



財團法人

中華民國八十八年十二月創刊

台灣癌症基金會會訊

Formosa Cancer Foundation Newsletter

第三十二期 96年9月

發行人：王金平
 總編輯：彭汪嘉康
 主編：賴基銘
 編輯：蔡麗娟、馬吟津、李建忠
 發行所：財團法人台灣癌症基金會
 臺灣郵政台北雜字第302號執照
 登記為雜誌交寄

地址：台北市105南京東路5段16號5樓之2
 電話：02-8787-9907
 傳真：02-8787-9222
 網址：http://www.canceraway.org.tw
 劃撥帳號：1909-6916
 戶名：財團法人台灣癌症基金會
 製作印刷：喜來登實業有限公司 02-2751-1400



熱愛生命 攜手抗癌



國內
郵資已付

台北郵局許可證
 台北字第1382號
 無法投遞請退回

●如您府上有重複收件或收件人名條有誤，敬請來電告知，謝謝！●

～十週年慶系列～

「聯合畫作義賣展暨抗癌慈善拍賣晚會」 邀您一起體驗真·善·美

文／台灣癌症基金會執行總監 王致雅

為籌募財團法人台灣癌症基金會『癌友關懷教育中心』年度營運費用及第二階段推動獎勵癌症臨床研究及癌症治療補助方案，今年基金會特別整合社會各方資源，於九月份舉辦『聯合畫作義賣展暨抗癌慈善拍賣晚會』，希望藉由藝術拍賣的募款方式，讓更多人在參與藝術賞析的同時，有機會發揮愛心關懷癌友，讓癌友們得到更適切的照顧與服務。

從九月一日起至九月三十日止，由台灣癌症基金會、中華民國畫廊協會及日月光集團三方共同主辦，另外義賣活動其中展期為9/1～9/12日，假台北縣汐止市日月光家俱館中庭舉辦『聯合畫作義賣展』，歡迎有興趣的民眾蒞臨參觀。此次所精心挑選之義賣畫作中有二十件作品進入九月十二日（三）晚上之『抗癌慈善拍賣晚會』，本次晚會將由台灣癌症基金會董事長暨立法院院長王金平、日月光集團董事長張虔生、中華民國畫廊協會理事長蕭耀，共同擔任慈善拍賣晚會主人。晚會的拍賣官則由中華民國

畫廊協會顧問陸潔民擔任，整場拍賣會流程進行、交易規劃，完全比照蘇富比、佳士得層級之拍賣會。主辦單位之一的日月光集團除了負責慈善晚會上嘉賓的餐飲，也將提供10套精美家飾用品，在會場中義賣。

發起人之一的中華民國畫廊協會副理事長黃河表示，目前已有國內各大畫廊、愛心收藏家、愛心藝術家將具有升值潛力的畫作及藝術作品，捐贈予台灣癌症基金會，再由台灣癌症基金會邀請熱心公益、關懷藝文的企業共襄盛舉，拍賣所得扣除本次活動成本後，將全數投入台灣癌症基金會持續推動防癌、抗癌的工作。

目前基金會已經收到超過一百二十件愛心作品，其中，包括大師級畫家黃君璧、張大千、陳慧坤、楊三郎、潘玉良與席德進等知名畫家的畫作；在雕塑部分，也收到深具收藏價值的知名藝術家楊英風與劉其偉作品，在在顯示畫廊界與藝術家對公益活動的熱心參與和贊助。所募得的畫作並由畫廊協會人員收畫、鑑定、估

價、保險，因此對於畫作的品質可以百分百的放心。義賣及拍賣作品目錄將於八月中旬出爐。認同台灣癌症基金會理念與服務宗旨之愛心買家，歡迎洽詢本會（02）8787-9907*202。

本期要目

訊息報導	
十週年慶系列：聯合畫作義賣展.....	1
活動訊息	
十週年慶系列：十大抗癌鬥士選拔.....	2
十週年慶系列：台灣癌症基金會感恩茶會	3
血癌系列報導	
骨髓性血液惡性腫瘤之生成與分類.....	4
急性骨髓性白血病.....	5
骨髓化生不良症候群.....	7
慢性骨髓性增生疾病.....	9
活動訊息	
「癌友關懷教育中心」獲各界支持及肯定.....	10
「兒童蔬果支票」歡迎索取.....	10
國際交流	
三國際抗癌團體參訪本會	
分享癌症防治經驗.....	11
美國癌症補助及另類療法近況.....	12
5 a Day 系列	
菜中上品 蓮藕.....	14
活動訊息	
十週年慶系列：	
「音樂、愛、生命」慈善音樂會～巨人.....	15
悅聲合唱團 用動人的音符溫暖你的心.....	16
活動報導	
2007子宮頸癌防治宣導活動	
「聰明父母 寶貝幸福」健康列車啟動.....	16
捐款芳名錄／郵政劃撥單.....	17
信用卡捐款繳費表.....	18
防癌保健系列叢書介紹.....	19
復華ATM愛心捐款.....	20



～十週年慶系列～

抗癌不絕望 有愛有希望 「抗癌鬥士選拔活動」邀您一起戰勝癌症

文／台灣癌症基金會資深企畫專員 李建忠

「癌症不是絕症！勇敢對抗癌症，讓自己的生命活得更加精采，是每個癌症患者的權利。」

癌症自民國七十一年起，連續二十五年居國人十大死因之首位，影響國人健康甚鉅，也因此國人聞癌色變，往往認為癌症是不治之症、對人生失去希望，也失去面對生命的勇氣；而部份患者在治療當中，因為過程的煎熬，更喪失了與癌症搏鬥的意

志。然而，癌症並不可怕，只要配合醫師的治療，具備正確的觀念，仍然可以活得很快樂，擁有良好的生活品質。而許多人罹癌後更將自己的生命發光發熱，與癌症進行一場感人偉大的抗爭，不只得到了最後的勝利，人生也活得更有意義。

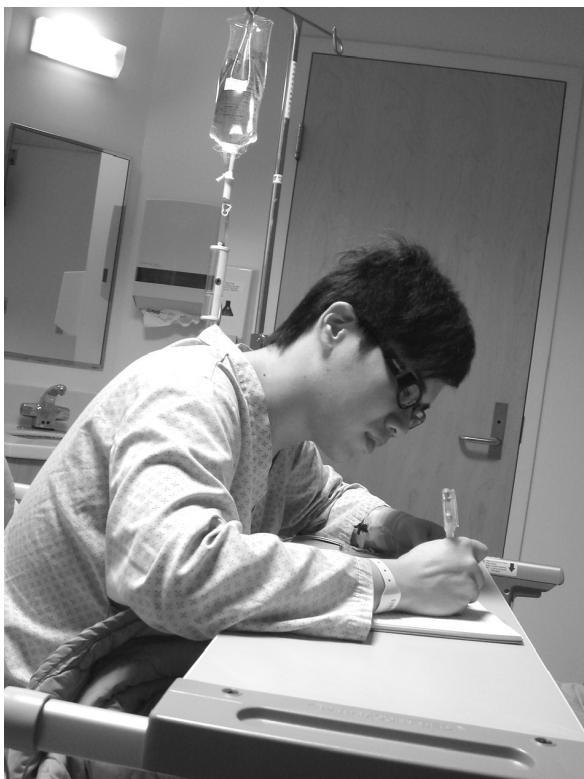
今年適逢台灣癌症基金會成立十週年，因此，基金會希望透過舉辦台灣第一屆「抗癌鬥士選拔活動」，尋找「令人敬佩的抗癌歷程與故事」。透過這些抗癌鬥士的奮鬥事蹟，告訴社會大眾癌症不是絕症，人生可以活得更加光明有希望。基金會更將邀請這些抗癌鬥士擔任我們未來一年的宣導大使，共同來進行抗癌宣導運動。之後每年也將持續舉辦抗癌鬥士選拔活動，讓國人見證癌友面對生命的堅持與勇氣，同時喚起國人對生命的重視及珍惜。

這次活動承蒙許多企業的贊助與支持，包括遠雄人壽、羅氏大藥廠、中廣公

司、im tv 網站、台名保險、新光醫院、先靈葆雅、民生建設基金會、台灣亞培、台灣默克、東洋藥品、杏輝藥品等熱心公益的企業，希望透過這樣的公益選拔與宣導，讓更多國人認識癌症、不怕癌症、關懷癌友，進而珍重生命。我們也希望有更多的企業願意共襄盛舉，為國人的健康一起努力。

這次抗癌鬥士選拔活動將於八月十三日正式開始，癌友報名截止日至九月卅日止，我們歡迎更多的癌友能將自己抗癌的歷程與面對癌症的勇氣與決心，分享予更需要鼓勵的癌友及國人，唯有愛與勇氣，加上專業的癌症知識，才能幫助更多人免於癌症的侵襲，讓我們一同迎向陽光，永不放棄。我們將與媒體合作，把入選癌友們的抗癌故事傳達給每一位需要鼓勵的人，同時也將故事集結成抗癌勵志書籍，教育更多的國人，並且透過巡迴講座的机会，與大家一同迎愛抗癌。

基金會將於十二月一日假台北市遠東飯店二樓宴會廳進行抗癌鬥士的頒獎典禮，並頒發每位抗癌鬥士五萬元的抗癌獎勵金，協助他們抗癌圓夢，屆時也歡迎各界入場鼓勵這些抗癌鬥士。



(前東森幼幼節目主持人翔翔哥哥，目前擔任台灣癌症基金會抗癌鬥士選拔活動的抗癌大使，現在，他和許多癌友一樣勇敢抗癌，用文字寫下他的抗癌故事，鼓舞癌友與國人。)



抗癌鬥士選拔

癌友個人報名表／組織推薦表（報名表歡迎影印使用）

姓名：	性別：	出生年月日：	☐ 推薦單位 ☐ 自行投稿
戶籍地址：			
通訊地址：			
聯絡電話(住家)：		手機號碼：	
癌病名稱：		診斷癌症時間： (請附相關病理證明)	
罹癌期別：		目前治療方式：	
抗癌心情故事：(請另紙簡述抗癌心情故事，約800-1200字，內容如下： 1.個人簡介。2.生活或工作上特殊經歷與表現。3.發現癌症時的心情。4.治療中最令你痛苦或失望的事情。 5.罹癌過程中的心情轉變。6.罹癌後最失意與最快樂的事情。7.罹癌前後對人生的態度與觀感。 8.鼓勵心志之抗癌歷程。9.罹癌後最想做的事情。10.當選抗癌鬥士如何幫助其他人。 11.你希望用獎勵金完成什麼樣的夢想。 照片提供：(請提供生活照片3張)			
我願意參加台灣癌症基金會所舉辦的「第一屆全國抗癌鬥士」選拔活動， 並遵守一切權利義務的規定，成為最佳的抗癌表率。 簽名：_____			

