

最新調查：早發性癌患/康復者冀重投職場 惟 86%照顧者認為需大量協助過活 4 成早發性癌患被過分關心感焦慮 香港防癌會籲照顧者適度陪伴 從「保護」到「賦權」

(香港，2025 年 12 月 14 日)早發性癌症(50 歲以下患癌)佔癌症病例逾一成，隨著醫學進步，不少患者及康復者可如常生活及重返職場。然而，香港防癌會的調查顯示，早發性癌患及照顧者對患癌後生活及工作的看法出現嚴重落差，9 成早發性癌患/康復者表示清楚知道身體狀況，且冀被當作普通人對待，惟 86%照顧者卻認為他們需大量協助才能正常生活。3 成癌患曾因工作、作息或戒口等問題與照顧者發生爭執，4 成更因被過分關心而感焦慮。香港防癌會為早發性癌患及照顧者提供全方位無縫支援，呼籲照顧者適度陪伴，從「保護」走向「賦權」，讓早發性癌患探索人生的可能性，重拾自主。

本港：每 8 人患癌 1 人 50 歲以下

根據香港癌症資料統計中心最新數字，2023 年本港癌症新症達 37,953 宗，其中早發性癌症佔 12%，約有 4,500 宗。女性早發性癌症新症數目為 3,269 宗，以乳腺癌最為常見；男性則有 1,230 宗，以大腸癌及鼻咽癌最常見。

早發性癌症對患者及家庭造成深遠影響，包括外觀轉變、治療副作用、心理壓力、家庭計劃及財政問題。儘管如此，不少患者積極抗癌，渴望如常生活及工作。惟照顧者或親友卻過於關心，雖出於好意，卻為患者構成壓力，甚至引發爭執。

最新調查：86%照顧者認為早發性癌患需莫大協助過活

為了解兩者想法落差及影響，香港防癌會於 10 月 8 日至 11 月 24 日進行「早發性癌患與照顧者理解差異調查」，透過網上問卷訪問了 95 名早發性癌患/康復者(下稱早發性癌患)，及 101 名曾照顧早發性癌患親友或同事(下稱照顧者)。香港防癌會癌症教育小組委員會主席林嘉安醫生公佈調查結果指，86%照顧者認為早發性癌患需很多協助才能正常生活，64%更認為早發性癌患高估了自己身體狀況。然而，91%早發性癌患希望被當作普通人對待，92%表示知道自己體力及精神能應付什麼事。

工作賦予癌患身份價值 卻被過分保護及影響晉升

調查又顯示，對照顧者而言，僅 22%認為早發性癌患有工作是重要；93%認為他們應減少工作量。然而，94%早發性癌患表示希望繼續工作、78%認為其工作能力與患癌前無異、89%更指出工作賦予他們患者以外的身份與價值；同時，87%為賺錢生活而工作，58%則表示需供養家人。3 成早發性癌患曾因工作問題與照顧者發生爭執。62%早發性癌患曾被同事過分保護，57%更因患癌影響工作或升職機會。

4 成癌患因被過分關心感焦慮

生活方面，64%早發性癌患曾被認為自理能力不足，66%曾被過分控制飲食，約 6 成曾被阻止外出(58%)或被要求減少社交活動(61%)。3 成早發性癌患曾因戒口(39%)或外出/休息(34%)與照顧者發生爭執，56%曾因被過分關心而感到壓力，42%感到焦慮。

調查亦揭示，早發性癌患指 37%家人及 45%同事或上司往往自行判斷其需要，而非主動詢問。

勿視早發性癌患康復者為「脆弱/病人」

林醫生剖析部分人以為早發性癌患即使接受治療後，死亡率仍然偏高，因此需要特別照顧。事實上，隨著診斷及治療進步，不少早發性癌患可長期健康生活。以乳癌為例，根據一項於 2023 年在《英國醫學期刊》發表的研究，涵蓋 50 萬名早期乳癌個案，結果顯示其五年粗死亡風險在 20 年間下降 66%(由 14.4%降至 4.9%)，而 40 至 49 歲確診個案的標準化年度死亡率更低於年長患者。

此外，部分照顧者經常提醒癌症康復者是「病人」，期望他們能更加注重健康。然而，一項獲逾 6,000 名癌症康復者參與的德國研究指，自視為「病人」的康復者，其健康相關生活質素，較認同是「康復者」為低，其身體、情緒及社交機能分別低近 1 至 2 成，失眠率更高 26%，同時需使用更多醫療服務。

照顧者不應「假設」 癌患應量力而為

不少人認為早發性癌患工作能力大不如前，但隨著醫療技術的進步，不同癌症治療的副作用已大幅減少，不少早發性癌患可維持良好生活質素及如常工作。故此，癌患及同事間應緊密溝通，不應「假設」或「自行判斷」，應多與康復者溝通，聆聽他們的需要，在日常生活、工作、社交及心理層面上，給予恰當而不過度的關懷，從「保護」走向「賦權」。而早發性癌患在職場找到自我價值同時，亦應循序漸進，量力而為，與醫生商討最合適的工作安排。

香港防癌會註冊社工吳宇峰指出，本港早發性癌症患者與照顧者之間的常見分歧成因是飲食——照顧者大多認為「清淡飲食」最好；其次是限制患者外出，主要是擔心感染風險。不時聽到有患者坦言，飲食變得極為清淡，連外出見朋友或堂食用膳都被禁止，頓感生無可戀。他亦分享年輕癌症患者為了實踐理想，加上正值拼搏階段，而且是家庭經濟支柱，大多希望盡快重返職場。他建議雙方如有分歧，患者應欣賞對方的好意，平和地表達自己的意願；而照顧者應安撫自己情緒，理性地去了解患者的意願，亦可抽空陪同覆診，以更全面了解患者情況及諮詢醫生最適合的安排。如分歧升級為爭執，可考慮邀請社工/ 個案經理介入，作大家的溝通橋樑。

香港防癌會為早發性癌患及照顧者提供全方位支援

香港防癌會為早發性癌患及照顧者提供無縫支援，包括全方位服務不同癌患及照顧者，獲「伍潔宜慈善基金」支持的「攜手同行」社區癌症患者及照護者支援服務、為癌患及康復者提供護養服務的香港防癌會賽馬會癌症康復中心、賽馬會年輕及中年患者晚晴支援計劃、何鴻超教授紀念助醫計劃，以及不同防癌、抗癌及照顧癌患資訊等，詳情可瀏覽 www.hkacs.org.hk 或致電 3921 3800 查詢。

當中「攜手同行」社區癌症患者及照護者支援服務最近更即時回應社會需要，為受大埔火災慘劇影響的癌症患者及其家庭提供急切而全面的協助，包括個案管理與持續跟進、情緒支援與哀傷輔導、社區復元與生活重建支援、實務協調與資源連結、危機介入與長期陪伴。

- 完 -

關於香港防癌會

香港防癌會於 1963 年由已故創辦人何鴻超教授成立，為本港歷史最悠久的非牟利抗癌機構，60 多年來致力提倡防癌、抗癌、治癌的工作。此外，本會提供各項慈善服務，包括藥物資助、免費住院服務，以及為癌症患者及其家人提供各項支援等。本會亦緊貼醫療發展，提供全方位的癌症支援和癌症教育，在抗癌路上與患者及照顧者攜手同行。