



胰臟癌患者 身、心靈及癌症後期安寧照護分享

我先生在 101 年 3 月一開始覺得胃不舒服和無法正躺睡覺，到台北慈濟看診，當時肝膽腸胃科主任也只依照我們講得胃不舒服在做治療，一開始以胃食道逆療治療，依序治療了約 1 個多月只是輕微減緩，後來陸續做了胃鏡/大腸鏡/腹部超音波/相關抽血檢查等都找不出原因，主任就說應該是反射神經造成，改掛神經內科看診。在神經內科做了相關檢查也找不出來，但是這位神經科醫生(傅斯誠醫生)覺得半年體重下降 10kg 這是不對的，在 8 月中旬特地幫我們寫了簽文批准做電腦斷層檢查。報告出來他發現不正常，要我們快去找肝膽腸胃專科看報告，之後，馬上安排住院做細針抽取細胞確診是胰臟有惡性細胞。但是，此時的 CA-199 等相關癌症的抽血指數都還在標準值，此時慈濟的醫生也不敢斷定是胰臟癌。



當我一知道狀況，我就網路尋找到台大醫院田醫生，田醫生看完片馬上就說不能開刀了，他也知道我們無法接受，就另外告訴我，可以再問問榮總石宜銘主任和振興蘇正熙醫生，這2位也是權威醫師，如果說可以開刀再開。後來去現場排隊掛了石主任的診，石主任一看片就知道嚴重，以最急件處理（馬上安排再照一次片），而且還幫我們指定請李潤川醫生看片，一周後看報告確定無法動刀，馬上幫我們轉診到腫瘤科李重賓醫生做治療諮詢。因為榮總對於我們來說很遠，所以請李醫生介紹中永和的醫生，才轉到雙和趙祖怡主任預計做化療。在等著做治療前的檢查準備過程中，有一次機會下問了主任，是否有實驗用藥？主任馬上幫我們轉問臺大國家研究院朱小姐和許駿醫生後，102年10月開始了實驗用藥治療之路~。

想跟各位分享的是針對胰臟癌患者的照護，我的先生是胰臟癌已轉移肝臟（遠處器官轉移算是四期），原本體重 60~62 Kg，確診時體重只剩約 52kg，開始治療和調養約 4 個月就回到 59 kg，大約半年達約 63 kg。他是個一直都有持續運動的人，當發生確診癌症時，在調養上有做了些嘗試，主要胰臟癌患者很容易腹瀉，所以在化療前就要給予比較高蛋白的飲食（切記不要有脂肪，會更容易腹瀉），在化療期



間可以喝左旋麩醯胺酸(化療時建議用量 1 天 30 克, 效果最好)。

開始化療後的飲食是最困難的，因為味覺會改變，吃什麼都會覺得不好吃，還有常常會因為化療嘴破不舒服影響食慾。所以當時我們都是盡量改採用較軟質的(例如比較營養的粥品、麵食等)，因為化療胃口不好，所以菜色要多變化，吸引他們吃的食慾。另外，還有就是都少量多樣，其實化療期間，我們吃的部分都以營養為主，我的觀念是沒有什麼不能吃，只要患者吃得下都是好的。所以像我先生化療胃口不好時，想吃泡麵我也會給他吃，只是我改用煮的，並且一定加顆雞蛋還有切細的蔬菜，(切記不要加太多種東西, 他們味覺變化有時會無法接受太多種味道)，以前他覺得好吃的食物, 化療後未必可以接受喔~都要試過才知道。

其實不是每個人一開始就會照護，我也是遇到了就開始查如何緩解各種不舒服症狀，還有一個很重要的點，常常大家都忽略了，就是患者的心理照護。其實當患者被確診時心裡是非常不能接受的，雖然我們家屬也是相同，但是他們更難受(除了身體上的疼痛還有心理的煎熬); 所以從一開始我就叮嚀自己要有耐心，不能讓我先生產生幾個念頭：