報名日期：8/13～9/30

洽詢電話：(02)8787-9907*205

傳真：(02)8787-9222

～十週年慶系列～

台灣癌症基金會感恩茶會

12.1 邀請舊雨新知蒞臨指導

文／台灣癌症基金會資深企畫專員 李建忠

台灣癌症基金會今年成立第十週年囉！我們將於12月1日下午二點至四點，假台北市遠東飯店二樓宴會廳舉辦十週年慶感恩茶會，歡迎所有曾與我們共同努力於防癌、抗癌工作上的朋友們，一同來參加我們所舉辦的感恩茶會。會中除了第一屆抗癌鬥士頒獎典禮外，還有癌友、志工們的表演節目、基金會回顧展等等。我們也準備了精緻的茶點，歡迎您與我們一同來見證基金會的第十週年，以及對未來的展望。

台灣癌症基金會於1997年12月成立以來，至今年底已屆滿第十週年。回顧這第一個十年，在王金平董事長、彭江嘉康副董事長及賴基銘執行長以及多位醫界人士的耕耘下，經

由台灣癌症基金會的防癌、抗癌宣導，國人健康防癌的觀念，已然逐步落實，且深受國內外各界之肯定。除自1999年起推動「天天5蔬果」飲食防癌觀念、2004年更推動新的飲食防癌概念「蔬果5、7、9」，提倡國人孩童、女性及男性因依蔬果攝取標準，每日5份、7份、9份攝食足量份數的蔬果。

除了推動癌症防治宣導工作外，同時本會每年更舉辦大大小小的宣導活動，透過教育的方式，了解各種癌症的預防知識及方式，希望提昇國人癌症防治的觀念－『癌症是可以預防的』。而另一方面也落實【癌症病友關懷】工作，定期至醫院服務癌友，並於基金會開辦各項關懷課程，為癌

友提供更多幫助，期望在本會領導者與工作同仁的用心推廣下，為國內防癌工作盡最大之力量。今年，在各界的鼓勵與支持之下，台灣癌症基金會更設立了「癌友關懷教育中心」，以全面性在身、心、靈各層面服務所有的癌友及其家屬。

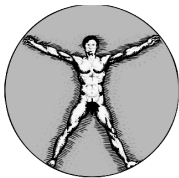
時值台灣癌症基金會十週年慶，我們將以感恩茶會，表達我們對所有志工及朋友的感恩與感謝。最重要的是讓所有本會志工朋友都能一起來親身見證本會的成長與茁壯，陪伴台灣癌症基金會繼續邁向下一個十年。

十週年慶茶會：

時間：96年12月1日

14：00～16：00

地點：台北市遠東飯店二樓宴會廳



血癌－骨髓性血液惡性腫瘤

骨髓性血液惡性腫瘤之生成與分類

文／台大醫院檢驗醫學部及內科部主治醫師
台灣大學醫學院檢驗醫學科副教授 周文堅

血癌，泛指為血液細胞之惡性腫瘤。根據血液細胞的分類，血癌分為兩大類：骨髓性血液惡性腫瘤及淋巴性血液惡性腫瘤。本期將先行介紹骨髓性血液惡性腫瘤。

一、正常血液之生成及分化

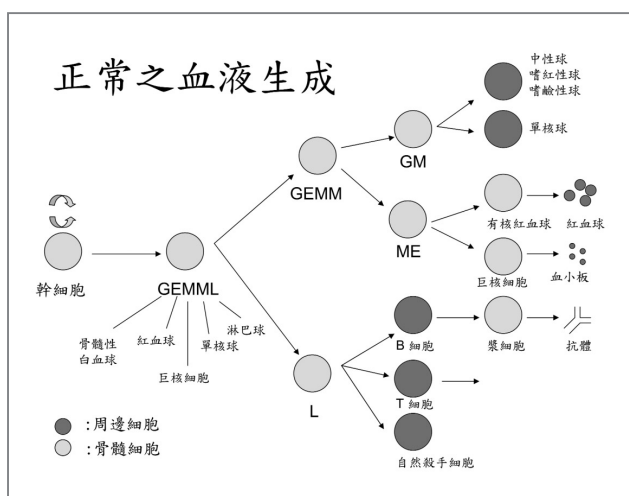
儘管血液細胞的種類及功能包羅萬象，但所有血液細胞均源自一種位於骨髓中的幹細胞。此幹細胞經各種基因調控及激素之刺激，分化成各種功能及型態各異的血液細胞。其中分化過程包含兩大類：骨髓性血球（myeloid）及淋巴性血球

（lymphoid），前者最終分化成中性球、單核球、嗜紅性球、紅血球及血小板，而後者則分化成各種成熟之淋巴球（圖一）。正常人的骨髓包含了所有成熟階段的血球，但周邊血液則僅有數種成熟的細胞（圖一），如果血液惡性疾病源自於myeloid系列，則稱之為骨髓性血液惡性腫瘤；但如果源自於lymphoid系列，則為淋巴性血液惡性腫瘤。如果發生癌變的時期非常早，則癌細胞可能兼有myeloid及lymphoid兩種特性，此時我們稱之為「來源歧異不明」的白血病（acute leukemia of ambiguous lineage）。

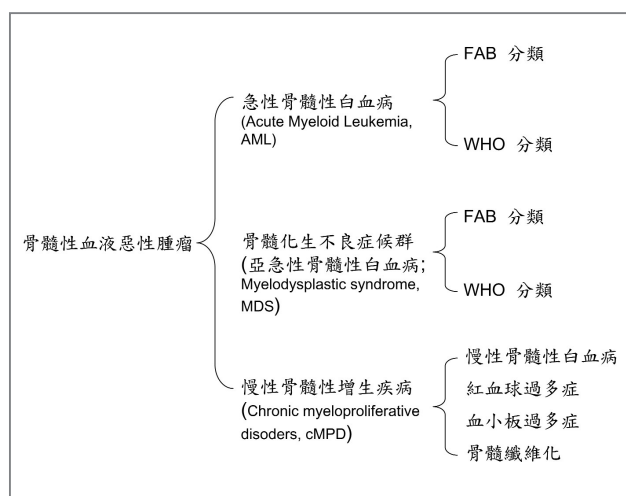
leukemia of ambiguous lineage）。

二、骨髓性血液惡性腫瘤之分類

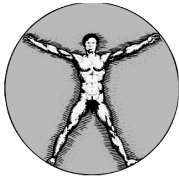
依據臨床症狀，疾病進行速度及病因，我把此大類血液惡性腫瘤分為三大項（圖二）：急性骨髓性白血病（acute myeloid leukemia），骨髓化生不良症候群（Myelodysplastic syndrome）又稱為前白血病 pre-leukemia，或是亞急性白血病 sub-acute leukemia）及慢性骨髓性增生疾病（chronic Myeloproliferative disease）。



圖一：此圖大略說明各種血液細胞之成熟與分化之過程，有些細胞正常情況只會存在於骨髓中。



圖二：此圖大略說明骨髓性血液惡性腫瘤之分類。



血癌-骨髓性血液惡性腫瘤之

急性骨髓性白血病

根據統計，台灣每年約有500例新病例，約每年每十萬人2例新病例，而且人數還逐年攀升，在台灣是所有白血病（leukemia）年發生率中最高的，比美國約每年每十萬人3.6例新病例較低，一般好發於年紀較大的人。

分類：

此病之分類法有兩種，一種是1980年代的FAB分類法，另外一種是2001年新推出之WHO分類法。在FAB分類法中，根據白血病之細胞分化程度，及癌細胞來源分成M0到M7共8種。其診斷依據包括骨髓抽取以得到癌細胞之型態的觀察，再輔以細胞化學染色及表面標記之測定，而得到正確之診斷與分類。在新的WHO分類中，則以FAB分類法為基本，但須加上考慮癌細胞之染色體變化情況，分為(1) 有固定染色體變化者，如第15及第17對染色體轉位（t(15;17)），這是FAB分類中的M3。(2) 有先前經過化療或放射治療而轉變而來的急性骨髓性白血病（therapy-related AML）。(3) 型態上有多種化生不良之特徵者之白血病（AML with multi-lineage dysplasia）。(4) 其他之急性骨髓性白血病及（5）系統歧異不明之急性白血病（acute leukemia of ambiguous lineage）。

病因：

不外乎是環境與基因之間的交互作用。

環境因素：

包括放射線、苯、及一般治療癌症之化學藥物均可能增加日後罹患急性骨髓性白血病之機會。

疾病因素：

慢性骨髓性白血病及其他慢性骨髓性增生疾病均可能演變成急性骨髓性白血病，而且此種白血病之預後較差。有些病如先天免疫缺乏也有較多機會罹患此病。

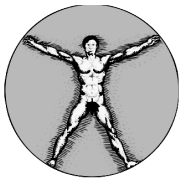
基因因素：

所有白血病細胞必定有基因上的突變，但僅有一半左右的機會可以用光學顯微鏡觀測到染色體之變異，這些明顯的染色體變異包括了染色體轉位，例如 t(8;21)(q22;q22)。第8對染色體上的長臂的一部份與第22對染色體上的長臂的一部份有平衡互換的結果，使得有一個第8對染色體接第22對染色體的一部份，這種轉位的結果是AML1基因（位於第21對染色體）與ETO（位於第8對染色體）融合在一起，形成了AML1-ETO融合基因。類似的融合基因在血癌中是非常常見的，對疾病之形成扮演非常重要的角色。其餘的染色體變化包括某段染色體增加或缺失。至於那些染色體檢查無明顯異常者，也隱藏著突變如NPM1（nucleo-phosmin），FLT3等等基因突變。隨著科技發達，這些

以前不為人知的突變也將一個一個被發掘，對急性骨髓性白血病病因之釐清必有很大的幫助。儘管白血病是一種基因上的變異，卻少有家族遺傳的情況，可見那些疾病的基因突變都是後天得到的。

