

# 家人力挺抗癌魔

## 霍建寧妻反思生命

### 過來人分享經歷：曾質疑為何偏偏選中我



霍太估計患乳癌是與平日過分緊張、心急有關。  
劉雅勤攝



香港文匯報訊(記者 劉雅勤)「勇敢不等如不懼怕,勇敢是在懼怕時,仍能積極面對。」本港的女性向來給人剛強、能幹的感覺,惟「女性頭號殺手」乳癌,卻可將強韌的女強人打入深淵。被視為成功女性的王文鳳(Mary)及和黃集團大董霍建寧的太太霍何綺華(霍太)均是過來人,曾質疑為何乳癌選中自己;曾擔心手術、化療破壞身形及外觀;但最終選擇積極對抗病魔,以自己的經歷協助其他乳癌患者渡過難關,重新建立屬於自己的女性美。

貴為和黃董事總經理霍建寧的妻子霍何綺華,10年前亦患上乳癌。向來多運動、又茹素的霍太,初時不相信自己患乳癌。她慶幸自己接受治療時,4名子女均由英國返港給予精神支援,而身為「大忙人」的丈夫霍建寧,亦把會議改在香港舉行,以便經常守在她身邊共抗病魔。霍太早料化療會導致脫髮,於是一早購買假髮,豈料霍生對她說:「若你真的頭髮脫光,我剃光頭陪你!」家人的支持令霍太最終順利完成手術及4次為期3個月的化療療程。

霍太估計患乳癌是與平日過分

緊張、心急有關,「以前我見人行路慢,心裡會暗罵他們阻住;現時我也放慢腳步,這樣反而覺得更好!」雖然治癒後擔心復發,但她經常與乳癌基金會的成員交流,令心境變得開朗,自我形象提升,生活及想法均有改變。

#### 未理無痛硬塊 迅速惡化

有人說:「女人愛靚不愛命。」當遇上癌魔、死神的威脅時,「愛靚」不再是重要的考慮。從事鐘錶企業的Mary在7年前(48歲)確診患上第二期乳癌,並擴散至淋巴,需接受左乳切除手術。「確診前4個月已發現左乳有無痛的硬塊,但終日埋頭苦幹工作15小時的我卻置之不理。其後硬塊生長至5厘米大時才懂害怕,急忙求醫。」

初時對乳癌毫不知曉的Mary形容,9個月的抗癌之路是精神和體力的折磨,最大的敵人是恐懼。「女兒、丈夫都哭,我也哭了10多天才願意接受,因為我不相信乳癌選中自己。」8次化療,一次又一次將愛美的Mary打至谷底,「面容蒼白、疲憊、沒胃口、脫髮,十分難受。即使丈夫說沒有乳房、頭髮都沒所謂,我都會反駁『我介意,我不知如何面對人羣』。即使康復後,亦有復發的可能」。經香

港乳癌基金會輔導,丈夫及女兒無條件的支持後, Mary 逐漸釋懷。

#### 不再執着減壓力

為免兩邊乳房一大一小造成穿內衣、衣服不便、腰部因受力不均而受損等問題,她決定在手術後立即轉移身體脂肪予重建乳房。脫髮, Mary 挑選自己喜愛的假髮;服飾,則挑選較鬆身的衣服。乳癌亦令 Mary 反思生命,學懂降低對自己及別人的要求,凡事不執着,減少壓力,「晚上7時必須放下工作、信件格式稍有移位亦不多計較,每星期要太極、健身逾4小時。因為樂觀、開心的心境可支撐自己積極面對餘下的路」。

#### 「盡早展開治療才可救自己」

不少人認為,患乳癌並非風光事,不需高調分享。反之,現時分別是香港乳癌基金會的主席及副主席的霍太及Mary卻認為,「愈認識乳癌,便給予人愈多選擇去面對它」,故決定以過來人的身份,精神上及實際上支援乳癌患者。她們不約而同說:「很多事情沒法解釋,當真的患上乳癌,就別浪費時間問原因,積極地尋求協助,盡早展開治療才可救自己一命。」

Mary認為,愈認識乳癌,便給予人愈多選擇去面對它。  
莫雲芝攝



## 港乳癌年輕化 最細19歲患病

香港文匯報訊(記者 劉雅勤)乳癌是女性頭號癌症殺手。遺傳基因突變引發的乳癌佔10%,另有90%的乳癌是由後天因素,如運動不足、生活壓力大引發。根據香港乳癌資料庫的數字,本港患乳癌者正急速年輕化,20歲至44歲患者佔逾三分之一,整體平均發病年齡為50歲,最年輕的則只有19歲。有腫瘤專科醫生指出,家族遺傳的乳癌可透過手術、服食藥物,以減低發病風險;後天患乳癌的風險則應從改變不良的生活及飲食習慣入手;而所有的女性都應每月自行檢查乳房及最少每2年接受1次醫療檢查。

蔡浩強指出,先天遺傳加上後天不良生活習慣等高危因素,罹患乳癌風險更會較正常婦女高20倍至120倍。  
劉雅勤攝

症,10%乳癌患者屬家族遺傳,當中一半有BRCA1或BRCA2基因變異;其餘90%屬後天因素所致。BRCA1和BRCA2基因突變均是乳癌危險因素。根據英國癌症研究所遺傳流行病學單位在2003年發表的一項醫學研究顯示,帶有BRCA1及BRCA2基因突變的婦女,分別最高有80%及45%罹患乳癌的風險。以較惡基因BRCA1為例,以年齡劃分,40歲有近20%得乳癌、50歲有37%得乳癌、60歲有55%得乳癌、70歲者更有逾70%得乳癌的風險。臨床腫瘤科醫生蔡浩強指出,先天遺傳加上後天不良生活習慣等高危因素,罹患乳癌風險更會較正常婦女高20倍至120倍,發病年齡會推早10年,約30多歲。