1. 不能讓他覺得他是病患，這樣會失志的

開始陪他做各種的診斷治療，但是要同步給他信心，另外不能讓他養成什麼都習慣我幫他處理，慢慢讓他適應後，再慢慢的訓練他能夠基本自理。

2. 不要讓他覺得自己是沒用的人，只會拖累家人

家裡的決策還有意見都會先問他，讓他有參與感。另外像患者脾氣很大，他會非常生氣的管教小孩，只因為小小的問題，但卻是大大的反應，我也不會馬上制止他，這樣會讓他覺得都沒用了，連小孩他都不能管了。負面情緒會出現(我都是事後先安撫小孩，小孩還小無法理解爸爸怎麼那麼兇?要讓小孩知道而且理解;至於先生也是要適時溝通，讓他慢慢的調適自己的脾氣)。

3. 不要讓他覺得自己沒事做

我們開始化療狀況比較穩定以後，我晒衣服就會讓他幫忙，還有幫忙吸吸地板等…，我上班時就會要求他去散散步，不過運動要注意，化療時很怕感冒，所以要注意流汗。另外；我先生化療時也不太適合曬太陽超過 15 分鐘，他化療時比較不會流汗，我們有試過，如果曬太陽超過 15 分鐘身體都會無法調節然後就發燒了。



所以，除了我先生的營養、日常生活照顧以外，他的心理感受也很重要，當然家人的陪伴更是重要喔~

照護重點：

1. 當白血球過低時我使用滴牛肉湯，大約做第 2 次化療後，白血球就會開始下降比較多恢復也慢，所以用這個可以維持不錯的白血球指數。
2. 當血紅素過低時，除了多吃深色蔬菜還有可以多吃紅肉、內臟。
3. 當嘴巴破時，除了左旋麩醯胺酸要喝以外，可以買 B6 一同服用，另外要注意口腔黏膜清潔和衛生習慣。
4. 發燒的照護，如果溫度不是很高建議可以先洗個溫水澡再躺冰枕，可以適時的喝些小孩用的電解水，如果很高體溫>38 度直接掛急診讓醫生處理。
5. 請不要任意吃些補品，有時候越補越嚴重。
6. 不要直接生吃食物，如果要喝有機蔬果，建議食材一定要用開水燙過才使用(因為怕感染)。
7. 建議一定要適量的運動，最好的就是走路。



8. 真的要注意化療階段也比較容易頭暈，所以走路、蹲下、起立都
要注意。

9. 油炸的東西可以極少量吃，切記不要吃多，因為都是油脂無法吸
收，吃完只會拉得很痛苦。

10. 堅果類的油脂也很多，所以要適量不要吃過多。

滴牛肉湯如何做？

我都是買溫體的沙朗牛肉(或是油脂少的都可以)，我都是一次一斤然
後切薄片鋪在鐵網上(一般我們蒸饅頭的即可)，放在盤子裡(裡面可
以放約半杯開水)，然後放進去電鍋蒸+1 杯水，蒸好喝湯即可。

PS. 如果怕腥味建議可以放幾片薑片在肉上一同蒸，切記蒸好就要拿
出來喝，一直放電鍋中是會蒸發的。

三餐吃什麼？

早餐(一定有蛋)

蛋餅、燒餅+蔥蛋、麵包、饅頭+荷包蛋(或是碎蛋)、蔥抓餅、包子、
飯糰、煎蘿蔔糕、煎法國土司、土司夾蛋、蔥油餅+蛋、漢堡蛋、滿
福堡等。

午餐(主食會另外有肉類)