臨床症狀：

急性骨髓性白血病之發作較為快速，其症狀源於正常造血細胞受到癌細胞之壓制而來。紅血球不足時，病人就有倦怠無力、臉色蒼白；當有功能的白血球受到抑制時，病人會有感染發燒的表現；當血小板不足時，皮膚有瘀青、牙齦出血，且抽血處常不易止血。病人不外乎是因為上述症狀之一來求診而得到診斷的。有些亞型的急性骨髓性白血病有特殊之症狀，例如M3或稱為急性前骨髓性白血病的病人，特別容易出血。以前治療尚未有突破時，病人常死於腦內出血，病人常常須時時壓住抽血處，否則血會流的很久。而單核球系列的骨髓性急性白血病（M4或M5）則較常有骨髓以外的侵入。皮膚、腸胃道、呼吸道、泌尿系統、骨髓及中樞神經等區域均可能有血癌之侵襲。有時骨髓外的區域的急性骨髓性白血球病細胞形成瘤狀物，稱之為骨髓性肉瘤（myeloid sarcoma，或granulocytic sarcoma）。有少部份病人在毫無症狀下，於一般健檢中抽血發現白血球分類中有芽細胞（blast）出現，結果骨髓檢查發現是很早期的白血病。



實驗室數據：

急性骨髓性白血病的診斷，一般而言，非常容易。尤其是目前血球檢測十分普遍，只要抽血數分鐘之後看血球數據即可略知大概情況。通常病人會有不同程度之貧血及血小板下降，而白血球之數目可能是偏高或偏低或正常，但如果看白血球之分類，通常會有中性球被抑制的現象，以目前一般用機器去分類白血球的情況而言，在白血球分類上可能會有誤判的情況發生，必須由專業人士以抹片觀察白血球型態才能得到正確之判讀而免於延誤治療。若周邊血液數據有懷疑是白血病，那麼骨髓檢查是必要步驟，由骨髓細胞之型態及分化程度才可以做正確之FAB及WHO分類，而且有時周邊血液尚未出現芽細胞時，骨髓必定已是充滿了惡性細胞。進一步可將細胞作細胞化學染色來判別細胞是屬於單核球系列，或是其他。另外，染色體分析也是重要診斷依據，因為染色體變化對診斷之確認及日後治療與預後有重要意義。流式細胞儀可以判讀細胞表面標記，這些標記就像身份証，經由這類精密檢查，每一種血癌細胞之身份都可得到確認，一方面可判斷其細胞來源，一方面不正常之細胞標記可作為日後治療後疾病殘留量的判斷依據。

目前分子生物學已大為進步，很多基因突變對於預後有重大影響，對治療之選擇有很大之參考價值，並且可以利用這些突變作為疾病治療後之殘留量的評估依據。因此，可以抽取細胞之核苷酸，作基因突變之分析。但是檢驗項目中，最原始但也最基本的是型態學的判定。急性骨髓性白血

病細胞之型態，與正常周邊血液中看到的成熟白血球有一個鮮明之對比。急性骨髓白血病的細胞看起來較大，核占細胞中之比例偏大，而且核之質地比較細緻，有時可以看到核仁，而細胞質較藍，偶有顆粒。特別需留意的是M3型之血球，常有啞鈴型的核，細胞質中有非常多且呈火紅之顆粒，常常有柴捆狀的Auer Rods存在，有時一個細胞有超過10枝 Auer Rods，形同『萬箭穿心』，是非常特殊之特徵，一但看到這種細胞，診斷幾乎可以確認，可以立即施予針對此型白血病的特殊治療（詳見下述），減低病人出血之危機。

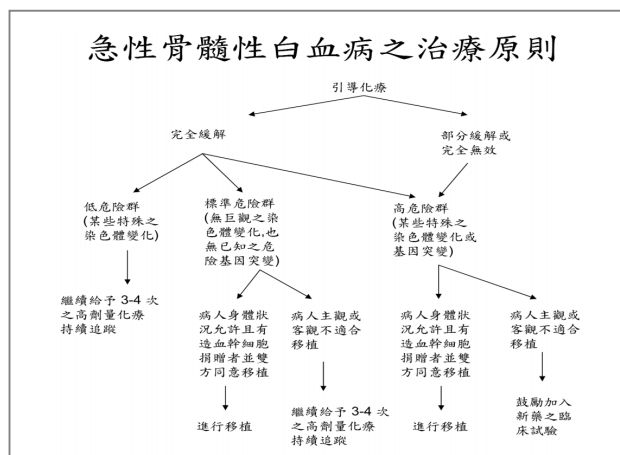
治療

一般原則：

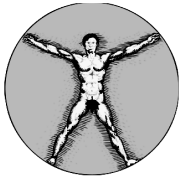
血癌病人之處置上有一些特殊性：病人大多已經免疫能力低下，常有併發嚴重感染的機會，而且急性白血病的治療一般比固體腫瘤來得強，毒性也較大，有時血癌細胞對治療一開始之敏感度甚高，可能造成腫瘤細胞溶解而釋放出一些有毒物質而致命。這些問題均使一開始處理急性白血病時，特別棘手。在一開始處理急性白血病病人時，先要穩定住病人之生命狀況，例如感染之控制，停止與預防出血之現象，適量之體液補給，嚴密監控病人之內臟功能與生命徵象，另

外，要排除M3型的急性骨髓性白血病，因為此型之治療方式與其他者不同（後詳）。治療急性白血病人時，必須仔細評估病人的體力狀況、年紀與平時之慢性疾病之有無，因為這些因素決定用哪一種處方，例如一位85歲男性，早已因腦血管疾病而長期臥床者，也許不施予積極化療是較明智的作法；相反的，年輕病人或年紀稍長但體力狀況十分良好者，在良好解釋及溝通後，應該積極治療，以痊癒為目標，一般先給予引導治療（induction）再補以鞏固治療（consolidation），並視其疾病之危險度與造血幹細胞捐贈者之有無決定是否接受移植。圖三代表非M3型之急性骨髓白血病的治療原則。

如果病人是M3型之急性骨髓性白血病，那是不幸中之大幸，因為藉由維他命A酸（all trans retinoic acid）合併較輕劑量之化療，五年之無病存活率可達八成；若不幸復發，還有三氧化二砷可以用，再次完全緩解率仍可高達八成以上，可算是痊癒率最高的癌症之一。



圖三：此圖大略說明急性骨髓性白血病的處置原則。



血癌-骨髓性血液惡性腫瘤之

骨髓化生不良症候群

骨髓化生不良症候群是一種骨髓病變，有不正常之血液細胞的分化與成熟，臨床上造成各種程度之血液功能不足，並且有演變成急性骨髓性白血病之可能性，此病另有別名如前白血病（pre-leukemia），亞急性白血病（sub-acute leukemia），在美國每年約有5000名新病患，多發生於老年人、年齡中位數約60-70歲。不同於急性骨髓性白血病，骨髓化生不良症候群之進展通常較為緩慢，其症狀亦不外乎來自各種成熟血球之受到抑制，如貧血，中性白血球及血小板太低，但這些血球之不足乃源於本身造血幹細胞之分化及成熟有問題，通常病人之骨髓中的血液細胞數不少，但卻無法製造有完整功能之各式血球以供病人使用。因此，此種病之骨髓有「低效率」的造血。型態上也有些異常，在巨核細胞方面，病人的細胞偏小，或是核之分葉不足，而白血球及紅血球方面常有細胞質及細胞核成熟度不相吻合的情況。

病因：

可為原發性或是繼發性，例如病人經放射線性照射，毒素接觸或化學治療，有較高之機會會得此種病。有些人可能有自體免疫的問

題，產生類似再生不良性貧血之情況。有些病人可能是骨髓微環境（microenvironment）有問題，例如血管增生，或不正常之骨髓支持細胞與造血細胞間交互作用。在基因方面，此病常併有基因之不正常甲基化，使一些促進細胞分化與成熟之基因無法正常表達。

分類：

分類有FAB及WHO分類，兩種大同小異，WHO乃依據骨髓中芽細胞之比率多少，環狀含鐵顆粒之有核紅血球（ring sideroblast）之數目，化生不良的血球系列數目及染色體有無第五對長臂之缺失（圖四）。

診斷：

典型的骨髓化生不良症候群患者是老人家（65歲以上），有原因不明之貧血，或白血球下降或血小板下降，確定方法是骨髓檢查，以觀察血球型態，並加上鐵質染色以查出是否有環狀含鐵顆粒之有核紅血球之存在，並

配合染色體之分析。此種病之染色體變化多是大段染色體之缺失或增加，少有平衡性的染色體轉移，這點與原發性之急性骨髓性白血病不同。

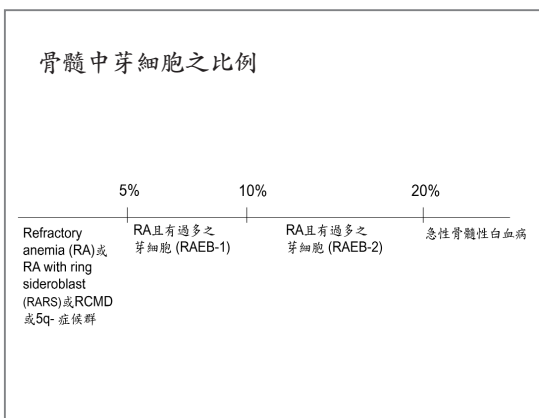
預後因子：

此種病之預後取決於骨髓中芽細胞之比率，染色體變化及降低之血球系列之多寡（如表一），以此三項變數之分數相加，即可得到病人之積分，稱之為國際預後評估系統（International Prognostic Scoring System, IPSS），不同預後群有不同之存活期，分數愈高者，存活期愈短且愈快轉變為急性骨髓性白血病。

治療：

在治療骨髓化生不良症候群時會面臨一些挑戰，一來病人多是老年人，本身之體力及身體一般狀況就較差，二來疾病本身之成因及臨床表現比較複雜，使得治療上之標的比較模糊，因此治療方式尚未有共識。

治療之首要目標是延長病人之生

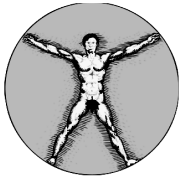


圖四：此圖大略說明骨髓化生不良症候群之分類。

預後因子 (International Prognostic Scoring System, IPSS)					
變數	分數				
	0	0.5	1.0	1.5	2.0
骨髓中芽細胞之比率	<5%	5-10%		11-20%	21-30%
染色體分析	好	中等	差		
降低之血球系	0, 1	2, 3			

好: normal, -Y, del(5q), del(20q); 差: complex, 第7對染色體之異常
Low risk: 0; Int-1: 0.5-1.0; Int-2: 1.5-2.0; High risk: >= 2.5

