

關於癌症： 您瞭解嗎？

多種癌症的治療方法正在不斷改進。
儘早尋求幫助是抗癌的關鍵。

任何人都可能有患癌的可能性

澳洲男性和女性在85歲之前，每兩人就有一人經診斷患癌。患癌幾率隨著年齡增加而上升，但年齡本身並不會致癌。

癌症不一定是絕症

如果經確診患癌，請與醫生探討儘快開始治療的事宜。您也許可以選擇治療方法。

癌症不具傳染性

與癌症患者擁抱、握手、共用洗手間、共用碗碟或接吻並不會傳播癌症；食用由癌症患者烹飪或供應的食物也不會患癌。

儘早尋求治療

如果發現身體出現任何變化或有持續的症狀（如咳嗽），請立即就醫。

69%

澳洲經診斷患癌的人士之中有69%在癌症診斷後5年依然存活。

癌症可能在沒有任何原因的情況下發生
科學研究顯示：

- 癌症並非由於患者是壞人引起
- 癌症並非由邪靈引起
- 癌症並非由受傷或壓力引起

患癌沒有什麼好羞愧的。不要讓羞愧與恐懼感成為尋求幫助的阻礙。

某些遺傳性癌症已有針對性的基因測試。如果擔心有家族癌症病史，請告知醫生。

請與醫護專業人員傾談

每次與醫護專業人員交談癌症的話題，都有助於消除常常因癌症而產生的恐懼與羞愧感。

- **Cancer Council 13 11 20** 為各州及領地的所有居民提供免費保密的電話諮詢及支援服務。
- 如需口譯協助服務，請致電**13 14 50** 聯絡 **Translating and Interpreting Service (TIS, 筆口譯服務處)**。



Cantonese

<https://www.cancer.org.au/about-cancer/patient-support/multilingual-resources.html>

了解風險並改變未來

我們尚未全盤掌握癌症的風險與起因。健康的生活方式可降低患癌風險

飲酒須節制



不要吸煙或(如有吸煙)請戒煙



多做運動



保持健康的體重

多吃蔬果



少吃紅肉與加工肉



保護皮膚不被陽光曬傷