麵食居多:牛肉麵、餛飩麵、鴨肉冬粉、鮮魚(豬肝)麵線、乾拌麵、

炒(湯)粿仔條、炒(湯)米苔目、炒(湯)什錦麵。

粥:海鮮粥、豬肝粥、鮮魚粥、皮蛋瘦肉粥、芋頭粥、蔬菜粥、

其他:少量煎粿(肉粿、菜頭粿、芋頭粿等)、飯食、煎餃、水餃。

晚餐

吃飯居多(最好有一餐要飯食),但是菜色都得變化,還有一定有肉類。

化療休息周都會帶他出去走走,看他喜歡吃什麼會帶他上館子,常常

他都會問我能不能吃?我告訴他什麼都吃,只是有些不好消化的我們

就吃少一點,開心快樂就好。

飲品

我會果汁機打十穀米+1~2 堅果(會變化),有時會泡紅茶或是咖啡+

牛奶(奶多),也會自製無糖豆漿等。

點心

有時會煮些他愛喝的甜湯等等,也會包湯圓等應景食物,如果吃不下

也可以買冰淇淋吃(但不是剉冰),至少可以有足夠熱量可以維持體力

喔~



當然每個患者的狀況都會有所差異，但是，我的方法是吸取多方意見

且在我先生身上試過的，至於保健食品的部份就只能參考。

終於到了這一刻~

當我們覺得一切控制都還 OK 的時候下…狀況發生了~

藥物會有副作用的，在 102 年 5/28 我們停掉了歐力普(俗稱白金)，

在 102 年 7/23 治療時有發現輕微腹水，當時只能再觀察。在 8/6 治

療時腹腔就都積腹水了(做了第一次腹水引流)，當天還是做完治療，

經由討論後該換別的藥物控制。因為治療費用高，我們的保險給付須

住院治療前提下，我們轉院回到雙和醫院，在趙主任那裡預計做化學

治療。但是礙於抽血發現白血球過高(應該有感染狀況)，所以一直無

法再用其他藥物治療。其實當腹水出現就是在跟時間賽跑了，所以做

任何決策都要很快…，腹水出現代表腹腔已經有癌細胞侵犯了，這時

候建議盡量完成心願。癌症後期，這段時間就是盡量讓患者不要感受

痛苦，可以尋求醫院的安寧諮詢(針對心靈撫慰、疼痛減緩、心願的

完成等)。

102 年 8/13 住院後腹水出現，很快的出現其他現象例如:會喘、

噁心想吐、腹脹不舒服、怕感染發燒、舌頭會出現明顯舌苔，更後期



無法排便和排尿(因為癌細胞腹水讓腸胃蠕動變慢，腫瘤壓迫器官使腹腔變硬塊)。此時已無法進食因為進食就會吐，我們有插鼻胃管，老公還是會想吃東西，我會買些冰涼的像冰淇淋或是冷飲等，讓他嘴巴可以吃了開心，因為流質吃完後可以由鼻胃管再流出。最後幾天就是眼睛看得到的，會慢慢覺得人都變黃，人一直躺不住…會背痛，我會用熱毛巾一直幫忙擦背，按摩舒緩他的不舒服。因為不好平躺睡，也請醫院幫我準備好坐的輪椅，有時會坐輪椅上小睡一下，這時止痛的嗎啡劑量須加重，舒緩病患的不適，所以隨時都要有人在旁照顧，因為會頭暈很容易跌倒，最後的現象就是腹水引流、水腫、人昏迷一直到離開~。

在腹水出現時，我跟老公就已講好後事及他的想法，例如他想看看是否可以捐贈器官，還有放棄急救同意書…等，都有先講好。人一定會難過的，當腹水出現時我們就已經大哭過，該是面對最後一刻的時候了，所以全都講好了~~



結論：

相信大家和我一樣對這疾病很茫然，說實在的，當初發生時網路上找到的資料真的是不多，我常跟我老公說：老天關了一扇窗，必定會幫我們開啟另一個，所以不要放棄任何治療的機會。我們跟大家一樣，一開始我們做了很多的嘗試(一開始的吃素→結果狀況更糟，主管好意帶我們去楊梅有名的中醫→吃了就吐…，親友好意靈芝治癌→喝了拉得更嚴重)。很多人也許有效果，但是切記，胰臟癌其實比其它的癌症治療，有更多需要注意的小細節是不同的。發生時還是要配合醫生做有效的治療，有任何疑問可以和台大的團隊諮詢並尋求協助，我的分享只是希望有更多的資料可以提供病友參考，真心的希望大家能和這疾病共存，畢竟醫學越來越發達，會有越來越多的機會!!

加油!!~~希望大家能開心快樂和平共存~~





感謝~

一路相伴的臺大醫院國衛院朱正玉小姐

我的娘家爸爸媽媽的後援幫忙

我們的大學同學們、他的高職同學及朋友、公司的賴董事長及同事們的關懷及幫助

慈濟醫院:傅斯誠醫生，秉持著醫生的執著和信念幫我們找到病因

臺大醫院的醫療團隊:田郁文醫生、許駿醫生、謝淑華個案管理師，

還有化學治療室辛苦的每位護理師人員。

雙和醫院的醫療團隊:趙祖怡醫生、黃銘德醫生、還有住院時幫忙的每位護理師及工作人員等。



