



粉紅力量：分享我們的

轉移性乳癌

—— 故事 ——

轉移性乳癌不可不知的

10 個

注意事項

選擇醫療團隊

診斷出轉移性乳癌會令人感到相當震驚、惶恐，且常伴隨著各種問題的出現，從「MBC 與其他期的乳癌有何不同？」到「我接下來的人生都必須面對癌症，該如何管理？」都可能是您的疑問。

然而最終，您的醫療團隊仍舊是協助管理疾病的最佳幫手，因此務必了解您應考量將哪些醫療保健專業人士 (Health Care Professional, HCP) 納入您的團隊。

在選擇幫助您管理轉移性乳癌的治療團隊時，以下是您需注意的 10 大事項。

1

第一步是了解您的團隊應納入哪些成員。應用您可取得的所有資源，例如您的家庭醫師 (Primary Care Physician, PCP)、當地癌症治療中心、宣導團體、腫瘤科醫師名錄 (美國醫學會 [American Medical Association, AMA]、美國臨床腫瘤醫學會 [American Society of Clinical Oncology, ASCO]) 或醫療保險公司，藉此找出最理想的專家，在治療的過程中提供您最佳協助。

2

若想組成有效率的治療團隊，就必須納入各種不同專業的成員。建議納入醫療團隊的專科醫師和 HCP 包括腫瘤科醫師、PCP、營養師、心理健康專業人員、物理治療師、藥劑師、外科醫師、放射科醫師和腫瘤照護執業護士。

3

您的腫瘤科醫師將負責照護和治療，建議您選擇專精乳癌且在治療女性轉移性疾病方面具有專業知識的醫師。

4

事先研究您有意挑選的醫療服務提供人員，確保您對他們的經驗和行事風格能感到放心。和接受過這些醫師治療的患者談談、尋求建議、透過網路搜尋和專業協會的推薦（例如：乳房醫學中心全國聯盟 [National Consortium of Breast Centers]）來了解醫師的背景和專精領域。

5

建議選擇隸屬美國國家癌症研究所 (NCI) 底下乳房醫學中心的成員。這有助於簡化您的照護流程，因為 NCI 在同一架構下提供許多服務，包括：諮詢師或護士主持的研討會或工作坊，傳授如何教導患者以便自行積極管理照護的策略、患者和家屬教育（例如衛教材料、互助團體、諮詢）、檢測和分析服務、緊急醫療需求和情緒上的支持。

6

找出主要的聯絡窗口，可以是您的腫瘤科醫師、執業護士或患者指導員，對方會與您密切合作，協助確保團隊成員都對您的治療情況享有相同的資訊、清楚了解您的需求。

7

與您的團隊建立關係。您和團隊之間建立起良好的溝通，才能使您的需求獲得滿意的照護。請告知您希望如何收到資訊和提出問題。此外，請了解您的團隊成員是如何和彼此溝通，以確保您明確地感受到自己獲得最優質的照護。

8

積極參與您治療方式的討論，盡量了解 MBC。如果您不了解醫師告知的內容，請提出問題，直到您了解為止。

9

與您的醫療團隊坦誠交談，告知目前療程可能對您造成的影響以及您的感受。這可以協助判定您是否需要任何額外的檢測，或是否需要針對您目前的療程做出調整。

10

和其他經歷相同關卡的人聊聊。分享您的經驗並向與此疾病共存的其他人求取建議，這可以幫助您更有效地管理 MBC 經歷，包括個人與醫師溝通的經驗、如何討論較難以啟齒的主題的經驗、以及何處可以找到 MBC 相關資訊。

“向醫師詢問你所有的問題，直到你能放心為止，醫師會提供你所需資訊。”

—Karon，
2013 年罹患
MBC 並生活
至今