即使經過治療，癌症有時候也可能復發。它可能在相同的部位復發，也可能在身體的不同部位復發。

如果癌症復發，您可能被轉介至首次為您治療的專科醫生或醫院，或轉介至另一位專科醫生。

治療方法將取決於癌症擴散的程度、生長的速度以及您目前正在經歷的症狀。



您可能想問的問題

- 癌症在哪個部位，擴散了嗎？
- 我的治療方案有哪些？
- 這次治療有效的幾率有多大？
- 有臨床試驗可供我參加嗎？
- 我還能從哪里獲得支援服務？

預先護理計畫

您的GP或醫療團隊會與您本人、您的家人及照顧者討論未來的醫療方案和需求。

預先醫療指示

預先醫療指示有時也被稱為生前遺囑，是一種具有法律效力的文件，讓家人和醫療團隊知道您想要或不想要的治療和護理，以防您因身體不適而無法自己做出決定。詳情請瀏覽網站：www.advancecareplanning.org.au。

姑息治療

您的專科醫生可能會將您轉介到姑息治療服務機構，但這未必意味著臨終關懷。如今，如果人們患有癌症或癌症復發，可以更早地求助於這些服務機構。包括控制疼痛和症狀在內的姑息治療有助於提高您的生活品質。這種治療可以在家中、醫院或您選擇的其他地點進行。

請諮詢您的GP或專科醫生，也可以瀏覽網站：

www.palliativecare.org.au。

做出治療決定

您可能決定完全不接受治療，或者只接受部分治療以減少疼痛和不適。您可以與您的醫護團隊、GP、家人或照顧者討論您的決定。詳情請瀏覽網站：www.cancer.org.au/cancer-information/treatment/advanced-cancer-treatment。



您可能想問的問題

- 您能做些什麼來減輕我的症狀？
- 如果我的親友在家照顧我，我還能夠獲得哪些額外的支援服務？
- 您能幫我向家人解釋我的病情嗎？
- 我的家人或照顧者可以得到什麼支援？
- 可以轉介我到社區支援服務機構嗎？

免責聲明：有關影響您健康的問題，一定要諮詢醫生。本指南旨在提供一般的介紹，並不能替代專業的醫療、法律或財務建議。醫學及研究界正不斷更新和修訂有關癌症的資訊。雖然採取了所有謹慎措施以確保發佈時資訊的準確性，但Cancer Council Australia及其成員不承擔因使用或依賴上述資訊而招致的任何傷害、損失或損害的任何責任。

2021年9月出版。

該資源基於來自黑色素瘤患者最佳治療途徑的資訊（第2版），可在網站：www.cancer.org.au/OCP上查看。