



風華再現俱樂部 讓我們與妳相隨

乳房對女性來說，除生理上的功能外，還具有相當重要的心理層面意義，如成為母親哺育新生兒、女性特質、吸引力等。因此，當面臨乳房疾病時，尤其是罹患乳癌，除了手術之外，疾病嚴重程度及後續一連串的治療對於女性身、心、靈都有不等程度的衝擊。

文 / 游美芳

新竹國泰綜合醫院10W護理長

臨床常看到個案一但被醫師診斷罹患乳癌後，常常第一個反應是「怎麼會是我？」、「是不是老天爺在處罰我？」、「我都讓自己生活的很健康，只是例行的癌症篩檢，怎麼會得到這個病，我真的很不能接受。」、「是不是因為我未婚，所以才會得到這個病？」、「我都不敢跟同事說我得到乳癌」等負面情緒反應。當我們面對乳癌個案心理衝擊時，除了給予疾病治療外，還可以如何協助她們？

乳癌病友有時會遇到有苦不知向誰傾訴或不知如何傾訴的情況，曾有文獻指出：藉由陪伴與服務的過程中



，可以給病友帶來強大的支持力量，平復罹病的恐懼與無助，進而重燃生命的光采。新竹國泰綜合醫院的「乳癌病友支持團體～風華再現俱樂部」也因此而生，在外科萬禮傑主任領導下，由跨領域醫療團隊包括：醫師、護理師、癌症管理師、心理師、營養師、復健師、藥師、社工師等共同參與。

醫療團隊依照個案需求，每年不定期舉辦病友支持團體，活動內容如：安排術後內衣選擇與穿戴，讓病友再次展現美麗風采；由復健師設計彈力帶運動，讓病友舞動人生；邀請手作老師帶領手作編織藝術，讓病友心中快樂的種子不斷滋長，更能勇敢面對疾病帶來的生活變化等；希望病友可以透過團體活動，除了掌握正確的醫療及保健資訊外，更重要是希望她們可以在團體得到相互情感支持，從中積極地重新掌握生命的意義。

在參與病友會後，發現不少原難以接受罹病的個案，透過病友間分享罹癌心歷路程及如何面對疾病的經驗，讓個案能體會到「原本我對於自己生病羞於啟齒，但參加病友活動後，發現原來我並不孤單」，與面對相同疾病的人談話後獲得的幫助性，更勝於醫療人員。部分的個案除了在團體活動時的互動外，會結伴出遊、一起就診、住院化療時同住三人病房，相互傾訴打氣，也讓我們知道病友會的價值所在。

這幾年因疫情打亂了「風華再現」俱樂部病友團體活動計畫，雖然無法每季如期舉辦，但隨著通訊軟體的進步，「風華再現」俱樂部的病友們能運用手機line群組，使新罹癌的病友或治療期間遇到困境的病友，透過line群組分享同樣發揮支持團體的功能，讓病友之間的關懷與支持零距離。沒有人希望自己在被告知罹癌後，處於無助與恐懼之中；基於此，希望透過新竹國泰綜合醫院的「風華再現」俱樂部，讓癌友能互相支持，協力走過抗癌路，在面對疾病治療後風采與往日相比並沒有減少，甚至因身、心、靈能量加注，讓生命煥然新生，重現風采、風華再現。