表一：此圖大略說明骨髓化生不良症候群之預後因子。



命並改善其生活品質及減少併發症。大別而言，治療之方式分為三大類：

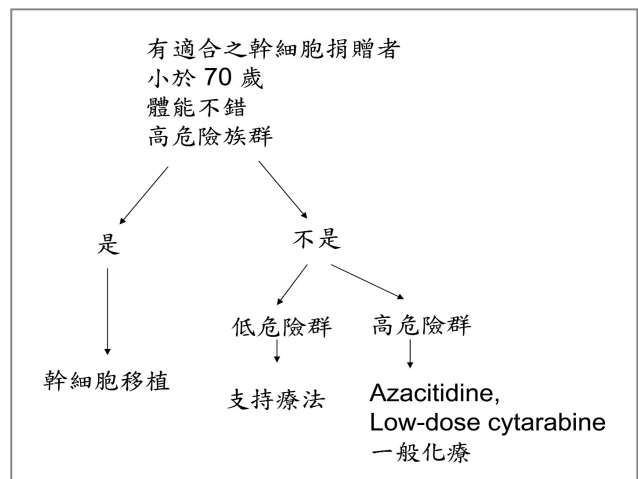
(1)支持治療方式 (supportive care)：對於貧血，我們輸注紅血球，使血紅素能維持在至少8-9g/dL，另可用紅血球生長激素。目前有長效型之劑型 (darbepoietin)，只要一週施打一次即可，十分方便。但一般這類病人體內之紅血球生長激素已經偏高，所以大部分病人對施打之紅血球生長激素效果不佳，但若經濟情況許可，這是一項副作用少的、值得一試的辦法。對於中性球低下的病人，在嚴重感染時可以施打顆粒白血球生長激素 (G-CSF)，但其臨床效益並未確定。慢性施打G-CSF不但十分麻煩 (一天一次)，且對病人之感染率及存活沒有明顯幫助，目前並不建議。若病人血小板太低，可以根據出血狀況給予血小板輸注，目前並未有安全的小板生長激素可以使用。由於大多數病人有貧血的問題，常須仰賴輸血，每兩單位 (約500cc全血) 即含有至少200mg的鐵質，一般人全身鐵質也不過2-3g，一旦輸入身體，沒有適當管道排出那些鐵，長期下來，病人都有鐵質沉積的問題，會導致器官功能衰敗，為了防止這問題，病人必須接受鐵質排出的治療。目前常用的藥物是deferoxamine，但是此藥口服無效，必須注射，而且半生期極短，必須以持續皮下注射的方式才有良好之排鐵效果。病人通常每週五天，利用晚上睡覺時間以機器慢慢由肚皮輸注。由

於十分不便，病人十分困擾，因此用藥之服從性很低。最近由Novartis公司研發的一種新型口服排鐵劑deferasirox (exjade®)，以每天一次的方式約20-30mg/kg的劑量泡在水或果汁中服用，效果不比deferoxamine差，即將在台灣上市，病人有可能不必再忍受長期針扎的痛苦。

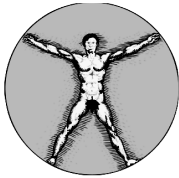
(2)稍微積極之治療方式：包括男性荷爾蒙danazole，約有20%反應率，可提高血紅素及血小板，但須注意肝臟毒性，另有人會使用類固醇，但因本身之副作用及免疫抑制之可能性，使用時必須十分小心。目前有人會使用抗淋巴球蛋白 (ATG)，此種療法對骨髓較空之病人，或併有自體免疫症狀者較有效，約有40%之反應率，但也有免疫抑制之副作用。針對骨髓微環境之治療方面，有Thalidomide(塞德)可以嘗試，但此藥會致畸胎，服用者不管男女均須避孕，效果僅約20%，而且此藥本身之副作用大，少有病人能忍受標準劑量。Thalidomide之另一衍生物lenalidomide效果不僅較好，副作用也大幅降低。特別是對輕度疾病者及染色體有第5對長臂缺失者更有效。三氧化二砷也被用來治療骨髓化生不良症候群，但鑑於有限之反應率 (約僅20%有血液數

據之改善)及可能危險之肝及心臟毒性，使用時必須十分小心。使用低劑量cytarabine(low-dose cytarabine)予以化療是另一種選擇，以前認為此種療法可以促進細胞分化，惟近年來認為效果仍是基於化療之細胞毒性而來，但因此法副作用極低，是種不錯之考量。新近有用azacitidine以解除不正常之甲基化，活化被抑制之調控分化之基因，約有一半左右之病人有血液相之改善，並可延長存活期，改善生活品質及降低轉化成白血病之機會，副作用較低，是老年病人可以選擇之方法，惟目前價格昂貴，每月一期之治療約須新台幣15萬，有效者平均至少須3個療程的治療，而且可能須長期用藥以維持療效，對經濟上是一大負擔。

(3)強度之積極治療方式：包括一般劑量之化療，這顯然不適用年老之病人，因為無效且副作用極大，但對於高危險之年輕人是可以選擇的方式之一。另外，總結治療方式之原則如圖五所示。



圖五：此圖大略說明骨髓化生不良症候群之處置原則。



血癌-骨髓性血液惡性腫瘤之

慢性骨髓性增生疾病

慢性骨髓性增生疾病 (chronic Myeloproliferative diseases)：在WHO分類中，此大類之疾病分為慢性骨髓性白血病 (Chronic Myeloid Leukemia, CML) 及其他非CML之慢性骨髓增生疾病。

慢性骨髓性白血病(CML)：定義上，此病均含有BCR及ABL之基因融合，而且此融合基因之存在與致病有絕對關連。此病之發生率不高，在台灣每年不到200例新病例，全世界每年每10萬人約有1-1.5例新病例。臨床上，病人多沒有明顯自覺症狀，有20-40%之病人甚至是抽血時才發現此病，大多病人以體重減輕、疲倦等非特異性症狀來表現。典型之血液相是白血球及血小板過多，有些微貧血，白血球之分類涵蓋各個時期，例如有個病人之白血球總數為215,720/微升，血小板總數為719,000/微升，血紅素12.0 g/dL，芽細胞1%，前骨髓白血球 (Promyelocyte) 12.75%，骨髓白血球 (Myelocyte) 22.75%，晚幼粒細胞 (Metamyelocyte) 8%，帶狀中性球 (Band) 12.5%，分葉中性球 (Segment) 34.25%，嗜紅性白血球 (Eosinophil) 3.75%，嗜鹼性白血球 (Basophil) 3.5%，單核球 (Monocyte) 0.75%，淋巴球 (Lymphocyte) 0.75%，有核紅血球 (Normoblast) 1/400 白血球，合併脾臟腫大。這種情況下診斷為慢性骨髓性白血病大概錯不了，但是仍需染色體之分析確認有9及22對之轉位或是BCR及ABL之融合才能下最後診斷。

臨床上依嚴重程度分為三期：慢性期、加速期及芽細胞期。病人若無治療，必定一直往嚴重期別進展。以前病人使用干擾素及低劑量化療以延長病程，痊癒比率極微。病人一般痊癒之途徑是異體幹細胞移植。但在2002年底，美國食品藥物管理局核准Imatinib (Gleevec)上市後，徹底改變了此病之治療方式、預後與病人之命運。那是一種小分子，可以穿透至細胞內，於細胞中去抑制BCR-ABL融合基因之功能，使得癌細胞無法生存、達到抑制病情的效果。根據2006年之文獻報告，在服用此藥追蹤5年之結果顯示，服用此藥一年後，超過90%之病人可以達血液相之完全正常化，約70%的病人可達到異常染色體之完全消失，而且副作用極微。更有甚者，運用精密之分子生物學技術，可以精確地追蹤疾病細胞之殘餘量，有這樣精準之追蹤及有效之治療，目前Imatinib已成為CML治療上之第一線選擇。以前之造血幹細胞移植目前傾向於保留於疾病無法以藥物控制之病人。Imatinib之神效也驗證了標靶治療之神奇，藉由針對抑制疾病細胞特有之基因缺陷，來達到高效果且低副作用之目的，是目前醫學上追求之主流。

非CML之慢性骨髓性增生疾病：此類共有6項，但鑑於發生率及臨床之應用性，我將只介紹三項：多血症 (Polycythemia vera)、原發性血小板過多症 (Essential thrombocythemia) 及原發性骨髓纖維化 (Idiopathic myelofibrosis)。臨床上，診斷此三種病，有一些制式之標準，但限於實用性及篇幅，我將

不予贅述，總之在臨床上，顧名思義，是某些系列之血球過度且不受生理調控地增長而過多，就會形成這類的疾病。當紅血球及血小板太多時，產生的直接後果是血流變得不順暢，因而人容易倦怠，且有重要器官血流不足的問題，最嚴重的是中風或腹腔血管梗塞或心肌梗塞。身體表現上，可能有脾及肝臟腫大。以前，此類疾病之診斷常靠排除其他特異疾病來達成，但在2005年後科學家們發現，JAK2基因突變發生於超過95%之多血症，及約50%之原發性血小板過多症及原發性骨髓纖維化，此項發現為這類疾病之分類及病理機轉之探討帶來一大契機，顯然地，這類疾病必有某些共通的致病原因，且與JAK2基因突變息息相關。治療上，多血症的病人，可以以放血方式來維持一個合理之紅血球數目，放血可以消耗掉體內之鐵質，使得「巧婦難為無米之炊」，而使紅血球暫時高不起來。對原發性血小板過多的病人，可以口服藥物來降低血小板數目，目前有hydroxyurea及anagrelide兩種，前者是一種化療藥物，有人會擔心其在年輕病人之長期之致癌副作用，而後者是目前比較沒有這方面的疑慮。至於骨髓纖維化的病人，能作的比較少，處理上比較麻煩，大抵上，對老人家施與支持性療法例如輸血，感染控制等，對年輕人予以高劑量化療並施予造血幹細胞移植。

總結：

這次之內容以骨髓性血液惡性腫瘤為主題，為了不增加各位讀者的負擔或產生困惑，我盡量把一些過於繁雜之細節刪除，希望各位讀者能對這



『癌友關懷教育中心』獲各界支持及肯定

文／台灣癌症基金會活動企劃組專員 孫佳伶



「癌友關懷教育中心」開辦的【音樂治療】課程，吸引很多癌友報名參加。

台灣癌症基金會『癌友關懷教育中心』經過了三個月的細部規劃及調整，已逐漸步上軌道，不僅中心硬體設備日趨完善，同時也正式開辦各項針對癌友所設計之課程，包括【瑜珈養生】、【氣功健身】及【音樂治療】等，皆吸引癌友踴躍報名參與。看到癌症病友願意走出家門，來到他們第

二個家——『癌友關懷教育中心』，更讓我們瞭解到中心存在的必要性。

而除了已規劃開辦的各項課程外，未來即將開辦的課程還有【心理諮商】、【營養照護】及【復健指導】等，同時中心更聘請專業的營養師及護理人員駐點服務，接受癌友及民眾的電話或現場諮詢，解決癌友相關醫療與照護疑惑，提供癌友、癌友家屬及其照護者學習面對衝擊的適應力。更

希望能讓癌友發掘自我價值、進而提升自我照護能力以樂觀積極的態度面對癌症，改變罹癌心情，進而勇敢對抗病魔。

「癌友關懷教育中心」，一個以癌友第二個「家」自許，完全屬於癌友的中心，我們期待它能為癌友們提供樂活空間，一個病友們聚集分享心靈的空間。如果您是癌友，請放心大膽走入這個屬於您們的『癌友關懷教育中心』。有興趣之癌友請洽詢（02）87879907分機210

諮詢顧問時間

諮詢內容	諮詢時間
癌症諮詢 【前台北榮民總醫院腫瘤護理督導長 全秀華督導】	星期一、星期四 上午9：00～下午2：00
營養保健 【本會 吳秋玲營養師】	星期一 下午1：30～6：00 星期五 上午9：00～12：30

『兒童天天5蔬果校園巡迴講座』系列活動～～

【兒童蔬果支票】趕緊來索取囉!!

