


● 關瑞徵 —— 著

《與癌圓舞》續編  
抗癌人生的下半場

談  
談  
癌


一切皆由「癌」而起，「癌」似遠還近，面對意料之外的病變與不一樣的人生，於家庭、事業與健康當中如何取捨、抉擇與堅持，為追尋平安喜樂而繼續與「癌」起舞。

跳  
跳  
舞



完成化療後  
重新出發的  
真實故事

附有與專科醫生的互動對話，解開有關乳癌之疑團



一名癌患者，  
在接受殘酷打擊和痛苦治療的道路上，  
頓悟人生的甘苦圓缺，  
放下工作壓力帶來的抑鬱和憂傷，  
轉而感受到人世間緣份情義的溫暖，  
繼續發掘人間真善美，在人生路上重新出發。

非凡出版

暨南  
文庫

• 關瑞徵——著

談談癌，  
跳跳舞

暨南大學圖書館館惠存

本校外生志研完所

相樂外宿

二〇一三年冬

□ 責任編輯：陳天瑜  
□ 美術設計：陳天瑜  
□ 插圖：關瑞徵

# 談談癌，跳跳舞

---

□

關瑞徵

□

非凡出版

香港北角英皇道 499 號北角工業中心一樓B室  
電話：(852) 2137 2338 傳真：(852) 2713 8202  
電子郵件：info@chunghwabook.com.hk  
網址：http://www.chunghwabook.com.hk

□

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36室  
中華商務印刷大廈3字樓  
電話：(852) 2150 2100 傳真：(852) 2407 3062  
電子郵件：info@suplogistics.com.hk

□

美雅印刷製本有限公司

香港觀塘翠業街6號海濱工業大廈4樓A室

□

2013年5月初版

© 2013 非凡出版

□

大32開 (210 mm x 153 mm)

□

ISBN : 978-988-8236-59-6

# 目錄

自序 共跳圓舞好嗎？ .....	08
補序 只要打開這本書 .....	12

我是這樣與癌起舞的——

《談談癌，跳跳舞》的起承與發展時間線路圖 .....	14
----------------------------	----

醫生眼——有關乳癌的問與答 .....	16
---------------------	----

□ 對「與癌共存」有何看法？為甚麼？

□ 你怎樣看人對癌的這一仗？會有一方Sure win嗎？為甚麼？

## 【2009 續舞篇】

### 1

一切由面對癌開始 .....	20
----------------	----

1.1.1 不宜7-eleven .....	24
------------------------	----

1.1.2 「不及格」 .....	25
-------------------	----

1.2 「小雪」—— 癌前二度病變 .....	28
-------------------------	----

【醫生眼】—— 有關乳癌的問與答 .....	34
------------------------	----

□ 癌腫會否分別生長於我們身體的不同器官內？為甚麼？

□ 化療藥水能同時殺滅病人體內不同器官的癌細胞嗎？為甚麼？

1.3 「伊院」凌晨的月光 .....	36
---------------------	----

▼後記：「盤尼西林」也作反 .....	39
---------------------	----

1.4 新加坡「健康」行 .....	41
--------------------	----

【醫生眼】—— 有關乳癌的問與答 .....	43
------------------------	----

□ 在完成化療之後，你也曾建議我去旅遊的，為甚麼呢？



2 萬物有時 ..... 44

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 ..... 49

□ 得悉我的症狀（咳嗽時胸腔劇痛，咳、喘持續了1個月）後，你最關注的是甚麼？為什麼？

3 惜別 ..... 50

▼補記：非一般的榮休 ..... 58

4 「中箭」 ..... 60

4.1 前傳 —— 從「咳」到「骨」 ..... 62

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 ..... 68

□ 為什麼你看過我的肺部透視照片後，建議我接受正電子掃描(PET-SCAN)？

□ 正電子掃描(PET-SCAN)的功用是甚麼？它有哪些限制或弊端？

□ 癌症的擴散轉移會有哪些先兆症狀？擴散轉移的速度又有怎樣的規律？

□ 當時你認為切除一小段肋骨作定性化驗是務實而進取的做法，為甚麼？

4.2 「中箭」 ..... 72

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 ..... 80

□ 為甚麼在切除手術前，需要先做幼針的定位？

□ 為何這是一個「頗痛楚」的手術？

□ 肋骨這樣子被切除了，會對內臟構成影響嗎？為什麼？

▼後記：讚譽不可當真 .....	82
------------------	----

4.3 再見「樂天」小友 .....	84
--------------------	----

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 .....	88
-----------------------	----

□ 怎樣看待癌症病人化療後工作與否的問題？

## 5

浪漫之舞是這樣跳的 .....	90
-----------------	----

5.1 我的藝術欣賞行 .....	93
-------------------	----

5.2 CHÂTEAU樂 .....	99
--------------------	----

5.3 振臂高飛巴比松 .....	104
-------------------	-----

5.4 吃喝在巴黎 .....	107
-----------------	-----

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 .....	110
-----------------------	-----