蔡浩強與另一臨床腫瘤科醫生岑信業均忠告,有3類人可考慮進行BRCA基因突變檢測,包括家族中有3個人在不同時段患乳癌;家族中有2人在不同時段患乳癌或卵巢癌;家族中有男性患乳癌。「但她們應考慮,若檢測到自己有遺傳基因後能否一生承受這個陰影。」他們強調,除了在病發前預先進行全乳房切除手術,帶有高乳癌基因的婦女也可靠定期檢查、改變生活方式或服用荷爾蒙藥物,去降低病變機會。

多攝脂肪多吃紅肉吸煙易中招  
除了先天遺傳,後天因素亦會增加患乳癌

## 醫生讚安祖蓮娜:傳達正能量

香港文匯報訊(記者 姚寶)不少人視乳房為女性的表徵,部分患乳癌的女性往往會因切除乳房而飽受壓力,一般女性面臨「要切還是活」的抉擇尚且思慮良久,更何況外表幾乎等於一切的荷里活女星安祖蓮娜。祖莉接受切除雙乳腺的消息,令人震撼之餘,亦帶來不少訊息。精神科醫生陳國棟表示,她願意接受手術並公諸於世,相信是基於人生重心轉移、失去至親的恐懼,及相信醫療科技三大因素;他認為,她在處理事件上無自欺欺人,及處理危機時的無所遮掩,成功示範了一次正面的心理轉化。

每日8港女患乳癌1死  
數據指,本港每日有8名女性確診患乳癌,當中1人死亡,對婦女來說,乳癌不但帶來健康以致生命的威脅,亦會造成不小精神壓力,部分病人會猶豫於「要切」與「要活」的矛盾中;安祖蓮娜是荷里活影星,身體完整對其工作至為重要,但她仍勇敢切除乳腺,選擇「要活」。陳國棟相信與她已進入人生另一階段有關,「一個以完美身形見稱的知名影星,毅然接受手術是極大的犧牲及捨棄,相信是因為她的人生重點已轉移到家庭上,外形及收入已非考慮的首要因素」。

科技發展快 乳房重建更完美  
加上其母親因乳癌逝世,失去至親及目睹其患病期間的種種痛苦,亦為安祖蓮娜帶來極大的精神壓力,不想自己的家人經歷自己的痛苦,進行手術亦是一種解決方法,「當恐懼心理大於外表的完整性,就會毫不猶豫」。另外,陳國棟認為她是一個相信科技的病人,「醫療科技發展神速,將來乳房重建可能更完美」。陳國棟認為,安祖蓮娜處理事件的手法帶出多個訊息,「面對負面消息不逃避、不自欺欺人,正面地權衡輕重」,而且處理危機時無所遮掩,「反映她是一個比較果斷及思想正面的人」,而將事件公開亦是思想開放的表現,「成功發揮升華作用,將一件原本負面的事變得積極正面」。他直言非常欣賞她的處理手法。他不認為安祖蓮娜的做法會引起「羊群效應」,未必會帶動高危險婦女主動切除乳腺,「體形是影星的『生財工具』,計算會與普通市民不一樣,後者的生理負擔相對較輕,不會動輒進行這種預防性的手術」,而且香港暫時亦沒有醫療機構為病人進行乳癌基因測試。

出,患上癌症本身已構成極大精神壓力,切除乳房帶來的衝擊更大,「其他手術外觀上不明顯,但切除乳房手術不同,女性會失去自我認同感,自覺不完整,吸引力下降,未婚的更會憂慮女性角色未完成」。以他的經驗,本港大部分乳癌患者只要有適當的輔導,加上家人朋友支持,及時間適應,都可以安然度過。  
精神科醫生陳國棟認為,安祖蓮娜、祖莉(右)在處理事件上無自欺欺人,及處理危機時的無所遮掩,成功示範了一次正面的心理轉化。資料圖片

適當輔導親友支持 可安然度過  
曾為不少乳癌患者進行術後輔導的陳國棟指



乳癌與卵巢癌有一個共同基因,就是BRCA1。  
資料圖片

## 卵巢癌同基因 一半機會中招

目前醫學研究顯示,乳癌與卵巢癌有一個共同基因,就是BRCA1。除了乳癌,人們亦應重視由乳癌基因引發的卵巢癌,因為其殺傷力較前者更大,死亡及復發率亦較前者高。根據英國癌症研究所遺傳流行病學單位的一項醫學研究指出,有BRCA1的人士,會有50%機會患卵巢癌。此可解釋,為何37歲的荷里活知名女星安祖蓮娜、祖莉(Angelina Jolie)在選擇接受乳房切除手術後,亦考慮切除其卵巢。婦產科專科醫生林兆強指出,卵巢的位置較深,導致癌細胞很難在初期被檢測出來,故一般患者被診斷出來時,已是第三期或末期階段,而患者5年存活率低於30%。  
香港文匯報記者 劉雅勤