文／台灣癌症基金會專案企畫組專員 林伊玲

今年在教育部、美國在台協會及美國各蔬果協會的贊助下，特別針對兒童天天5蔬果巡迴課程，規劃新宣導教材——【兒童蔬果支票】，目的即期望兒童在生活中，力行『天天5蔬果』健康飲食觀念，將實踐自我承諾當成一種責任，同時強化學童與家長的親子互動，一起督促彼此力行健康飲食習慣。而為增加學童積極參與『兒童蔬果支票』活動，本會將於12月11日舉辦【健康有理】大抽獎活動，豐富的大獎要送給力行蔬果支票的你。

除了參加『校園巡迴講座』及

『蔬果探險樂園』的學童可獲得一本【兒童蔬果支票】外，現在本會也提供索取服務，只要來函附35元郵票即可獲得一本支票，或直接至本會網

站<http://www.canceraway.org.tw/>下載，趕快開始力行你的【兒童蔬果支票】吧！相關活動訊息可於本會網站查詢。

2007年【蔬果支票】活動方式

只要在活動時間內完成『蔬果支票』之各項內容，並將支票票根寄回本會，即可參加【健康有理大抽獎】，有多項獎學金及獎品要送給力行『天天5蔬果』的你！

*收件截止日期：即日起至96年12月1日（六）止

*抽獎日期：96年12月11日（二）

*詳情請洽台灣癌症基金會 電話：(02)8787-9907 或

上台癌症基金會網站 www.canceraway.org.tw 查詢



新加坡癌症互助協會、美國安德森癌症中心、大陸山東省抗癌協會 參訪本會分享癌症防治經驗

文／台灣癌症基金會執行總監 王致雅

台灣癌症基金會長期推動防癌、抗癌運動，不僅為社會大眾肯定，更深獲國際社會讚許。今年上半年共有來自新加坡、美國、大陸山東省抗癌

業的人士，於2003年4月1日，成立新加坡癌症互助協會，並在兩年中，幫助了120個癌症家庭。此次參訪，東方比利先生除了與台灣癌症基金會分享防癌工作推廣的經驗外，更希望雙方未來激盪出更多的行動火花，一起喚起新加坡及台灣民眾防癌、抗癌的意志與決心。

美國安德森癌症中心整合治療部門主任 Dr. Lorenzo Cohen, (Chief, Section of Integrative Medicine, M. D. Anderson Cancer Center)，此次偕同

該中心蔣述德醫師，拜訪本會，對本會推動子宮頸抹片車機動而便利之巡迴服務，以及推廣蔬果飲食防癌，特別是「天天5蔬果」、「蔬果579」創意、活潑及生活化的宣導方式讚許有加，而對於「癌友關懷教育中心」的規劃，印象特別深刻，並交流、分享許多寶貴建議。

團體分別於四、五、六月訪台期間，在相關國際友人推薦安排下，親訪本會分享防癌工作經驗、並就癌友關懷服務規劃進行意見交流。

目前擔任新加坡癌症互助協會理事長的東方比利先生，多年前自台灣隻身前往新加坡發展，現為新加坡知名之廣播主持人與公益人士，1992年罹患血癌，身為癌友，他親身體驗了癌症帶給他的痛，但也因此更深刻了解到「愛就是在別人的痛苦上，看到自己的責任」，激發他替癌症病人盡心盡力的決心，在他的愛心號召下，一群來自各行各

中國大陸山東抗癌協會副理事長于金明先生，率該會一行6人，拜訪本會並進行抗癌工作交流，山東省的抗癌工作已是大陸地區中卓越的省份，該協會對於本會非營利組織所呈現的活力感到相當欽佩，也對於本會8年前開始推動的蔬果防癌觀念，教導民眾落實防癌生活化的行動力，更是提供政府在衛生政策推廣時莫大之助力，希望未來能加強與本會防癌及抗癌工作的交流，以作為大陸地區培植或輔導民間非營利機構的良好借鏡。

上述三個參訪團體均對本會長期推廣的飲食防癌工作及貼近民眾生活之宣導方式極為讚賞，也認為本會規劃之「癌友關懷教育中心」以專業服務並輔導癌友身心靈康復的方式值得學習，更期待未來，共同推動國際防癌、抗癌團體之互訪及交流，分享彼此之成果與經驗。



新加坡癌症互助協會理事長東方比利先生（前排中）蒞臨本會參訪



美國Dr. Lorenzo Cohen, Ph.D.（右二）及蔣述德醫師（右一）蒞臨本會參訪



中國大陸山東抗癌協會于金明副理事長（右）率協會一行六人蒞臨本會參訪



美國癌症輔助及另類療法近況

參訪美國國家衛生研究院、約翰霍普金斯醫學大學及 休士頓安德森癌症中心訪問紀實

文／國家衛生研究院癌症研究所所長

台灣癌症基金會副董事長

彭汪嘉康

這次的參訪，主要是想瞭解以西方醫學為主的美國，在正規的癌症治療系統下，如何包容並融入輔助及另類療法，因此特別挑選了一些具有指標性意義的醫學中心，作為拜訪重點。

參訪美國國家衛生研究院 (National Institutes of Health, NIH)

我們一行人於4月9日上午拜訪了美國國家衛生研究院的癌症輔助及另類療法辦公室（Office of Cancer Complementary and Alternative Medicine 簡稱OCCAM），主任Jeffery White特別說明，這個office在1998年10月開始運作，希望輔助及另類療法（Complementary Alternative Medicine簡稱CAM）能與一般正規癌症治療上多一些互動。美國國家癌症研究所設立的主要目的除了著重癌症的預防、診斷及治療外，也非常關注因癌症相關的症狀、治療所引起的副作用及對病人身心上的影響，OCCAM希望能彌補正規治療中不足的部分，所以鼓勵跨國際團隊一起來研究、執行，並給予正確的評估，希望藉此鼓勵及資助具有創新性

的輔助及另類療法臨床試驗，目前主要的任務為：

- (1) 每個月邀請國內外CAM專家專題演講，讓有興趣的醫務人員及研究人員瞭解CAM的範圍及可行性。
- (2) 臨床上以針灸為主，以止痛為主要臨床研究目標。
- (3) 希望能找到抗癌的草藥治療（anticancer herbal therapy），不論是治療還是輔助，都可進行臨床試驗。

4月9日下午則至輔助及另類療法國家中心（National Center for Complementary and Alternative Medicine 簡稱NCCAM）參訪，因為主任Dr. Steve Straus 罹患腦癌，由代理主任Dr. Ruth Kirschstein 與我們晤談。

這個計畫是由愛荷華州的國會議員 Thomas Hawkin提出，並已通過立法，Dr. Kirschstein覺得這個研究領域不好做，但是在開始執行時，至少可以於法規上先從安全性做起，美國國家癌症研究院在CAM的研究經費2005年為美金一億二千多萬（佔癌症總預算的5.67%），目前已通過執行的計畫有3441個，67%屬於癌症預

防方面，17%為癌症治療，11%為症狀/副作用及5%為流行病學。在天然的複合物上，則有蜂膠，curcumin（薑黃素）等，另外對於飲食、生活品質、生活形態等，都在研究範圍內。

總之，在美國國家衛生研究院的OCCAM及NCCAM目前執行主要重點工作在於

每月的專題演講及溝通，以及推展有關CAM在預防、治療、症狀/副作用及流行病學方面的臨床試驗。

參訪 約翰霍普金斯醫學大學醫院 John Hopkins Hospital

此次透過前國家衛生研究院副院長梁廣義院士的安排，在John Hopkins Hospital共拜會了6位知名的學者專家，首先拜訪的是Dr. Lee Sanghoon KMD, PhD, LAc. 他是CAM中心的主任，目前進行的臨床試驗包括：針灸對住院病人和門診病人在 mucositis（口腔黏膜發炎），放射治療的併發症，疲勞，xerostomia（放射治療後的口腔乾燥），疼痛和肥胖的效果，此外也探討按摩、氣功及瑜珈對身心舒緩的影響。



響。

另外，Dr. Bossaria 本身是一位內分泌專家，主要研究黃豆對於熱潮紅、停經、記憶認知、心理層面和生活品質的影響。Dr. Dorshaw 是癌症治療中心的主任，其研究補助及合約每年有一千二百萬美元，包括社區推廣計畫，臨床應用等。

拜訪Dr. Brown 本身為感染病及愛滋病專家，研究領域特別著重於以天然草藥來減低因治療所引起的副作用，如St. John's wort對情緒問題的療效，美洲人參可增加血糖的耐力，另外如 Omega 3-脂肪酸可減低三酸甘油脂或減肥。而Dr. Martha Hanson，她在中草藥研究的領域著重在整合醫學及醫療史的研究。拜會Dr. Adrian Dobsi，他表示很願意與台灣在保健食品，中草藥，身心靈的訓練課程及瑜珈針灸等領域來合作。

John Hopkins在輔助及另類療法領域比美國國家衛生研究院更著重臨床上之應用，以CAM來參與臨床治療，如以天然產品或中草藥來減低化學治療之副作用，其他像是在口腔黏膜炎及減肥，他們非常樂意與我們合作，特別是對藥物治療副作用的領域，也希望藉著我們的合作可以多爭取些預算。

參訪MD安德森癌症中心

首先拜訪Lorenzo Cohen博士，他是整合醫學中心主任，我們這次拜訪的目的，主要是要考察他們如何將西方傳統醫學與另類療法結合，能將

病人的身心靈都能兼顧到最好，才是對癌症病人最有幫助。他希望能推動身心靈的整合，將瑜珈、太極、音樂並融入藝術，加上針灸及放鬆、冥想，並且還附設了廚房，教導如何烹煮健康飲食因而設立了健康中心（Place of Wellness）。

