



第五部份 實際事項

癌症治療結束之後，康復者可能會發覺自己的注意力轉到實際問題上。可能會擔心自己的工作，或者老是想著金錢問題。也許要支付新的花費，例如聘請家傭或進行裝修以遷就康復者的需要。

(1) 財政問題

即使在治療完成之後，癌症也可能影響康復者的財務狀況。額外的花費、收入損失及負債可能讓康復者擔心自己在財政上怎樣應付得來。

- * 可能會繼續無薪休假。
- * 可能會發覺不能如自己所願的那麼快恢復工作，或者根本就不能恢復工作。
- * 可能要額外花錢藥物或未來的檢測或治療上。
- * 可能會有一些家居護理或裝修方面的開支。

如果收入受到患癌影響，應和家人坦誠商討，或是醫院的社工應該能夠提供有關財政援助計劃。亦可致電一些機構查詢經濟援助的問題；如社會福利署(綜緩及傷殘津貼)，香港防癌會等。



(2) 工作改變

大部分在體力上能支持的康復者會希望返回工作崗位。當恢復上班時，某部分的工作可能要改變，可以和工作單位溝通，如更改工作時間或職責，以幫助康復者返回工作崗位。但是如果真的是身體支持不到、那便不要勉強。雖然這是困難的，但如能「看得通」便亦可以接受。



(3) 改變居住及交通安排

經歷過癌症治療之後，康復者可能會發覺住所及外出不是那麼合心意，這可能是：

- * 覺得上下樓梯是很累，公共交通太擠擁。
- * 希望進出浴缸能容易一點。
- * 覺得自己住得距離醫院或可幫忙的親友太遠。
- * 討厭要繼續做打掃等家常雜務。

這種問題也許會使康復者考慮進行裝修或搬遷，社工和親友可能有主意或建議，能幫助決定住所要進行什麼改變。在交通及家居服務方面，亦可致電一些機構查詢支援的問題：如香港防癌會。護送服務的機構有：耆康通、復康巴士、易達巴士及愛德循環運動。家務助理方面可查詢：社會福利署、家務通、香港明愛及平安鐘等。



(4) 旅行

癌症治療後去旅行，可能會有新的顧慮，尤其是如果身體起了變化。
例如：

- * 由於身體不再像以往那麼強壯，所以有些對體能有挑戰的地方不能再去。同時為了令自己多一些安全感，可能去一些醫療水平高的地方會令自己較心安。

那便調節心境，畢竟世界那麼大，可以去有趣的地方多的是。同時如果找到喜愛的人陪伴，那麼去什麼地方也是一種享受。

- * 購買旅遊醫療或行程取消保險可能會較為困難或者費用較高。查看一下你的醫療保險承保什麼，並且閱讀保險單上的附屬細則，以確保明白保單的條款。



- * 有些癌症治療，包括電療和某些種類的化療，會使皮膚對陽光所造成的損害更為敏感。如去陽光充沛的地方度假，要加倍小心保護皮膚。
- * 如果康復者有大腸或泌尿造口，在行程上要作出比以前更仔細的全盤考慮。
- * 如果康復者的淋巴結被切除了，乘搭飛機時，因機艙氣壓低、空氣質素差及長時間久坐不動，增加出現淋巴水腫的危險。搭飛機前應先與醫生談談這個問題。
- * 可能要帶額外藥物。舉例說，如果於近期的癌症治療以致免疫系統衰弱，可能要隨身攜帶抗生素。詢問醫生確保有足夠的藥物。也許應該把藥物分開放在手提行李和寄艙行李內，那麼即使航空公司遺失了一袋行李也不會沒有藥物。



- * 有些癌症治療會干擾康復者去世界某些地方旅行時需要的疫苗接種。這可能會影響選擇度假地點。接種疫苗之前要先詢問醫生，另外要遵從接種了的旅行疫苗的建議指引。可能也要再次接受以前曾接受過的防疫注射。
- * 隨身攜帶詳細個人健康記錄，內容包括以下各方面的資料：曾患何種癌症和接受過什麼治療、正服用什麼藥物、醫生的姓名和聯絡資料、以及保險資料。
- * 最好在策劃旅遊之前和自己的主診醫生討論一下，他會給你很好的意見。

