

## 癌症患者及家人悲傷情緒引起不適症狀的處理

陳啟賢註冊中醫師

仁濟醫院暨香港浸會大學中醫診所及臨床教研中心(下葵涌)

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

王伯多年前患上腎癌，手術後一直中醫調理，身體狀況良好，可惜自去年初他經常愁眉不展，反覆頭痛、失眠，原來是王太不幸得了大腸癌，正在接受化療，王伯不時向我問起可否在太太結束化療後來看中醫，我當然希望可運用中醫藥幫助他們，可惜當王太來到時，她的病情已經到了晚期，化療亦因為未見療效而停止。王伯為太太憂心忡忡，身體也逐漸出現一些不適的症狀，而王太時常抱怨，腹痛總是反覆發作，夫婦一起來看病時又常為飲食戒口等事情而吵鬧，明顯他們並未接受病況及妥善處理情緒，身心的毛病也越來越多。

癌症病人及家人許多時候被悲傷的情緒困擾，對癌症患者而言，失去了健康的身體、工作的能力、穩定的生活等，對家人而言，面對摯愛患病、生活轉變、甚至喪偶，都會產生強烈的情緒，若是沒有妥善處理，會嚴重影響到身心的健康。中醫七情「喜、怒、憂、思、悲、恐、驚」中包含了許多表達悲傷的情緒，而中醫治療是整體治療，即是現代醫學所謂的全人關懷(holistic care)，調整身體之外，也著重情志的調整，所以為王伯及王太用藥時，除了辨證論治，處理不適的症狀外，也用舒肝安神的藥物紓緩情緒上的困擾。

在 Elisabeth Kubler-Rossh 對末期病患者研究中，歸納了面對死亡的五個階段，包括了：否認、憤怒、討價還價、沮喪、接受。這五個階段不一定順序出現，也未必每名患者可以達到接受的地步，有時又會反覆回到之前經過的階段。但是可以概括見到癌症患者一開始會否認患病的事實，希望多找幾位醫生診斷，然後對自

已患病感到憤憤不平，典型的問題如「為什麼會是我？我一切很注意健康。」等，之後可能產生許多思慮，想到「如果今次癌病醫治好，以後就會……」，做多些善事、注意多些健康、陪伴多些家人等，若是治療未見起色，情緒又會陷入抑鬱沮喪，在這階段，身體上可以出現疲倦、失眠、食慾不振、疼痛等不同的症狀。

在中醫學上，憤怒情緒不得發洩，就會「怒傷肝」，肝屬木，脾屬土，木克土而見肝氣侵犯脾胃，加上「思傷脾」，「思則氣結」，脾胃消化功能下降，胃口欠佳，茶飯不思，營養吸收不足，氣血減少，然後疲倦、心情抑鬱等氣虛、氣鬱的症狀又會因此產生，這個情緒影響身體，身體影響情緒的惡性循環需要得到正視及處理。這類病況在中醫辨證中，多認為屬於「肝鬱脾虛」證的範疇，以疏肝健脾，抑木扶土的方法治療，主要用一些舒肝解鬱的藥物，例如柴胡、白芍、八月扎、綠萼梅、玫瑰花等，同時加入補氣健脾的藥物，例如白朮、茯苓、黨參、淮山等，最為常用的處方是「逍遙散」。亦會配合養心安神的藥物，如酸棗仁、柏子仁等一同使用。

替王伯王太診治期間，王伯較為願意交談，可以討論情緒、以及生死的問題，也見王伯逐漸接受太太的病況，他曾表示說：「現在希望太太能夠舒舒服服地走就好了。」簡簡單單的一句話，見到他對多年老伴的依依不捨之情，也同時接受了這不能逃避的事實。可惜王太仍在否認癌症未能根治的事實，惟有著力紓緩她的症狀，提醒她生活上的調理要點。

後來有次王伯獨自一人來看病，他面帶愁容地說：「陳醫師，我好唔開心，太太佢走了。」一間診室內，兩位男士坐着，三數分鐘的沉默，沒有千言萬語的安慰說話，只有默默陪伴，靜候一位傷心者的心聲，「與哀哭的人一同哀哭」(聖經)，過了一會，王伯平服心情後便講起太太離世的事情。最後王伯說：「陳醫師，我想你開些藥令我開心啲。」「好的，一定會。」我說。

中醫治病，除了用藥，與病人之間交談對話，亦是一種治療，稱為「話療」，古代也有相似的療法，叫做「祝由」，可以算是中醫心理學的範疇。面對王伯心病，還需心藥醫治。J. Willam Worden 提出四項處理哀傷的任務：接受失落的事實，處理哀傷的痛楚，適應新環境，重新與逝者連結。我與王伯的交談，知道他已妥善處理太太的喪事，接受了太太離去的事實，傷心時會去公園吹風令自己感覺好些，原本兩老相依為命，現在打算回鄉與兄弟一起，適應新的生活環境，在掛念太太時也能緬懷一些美好的回憶，達到重新的連結，我也為他能夠好好地處理哀傷而放心。數天後，我再致電問候王伯，他回應我服藥後心情輕鬆了，頭痛減少了，稍後就會回鄉。「王伯，好好保重。」我叮囑他說，也希望讀者中有失去摯愛的要好好保重。本中心與支援癌症患者的機構不時開辦癌症患者的小組，透過食療、穴位按摩等幫助參加者處理情緒問題引起的不適，當中也有中醫情志養生的方法，處理情緒(七情)、哀傷(人生八苦)等，有興趣者可以致電查詢。

最後介紹大家一款茶療，以健脾補氣的黨「參」切粒，配上舒肝結鬱的玫瑰「花」，一同「放」入保溫杯內，焗約 10 分鐘後飲用，亦可以加入養血安神的龍眼肉。此茶療叫「參花放」，在焗茶的 10 分鐘還需要回想近日值得感恩高興的事情，越多越好，這有助疏肝健脾，安神寬心。願大家有顆喜樂的心，就是良藥！

以上資料只供參考，如有疑問，請諮詢註冊中醫師為宜。若有關於仁濟醫院中醫服務查詢，請致電 2370 2216 查詢或瀏覽仁濟醫院網頁：[www.yanchai.org.hk](http://www.yanchai.org.hk) 內中醫服務內容。