值得一提的是，MD Anderson Hospital的院長，Dr. John Mandelson，他是筆者在NIH時共事多年的研究夥伴，他特地抽空見我們一行五人，不久之前他才來過台灣參訪，對我們國家衛生研究院竹南院區的建築，有很深刻的印象，他說，在台灣那麼小的地方，如要建立一個最優秀的國家級癌症中心，必需把各科最好的腫瘤醫師集中在一起，共同開創這個大格局，才會有成功的機會。

下午的行程則參觀了下列幾個地方，令人印象非常深刻。

1. 腦脊髓中心：

在1990年U.S. News（美國新聞）特別報導這個中心，並讚許為世界第一大的腦神經中心，共有70位醫師及科學家分別在九個腦領域各有專精，病人不但來自美國本土，並接受許多來自全世界的腦病人，除了開刀外，也合併腦部的放射線治療（有最新的IMRT（強度調控放射治療）及質子治療中心，神經腫、瘤神經心理及認知復健，所以是完善的治療中心。

2. 學習中心：

為不收費的圖書館，館內有大量的癌症預防、治療及一般健康與醫學

書籍，可供自由借閱。

3. 健康中心：

特別針對身心靈方面提供課程及演講：

- (1)教育課程包括營養、烹飪、療癒觸摸(healing touch)、草藥治療、體重控制
- (2)提供表達性的藝術 如：畫畫、黏土、鑲嵌畫
- (3)病友支持團體提供教育、討論、演講及經驗分享
- (4)冥想、祈禱、氣功、瑜珈、太極。
- (5)放鬆-壓力之處理
- (6)針灸（需經過醫師轉診）
- (7)按摩

這次與本會執行長賴基銘醫師同行，主要目的為希望能共同推動癌症的輔助及另類療法，並且再加入我國特有的中藥醫學，因此至美國頂尖的三家知名醫院及研究機構，參觀吸取這些醫院如何將輔助及另類療法融入西方醫學之中，讓癌症病人在治療中同時受到身心靈的平衡照顧，尤其是化療病人，需經歷許多的副作用，很多病人，必須忍受這段困苦的過程，如能及早提供這些服務，也可以讓病人的整體療程，比較不那麼辛苦，病人對治療也會較有信心。未來，筆者認為台灣癌症病房規劃時，也可以考慮加入輔助及另類療法。



菜中上品 蓮藕

文／前台北榮民總醫院腫瘤護理督導長 全秀華

蓮藕 (Lotus Root)，是蓮的根部，屬睡蓮科多年生宿根水生植物，根莖生於水中，粗壯強勁，直形明顯節節成五段節，斷成中空有7—9孔為一般可食部分，節為藕節，因五節相連故名「蓮藕」。蓮藕在民間除為菜中上品外，可潤肺、生血促進血液循環、熟食健胃、增進食慾、止吐、調節食慾不振，有食補食療價值。

蓮藕的營養成分

依據行政院衛生署台灣食品營養成分資料庫記載，蓮藕在100公克中含水分80公克，熱量74卡，蛋白質1.8公克，脂肪0.3公克，澱粉17公克，纖維2.7公克，維他命A1.7RE、維他命B1 (0.06) 公克、維他命B6 (0.01) 公克，維他命C (42.0) 毫克，維他命B12微量。菸鹼酸0.3毫克，礦物質鈣27毫克、磷3毫克、鐵0.2毫克、鎂10毫克、鉀200毫克、鈉23毫克、鋅0.2毫克/公斤。

蓮藕與癌症關係

蓮藕含有多種抗氧化作用的成分，如含多酚的丹寧酸和少量的兒茶素在體內產生複合作用，使致癌物質無毒化，抗癌功能更好。藕及藕節內含維他命C最多，就是煮熟也被澱粉包住不完全耗損，同時它也有抗氧化作用，可保護身體免於受到活性氧的傷害，進而預防癌症。藕和藕粉內含多醣，可提高免疫力而抑制癌細胞成長。所含生物鹼可抑制的細胞繁殖和腫瘤的成長，藕與藕節內纖維質有

2.7%公克，份量供應算高，加上為七孔葉之氣學原理，進入人體中使胃腸道通暢順氣，令人精神清爽，糞便和排泄均佳，使廢棄物不久留體內，自然癌症、息瘤等產生不易。藕中類胡蘿蔔素轉換後存在肝中，在肝中有除毒功能，並誘導細胞良性分化。

藕與疾病和其他關係

蓮藕對人體健康的維持，心臟系統的保健、排泄功能的正常均有助益。因含有維他命C，類胡蘿蔔、黏液蛋白、卵磷脂之故、在植物中很少像藕一樣含有維他命B12，加葉酸和鐵是造血原料，卵磷脂雖量少與蛋白質等作用，使體內毒素排除乾淨，可消除肥胖、生理失調、自律神經失調、並使心血管健全。丹寧酸具有收斂性使血管收縮而止血，並防口臭、口腔粘膜組織軟弱微血管易出血時有效益。藕內鐵遇外界鐵質黑化，產生氧化鐵，但遇酸則復原。纖維能防止便秘，降低膽固醇，含鉀量高對限鉀者(腎、心臟、水腫者)不宜多吃。藕粉是藕乾燥以製成的澱粉，是老人、小孩、病人、產後、管餵食者的主食(每次20公克)。藕茶內有兒茶素除防癌有多重效應外，尚可降低膽固醇，預防脂肪肝，同時也是美味食物，哺乳期可增強乳汁分泌。

蓮藕的吃法

(1) 藕汁：將藕節或藕用果汁機榨汁，放入冰箱，取少

量1/2米量杯，加蜂蜜、檸檬均可，因直接取得養分，對人體有益。

(2) 煎藕餅：榨過汁的藕纖維加纖維加蛋和麵粉調成半流體狀，在藕中煎成餅(甜鹹自取)，含礦物質、纖維、去除體內有毒物質；可使大便順暢、降低膽固醇。

(3) 煮食：牛肉煮蓮藕，大節藕(肥嫩者)、去皮切塊與牛肉同煮加紅蘿蔔，煮熟後味道鮮美可口，帶便當、下飲均好。

(4) 蒸藕米(或綠豆)甜品：將粗狀有孔蓮藕，去除外皮(用刨刀)才易熟軟酥，在孔內塞入浸泡水的糯米或綠豆，填滿後切下藕頭蓋回去用牙籤固定後放入蒸籠或電鍋蒸熟，涼後切塊澆上桂花糖漿或蜂蜜，便可上桌當點心吃。

(5) 炒藕絲：選中段段肥壯或藕尾洗淨後切絲，炒熟後，放一點醋和糖、鹽拌炒均勻後，取鍋上桌或收盒，是一般常吃的醋醋藕絲，下飯喝酒、早餐小菜均可。





5 a Day 系列

- (6) **炸藕塊**：切片(橫切)兩片中間加料(肉碎或芋泥、棗泥)上麵糊後油炸上桌，點心、早餐食物用。
- (7) **紅燒藕肉**：前腿豬肉塊與藕塊加醬油、薑蔥同燒，熟藕軟後取鍋，此時亦可放紅蘿蔔或白蘿蔔也很好吃。
- (8) **燉藕湯或排骨湯**：先將蓮藕在醋開水中加白醋(少許)，入內鍋再

煮可保持湯清，是湯補食物。

- (9) **涼拌藕片**：將嫩藕切片過開水放糖、醋、檸檬、鹽蔥拌製半小時以上，便可進食，取用時吃多少拿多少，剩餘的放冰箱下餐吃可、爽口、利尿、神清氣爽。

- (10) **藕茶飲**：乾燥的藕片，老的藕及節、煮開水飲用，鼻咽腔、胃弱者、化療放療期的病人，可以多

喝一些。

蓮藕的清潔和保存

清潔：清洗時可用毛刷刷洗，若屬蒸煮需酥軟者，可削皮使用，若發現孔洞中有汙染，泥土等，則設法清潔，最好清洗方法先整節藕洗完後再切節取段，若氧化節面變色則切除。

保存：買回帶土蓮藕，包好放冰箱冷藏一週，其他已洗者現食不藏。



活動訊息

～十週年慶系列～

『音樂 愛 生命』慈善音樂會 巨人

文／台灣癌症基金會活動企劃組專員 蘇亞平

今年是基金會屆滿十週年的重要時刻，十年來基金會不斷努力與茁壯，推動各項癌症防治宣導工作，並落實癌友關懷與服務。於此十週年之際，基金會同樣邀請台北市民交響樂團與醫生室內樂團，除了以悠揚美妙

的樂音來歡渡十歲生日外，更特別選取『馬勒D大調第一號交響曲《巨人》』來讚頌癌症病友的堅強，另外亦將基金會過去為癌友撰寫之《迎向陽光永不放棄》一曲，改編為交響曲目進行演奏，期望透過這兩首樂音，獻給

所有的癌友，鼓勵他們像巨人一樣強壯，不被病魔打倒。

今年基金會懷著感恩的心，邀請所有喜愛音樂以及支持基金會的朋友們，在11月14日一起聆聽這場心靈音樂饗宴。

巨人～『音樂 愛 生命』慈善音樂會

時間：11月14日（星期三）19：30～21：30

地點：台北國家音樂廳

演出團體：台北市民交響樂團、醫生室內樂團

演出曲目：柴可夫斯基 第一號鋼琴協奏曲／馬勒 D大調第一號交響曲《巨人》

票價：300、500、800、1000

售票：兩廳院售票系統02-3393-9888、上網www.arttickets.com.tw

或洽台灣癌症基金會02-8787-9907*207蘇小姐



活動訊息

悅聲合唱團 用動人的音符溫暖您的心

文／台灣癌症基金會專業企劃組專員 林伊玲

癌症雖然名列國人死因首位，但並不代表我們束手無策。其實，癌症的整體治療並不只侷限在藥物治療，而是要兼顧身、心、靈各方面的重建及療護；因此，台灣癌症基金會於九年前成立悅聲合唱團，期望提供受癌症折磨的病患及家屬們，一個寄託心靈的小天地，運用「團體治療」的方式，希望能真正照顧到病患的心靈。

每年，悅聲合唱團透過慈善音樂會，用實際行動引發群眾積極關心癌友。今年，我們要特別感謝財團法人元大文教基金會的支持與贊助，讓悅聲合唱團繼續為癌症病友、家屬唱出

生命天籟，讓更多人明瞭癌症並不可怕，並正視癌症預防的重要性，同時去除民眾對癌症的恐懼。

悅聲合唱團除了每週不間斷地練唱、自我成長、自我提昇，享受音樂的美好之外，更希望能用歌聲及音符的傳遞，讓其他癌友感受到一群生命勇士溫暖的支持，更希望社會大眾瞭解悅聲合唱團「愛」的力量。今年，誠摯邀請大家一起

支持9月5日晚間7：30即將於中山堂演出之「『悅聲·悅生』年度慈善音樂會」，一起聆聽悅聲團員們感人的演出，一起感受他們迎向陽光、永不放棄的精神，給予悅聲合唱團最熱情的鼓勵。

「悅聲·悅生」慈善音樂會

時間：96.9.5（三）19：30
地點：台北市中山堂中正廳（台北市延平南路98號）
愛心票價：200、400、600、800、1000元
購票：年代售票系統或電洽（02）8787-9907
演出人員：合唱／悅聲合唱團 大提琴／張正傑
小提琴／姜智譯 法國號／林筱玲
女高音／林慈音 男高音／方偉臣



活動報導

2007子宮頸癌防治宣導活動～

『聰明父母 寶貝幸福』健康列車10月啟動

文／台灣癌症基金會活動企劃組專員 蘇亞平

根據92年行政院衛生署最新統計，國人子宮頸癌發生率(含原位癌)高居第二位，死亡率也名列第六名，當年有4,908位婦女罹患子宮頸癌、死亡人數932人，平均每天有將近3位女性因子宮頸癌而死亡……。

為降低子宮頸癌對國人女性的危害，台灣癌症基金會自民國88年12月起即推動『子宮頸癌抹片車』巡迴免費篩檢服務，為女性國人健康把關，同時舉辦子宮頸癌防治宣導活動及巡迴講座，並出版子宮頸癌防治手冊，

教育女性國人正確防治觀念。

因此，繼本會去年舉行『聰明防禦 健康起飛』子宮頸癌大型宣導、召開『子宮頸癌專家論壇圓桌會議』，成功喚起國人對子宮頸癌防治工作的重視。今年再度規劃子宮頸癌防治宣導活動，並以『聰明父母 寶貝幸福』為活動主軸，透過電視宣導短片、廣播，平面等媒體宣導規劃，讓民眾了解不同的年齡及身體狀況，有不同的防治方式，除了抹片檢查，還有疫苗施打，期將最新最完整的子

宮頸癌防治觀念深植民眾心中。

在今年『聰明父母 寶貝幸福』子宮頸癌防治宣導活動中，將拍攝宣導短片，於電視進行密集播出，同時規劃醫學專家及活動代言人在報紙、雜誌及廣播等媒體開闢子宮頸癌防治專欄，期透過廣而深的觀念傳遞，灌輸女性國人正確的子宮頸癌防治觀念，以降低女性國人子宮頸癌的罹患率及發生率，活動預計在10月份起跑。



捐款芳名錄

捐款芳名錄

96年5月

100 無名氏 戴佳儀 王采穎 陳朝水 陳婉鈴 張育斌 曾素枝 彭肇蘭 謝美津 張瑞甄 林美玉 許嘉娥 張瑞文 徐戊平 陳惠茹 丁如倩 李錦秀 陳慧芬 李金華 孫儷心 蘇淑枝 馮千芬 黃郁芳 陳慧真 王愛華 200 余玉女 陳孟香 簡玉枝 葉儒杰 陳彩文 洪長青 洪百姿 廖子毅 陳山輝 白曾月華 周威廷	張素貞 袁秋枝 鄭沛宇 陳幸慈 徐月櫻 張瀛榮 莊洪士 蔣美蘭 潘姿瑜 王淑華 300 陶小姐 張瑞秋妹 潘永泰 吳柏洲 吳勵君 陳詩穎 洪彩月 楊麗香 劉秀卿 李美芝 張淑榕 陳秀雯 莊卿雲 王薇婷 陳淑慧 劉如玉 林玉連 張曉真 江宗政 黃麗美 張暖 柯佩姣 黃怡瑩 詹淑芳 邱筱筑	林蔚緣 黃麗華 冠德電機技 師事務所 李雪貞 葉翊甄 500 王蘇淑貞 張震江 王玠今 劉美芳 謝秀庭 李哲宇 陶小姐 雲栢庭 高信昭 陳柏碩 郭美珠 謝瑞碧 許惠美 周鳳蓮 董希聖 林素秋 程雅燕 李其憲 周鳳蓮 許玉佳 王秀鳳 尚柯秀娥 廖佩如 劉春珍 許靜輝 林岱錦 陳妙薰 陳嘉良 李玉雁 江直樹	張惠英 李王芬 700 吳財成 魏世雅 李錦茂 范陳玉嬌 戴雨媚 無名氏 林游秀鳳 陳哲凱 楊碧蓮 朱國棟 關素蓉 黃淑櫻 許資佑 賴忠源 曹雪仙 魏世雄 李孟芳 許惠美 張芳茹 王建雄 黃柏叡 盧玉蜜 簡丹丹公司 莊世雄 陳靜珍 3,000 無名氏 許政郎 蔡培珠
---	--	--	--

96年6月

100 陳婉鈴 戴佳儀 無名氏 陳瑞玉 廖子毅 洪長青 鄭志忠 林糖 張育斌 鄭瑞濱 彭肇蘭 謝美津 張瑞甄 林美玉 許嘉娥 張瑞文 徐戊平 陳惠茹 丁如倩 李錦秀 陳慧芬 李金華 廖以辰 孫儷心 蘇淑枝 沈麗南 馮千芬 黃郁芳 陳慧真 200 張光燦 陳英孜 趙凌 李金華 宋美惠 何雅婷	葉儒傑 張素貞 袁秋枝 徐雅蓁 鄭沛宇 陳幸慈 徐月櫻 張瀛榮 莊洪士 蔣美蘭 250 蘇阿秀 300 陶小姐 張瑞秋妹 陳惠娟 張庭珊 蔡楚湘 張進文 無名氏 吳柏洲 吳勵君 陳詩穎 陳詩穎 林綉華 林綉華 洪彩月 楊麗香 劉秀卿 李美芝 張淑榕 陳秀雯 莊卿雲 王薇婷 陳淑慧 劉如玉 林玉連 張曉真 江宗政 黃麗美	張暖 柯佩姣 黃怡瑩 詹淑芳 邱筱筑 林蔚緣 黃麗華 郭玫意 李雪貞 葉翊甄 500 孫崇愷 王蘇淑貞 謝秀庭 陳慶華 陳柏碩 張秀卿 雪栢庭 高信昭 劉美芳 楊美麗 楊雲 石政杰 周家隆 陳富 郭美珠 杜玉珍 方昭文 李淑芬 謝瑞碧 陳桂芳 許惠美 周麗珊 董希聖 林素秋 黃麗美	李其憲 周鳳蓮 許雅金 許玉佳 王秀鳳 尚柯秀娥 廖佩如 劉春珍 許靜輝 林曉明 邢崇 簡秀媛 陳嘉良 李玉雁 600 康興邦 王采穎 800 李小姐 李小姐 1,000 戴雨媚 王保霞 林秋彩 康文宗 康嘉蓮 鄭振義 李錦茂 吳金燕 梁振樺 范陳玉嬌 林奎廷 黃明煜 朱國棟 高雄縣水 產養殖業 工會	陳玉潔 劉俊君 劉柏陞 翁銘武 陳秀月 曹雪仙 魏世雅 許惠美 張芳茹 劉之芳 王建雄 黃柏叡 盧玉蜜 黃靜微 1,200 呂學禮 2,000 曹永錫 蔡麗麗華 龍丹股份 有限公司 莊文欽 陳英傑 梁振樺 黃美足 龍丹股份 有限公司 3,000 陳振隆 張晉傑 林家瑾 5,000 許正郎 鄭語德 張火炎 游義雄
---	---	--	---	---

96年7月

30 潘清秀 50 潘樹枝 100 陳華甄 無名氏 蔡佳玲 陳春蓉 陳謝月達 江玉變 王采穎 戴佳儀 陳婉鈴 彭肇蘭 謝美津 張瑞甄 林美玉 許嘉娥 張瑞文 徐戊平 陳惠茹 丁如倩 李錦秀 陳慧芬 李金華 孫儷心 蘇淑枝 馮千芬 黃郁芳 陳慧真 王愛華 200 余玉女 陳孟香 簡玉枝 葉儒杰 陳彩文 洪長青 洪百姿 廖子毅 陳山輝 白曾月華 周威廷	余玉女 潘樹枝 楊秀芳 莊天益 盧玉蜜 張素貞 徐雅蓁 陳幸慈 徐月櫻 張瀛榮 莊洪士 蔣美蘭 潘姿瑜 王淑華 300 陶小姐 張瑞秋妹 潘永泰 吳柏洲 吳勵君 陳詩穎 洪彩月 楊麗香 劉秀卿 李美芝 張淑榕 陳秀雯 莊卿雲 王薇婷 陳淑慧 劉如玉 林玉連 張曉真 江宗政 黃麗美 張暖 柯佩姣 黃怡瑩 詹淑芳 邱筱筑	王薇婷 陳婉鈴 劉如玉 林玉連 張曉真 江宗政 黃麗美 柯佩姣 黃怡瑩 詹淑芳 邱筱筑 林蔚緣 黃麗華 郭玫意 李雪貞 葉翊甄 500 孫崇愷 王蘇淑貞 謝秀庭 陳慶華 陳柏碩 張秀卿 雪栢庭 高信昭 劉美芳 楊美麗 楊雲 石政杰 周家隆 陳富 郭美珠 杜玉珍 方昭文 李淑芬 謝瑞碧 陳桂芳 許惠美 周麗珊 董希聖 林素秋 黃麗美	王秀鳳 尚柯秀娥 廖佩如 劉春珍 許靜輝 林曉明 邢崇 簡秀媛 陳嘉良 李玉雁 600 康興邦 王采穎 800 李小姐 李小姐 1,000 戴雨媚 王保霞 林秋彩 康文宗 康嘉蓮 鄭振義 李錦茂 吳金燕 梁振樺 范陳玉嬌 林奎廷 黃明煜 朱國棟 高雄縣水 產養殖業 工會	許惠美 張芳茹 王建雄 黃柏叡 盧玉蜜 黃靜微 1,200 呂學禮 2,000 曹永錫 蔡麗麗華 龍丹股份 有限公司 莊文欽 陳英傑 梁振樺 黃美足 龍丹股份 有限公司 3,000 陳振隆 張晉傑 林家瑾 5,000 許正郎 鄭語德 張火炎 游義雄	許惠美 張芳茹 王建雄 黃柏叡 盧玉蜜 黃靜微 1,200 呂學禮 2,000 曹永錫 蔡麗麗華 龍丹股份 有限公司 莊文欽 陳英傑 梁振樺 黃美足 龍丹股份 有限公司 3,000 陳振隆 張晉傑 林家瑾 5,000 許正郎 鄭語德 張火炎 游義雄
--	--	---	---	---	---

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單

帳號	19096916	金額	仟 佰 拾 萬 仟 佰 拾 元
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		戶名	財團法人台灣癌症基金會
		寄款人	
		姓名	
		通訊處	□□□-□□
		電話	
		經辦局收款戳	

◎寄款人請注意背面說明

◎本收據由電腦列印請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據	
收款帳號戶名	
存款金額	
電腦紀錄	
經辦局收款戳	

熱愛生命、攜手抗癌



虛線內備供機器印錄用請勿填寫



信用卡捐贈授權書

財團法人台灣癌症基金會 信用卡持卡人定期定額捐款直接轉帳授權書 信用卡捐款／繳費表

姓名/公司: _____ 身份證字號/統一編號: _____

電話:公() _____ 宅() _____ 傳真() _____

地址:□□□ _____

信用卡別: ☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合信用卡 信用

卡有效日期: _____ 年 _____ 月 _____ 日

發卡銀行: _____ 授權號碼: _____ (勿填)

信用卡號: _____

持卡人簽名

(與信用卡簽名一致)

一. 捐款方式:

1. 定期定額捐款: 本人願意從 _____ 年 _____ 月起固定

☐ 月捐300元 ☐ 月捐500元 ☐ 月捐1000元

☐ 月捐 _____ 元 (您若要停止捐款, 請來電告知)

2. 不定期捐款: ☐ 本次捐款 _____ 元

二. 購書: ☐ 家庭防癌手冊100元

☐ 蔬果的農藥殘留與清洗50元

☐ 兒童天天五蔬果VCD100元

☐ 兒童天天五蔬果故事書創作集450元

☐ 聰明飲食 輕鬆防癌150元

☐ 子宮頸癌~健康PDA照護手冊35元

☐ 高纖防癌飲食寶典150元

☐ 減脂防癌飲食寶典150元

☐ 蔬果防癌飲食寶典150元

☐ 蔬果5.7.9健康人人有50元

☐ 乳房照護手冊35元

郵資: _____ 元 合計: _____ 元

(若需本會郵寄書籍至府上者, 請另附郵資30元。)

取書方式: ☐ 郵寄取書 ☐ 自行取書 ☐ 其他

總計金額: _____ 元

寄書地址: □□□ _____

收據抬頭: _____

收據地址: □□□ _____

本基金會所開立的捐款及購書收據為公益捐贈, 依法可抵扣所得稅。填妥表格後, 請放大傳真至02-87879222或郵寄至台北市105南京東路五段16號5F-2。台灣癌症基金會收。為了作業方便, 請您務必填寫郵遞區號。(本表格可影印重複使用)

郵政劃撥存款收據

注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管, 以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時, 請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製, 如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明, 以免誤寄; 抵付票據之存款, 務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上, 且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後, 不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理, 請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單, 各欄文字及規格必須與本單完全相符; 如有不符, 各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫, 以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款, 需由帳戶內扣收手續費。

防 癌 保 健 系 列 叢 書 介 紹

癌症並不可怕，怕的是您不了解它。為建立國人正確的防癌保健醫學知識，本會特邀集專家及權威醫師們，撰寫各類防癌保健醫學出版品，歡迎舊雨新知給予本會支持及鼓勵，同時也歡迎各界人士踴躍贊助、訂閱或助印。



一九九八年四月出版 家庭防癌手冊

(80頁，黑白，14×20cm)

針對國內常見的17種癌症，以深入淺出的方式，解說各種癌症的警訊、診斷、治療、預防方式，以及為何為高危險因子，並叮嚀日常生活中必須注意的事項。

工本費：100元整



二〇〇〇年三月出版 高纖防癌飲食寶典

(60頁，彩印，19×20cm)

本寶典中除就流行病學的證據及醫學原理，闡述纖維的重要性外，更教導民眾如何尋找富含膳食纖維的食品，同時提供外食族，調配及均勻攝取足夠膳食纖維的方式。其中更包含營養專家設計的十二道美味可口的高纖食譜，是家中不可或缺飲食寶典。

工本費：150元整



二〇〇二年十月新版 減脂防癌飲食寶典

(60頁，彩印，19×20cm)

癌症的發生與脂肪攝取的增加有某種程度的相關。本書說明了如何從飲食中控制脂肪的攝取，並請專家設計十一道低脂食譜，是家中不可缺少的一本寶典。

工本費：150元整

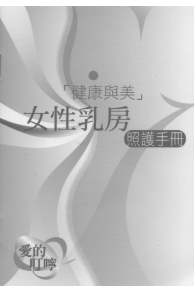


二〇〇二年九月出版 兒童天天5蔬果故事書創作集

(一套3本含故事盒，彩印19×20cm)

用兒童的語言，建立兒童的正確飲食觀，是『兒童天天5蔬果故事書創作比賽』之用意，期藉由故事書之創作及發想過程，讓兒童瞭解並進而養成攝取足量蔬果的習慣，達到預防疾病、打造健康身體的目標。

工本費：450元整



二〇〇五年十月出版 『健康與美』女性乳房照護手冊

(32頁，彩印，15×10.5cm)

您學會自摸了嗎？透過每個月在家自我DIY檢查，就可以簡單地遠離乳癌的威脅！本手冊將清楚告訴您該注意哪些症狀，何時需做檢查，以及自我正確檢查手法，還有【乳房保健運動】教您如何輕鬆維持胸部的健康與美哦！

工本費：35元整



二〇〇一年三月出版 『蔬果的農藥殘留與清洗』

(52頁，14.5 x 20.5 cm)

結合多位頂尖專家學者，提供農藥處理的正確觀念，降低民眾對農藥危害身體的疑慮，而能輕鬆愉快的力行『天天五蔬果』飲食防癌工作。

工本費：50元整



二〇〇一年十二月新版 蔬果防癌飲食寶典

(76頁，彩印，19×20cm)

蔬果中所含的化學成份，已經證實具有多重抗癌效果，因此被稱為是21世紀的維他命。而足量的蔬菜水果，確實可以降低各種癌症的罹患率，如何藉由攝取蔬果而吃出健康，達到防癌效果，本寶典中，有鉅細靡遺的說明！

工本費：150元整



二〇〇二年八月出版 兒童天天5蔬果VCD

(單片VCD，14×12.5cm)

針對兒童所設計的『兒童天天5蔬果—打造健康下一代VCD』，內容豐富而精彩，包含活潑動感的酷哥辣妹舞蔬果“健康操”及分解動作說明，還有輕鬆熱鬧的天天五蔬果“健康劇”，讓小朋友從中了解天天攝取蔬菜水果及適量運動的重要性。

工本費：100元整



二〇〇七年八月再版 蔬果5.7.9 健康人人有

(32頁，彩印9.3×17cm)

從『蔬果預防疾病的原理』、『蔬果份量的定義』，『蔬果之彩虹攝食原則』，提醒蔬果之攝食應均衡多色，也方便民眾在日常飲食中，隨手做到『蔬果5、7、9』，輕鬆體驗多吃蔬果的好處。

工本費：50元整

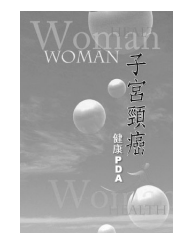


二〇〇六年二月出版 「聰明飲食·輕鬆防癌」

(28頁，彩印，21×29.8cm)

『癌症是可以預防』的，書中不只告訴民眾飲食與防癌的關係，更教導民眾如何運用一些進食以及烹調的小技巧，就可以輕鬆達到健康防癌的目的。

工本費：150元整



二〇〇六年十月出版 子宮頸癌~健康PDA照護手冊

(48頁，彩印，9.5×14.9cm)

手冊中簡單易懂的知識及資訊，讓女性朋友更容易隨時獲得正確防癌觀念；而活用行事曆及蔬果換算表的規劃，則讓手冊更具生活實用性，時時提醒女性朋友記錄自我健康情形，以達到子宮頸癌預防的照護目的。

工本費：35元整

- 購書方式：
1. 親至基金會洽詢。(北市105南京東路五段16號5樓之2 服務時間：上午9點至下午5點)
 2. 郵局劃撥：帳號：19096916 戶名：財團法人台灣癌症基金會
(請在劃撥單上註明訂書名稱及數量，聯絡姓名、地址、郵遞區號、電話，以方便儘快寄書到府)。
 3. 信用卡訂書(請填妥信用卡付費表格，郵寄或傳真至本會，傳真電話：(02)8787-9222)

●若需本會郵寄書籍至府上者，請另附郵資30元。

復華銀行 邀您
線·上·捐·款 做公益

發揮您的愛心 讓世界更溫馨。

即日起，至2007年12月31日止，
至本行網站參加「捐愛心·送溫馨」
線上捐款活動，就可以獲贈好禮三重送！

 www.fuhwabank.com.tw



漂漂小貓咪 高45CM

拳師犬 高45CM



無尾熊 高35CM



莉兒可可小熊 高35CM



熊貓 高38CM

虎斑小喵喵 高46CM

好禮 1

單筆捐款滿1,500元，就送您
「美國熊熊工作室」絨毛玩偶乙只
(最高市價880元)！

好禮 2

捐款就送「聖瑪莉麵包」、「饌王牛肉麵」、「大登旅行社」、「陳怡安手工精油香皂」…等。
總價值高額達數千元的消費折扣券，
讓您吃·喝·玩·樂享優惠～

好禮 3

每筆捐款，復華銀行都再幫您多捐5元給基金會，讓您的捐款更有價值！

合作基金會：



財團法人
台灣癌症基金會
FORMOSA CANCER FOUNDATION

注意事項：

1. 本捐款好禮之絨毛玩偶由「美國熊熊工作室」提供，每款皆為限量發行、送完為止，且每單筆捐款僅限獲贈乙只。並將於捐款交易完成之四個星期內，由美國熊熊工作室依照捐款人在本活動網頁所填寫的資料以宅配方式送達。「美國熊熊工作室」客服專線：(02) 2508-3728
2. 復華銀行與本活動參與基金會、贊助廠商絕對尊重個人隱私權。捐款人的個人資料除供本活動開立與寄送收據與禮品外，將不會被揭露、轉售予其他第三人，亦不會被移做其他用途。
3. 復華銀行與本活動參與基金會、贊助廠商保留活動內容修改、提前終止，與活動相關辦法之最終解釋之權利。詳細活動內容及其他注意事項，請上復華銀行網站查詢。

活動洽詢專線：0800-001-123



復華銀行