□ 康復中的癌症病人在飲食方面要注意一些甚麼？為甚麼？

▼補後記：酒半仙 .....	111
----------------	-----

5.5 別了，古典音樂的啟蒙老師 .....	114
------------------------	-----

5.6 《游龍戲鳳》 .....	117
------------------	-----

## 6

生命之歌 .....	120
------------	-----

6.1 我家的「貓」 .....	123
------------------	-----

6.2 拉布拉多小姐 .....	127
------------------	-----

6.3 「一巢生兩兒」 .....	130
-------------------	-----

6.4 水中舞者 .....	134
----------------	-----

6.5	蚊子大王的「香香公主」 .....	134
6.6	老之將至 .....	136
	▼補後記：西藏自駕遊 .....	140

## 7

### 一舞動人 .....

▼後記一：	Mr. C, Shall We Dance ? .....	150
▼後記二前言：	有sir自遠方來 張明行 .....	154
▼後記二：	小四子深秋巴黎行 <詩與光影選輯> .....	158
	追逐金色的陽光 .....	160
	假法國人 .....	164
	秋葉樂章 .....	166
	炊煙 .....	170
	兒時夢想 .....	172
	屋之隨想 .....	177
▼網上流光拾趣	超連結 .....	179

## 8

### 寫在《與癌圓舞》出版之前 .....

▼附錄：	《與癌圓舞》讀者感言選輯 .....	185
------	--------------------	-----

談談癌

跳跳舞

關瑞徵——著

暨南大學圖書館惠存

本校外生志研究所

相樂外宿

二〇一三年冬



□ 責任編輯：陳天瑜  
□ 美術設計：陳天瑜  
□ 插圖：關瑞徵

# 談談癌，跳跳舞

---

□

關瑞徵

□

非凡出版

香港北角英皇道 499 號北角工業中心一樓B室  
電話：(852) 2137 2338 傳真：(852) 2713 8202  
電子郵件：info@chunghwabook.com.hk  
網址：http://www.chunghwabook.com.hk

□

香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36室  
中華商務印刷大廈3字樓  
電話：(852) 2150 2100 傳真：(852) 2407 3062  
電子郵件：info@suplogistics.com.hk

□

美雅印刷製本有限公司

香港觀塘翠業街6號海濱工業大廈4樓A室

□

2013年5月初版

© 2013 非凡出版

□

大32開 (210 mm x 153 mm)

□

ISBN : 978-988-8236-59-6

## 【書內有關人物簡介】

- 華大夫** --- 關瑞徵的舊學生兼好朋友，是某醫院急症室的醫生。
- 老伴** --- 關瑞徵的丈夫；二十多年前他是一位體育教師兼業餘球證，後來轉職從事組織學界運動比賽的工作，已於2008年退休。
- 大頭囡囡** --- 關瑞徵的大女兒，小學教師，已婚。
- 小王子** --- 關瑞徵的小女兒，在業人士。小時候她已很喜歡名著《小王子》，因而有此暱稱。

## 【插圖與攝影】

- 插圖** --- 關瑞徵
- 攝影** --- 蔡長宗、關瑞徵、蔡媛、張明行  
李遠華、陳子華（「西藏自駕遊」）  
陳浩洲（「一巢生兩兒」）  
柳漢榮（「水中舞者」）  
梁安怡（「拉布拉多小姐」）

# 目錄

自序 共跳圓舞好嗎？ .....	08
補序 只要打開這本書 .....	12

我是這樣與癌起舞的——

《談談癌，跳跳舞》的起承與發展時間線路圖 .....	14
----------------------------	----

醫生眼——有關乳癌的問與答 .....	16
---------------------	----

□ 對「與癌共存」有何看法？為甚麼？

□ 你怎樣看人對癌的這一仗？會有一方Sure win嗎？為甚麼？

## 【2009 續舞篇】

### 1

一切由面對癌開始 .....	20
----------------	----

1.1.1 不宜7-eleven .....	24
------------------------	----

1.1.2 「不及格」 .....	25
-------------------	----

1.2 「小雪」—— 癌前二度病變 .....	28
-------------------------	----

【醫生眼】—— 有關乳癌的問與答 .....	34
------------------------	----

□ 癌腫會否分別生長於我們身體的不同器官內？為甚麼？

□ 化療藥水能同時殺滅病人體內不同器官的癌細胞嗎？為甚麼？

1.3 「伊院」凌晨的月光 .....	36
---------------------	----

▼後記：「盤尼西林」也作反 .....	39
---------------------	----

1.4 新加坡「健康」行 .....	41
--------------------	----

【醫生眼】—— 有關乳癌的問與答 .....	43
------------------------	----

□ 在完成化療之後，你也曾建議我去旅遊的，為甚麼呢？

## 2 萬物有時 ..... 44

### 【醫生眼】——有關乳癌的問題與答 ..... 49

□ 得悉我的症狀（咳嗽時胸腔劇痛，咳、喘持續了1個月）後，你最關注的是甚麼？為什麼？

## 3 惜別 ..... 50

▼補記：非一般的榮休 ..... 58

## 4 「中箭」 ..... 60

### 4.1 前傳 —— 從「咳」到「骨」 ..... 62

#### 【醫生眼】——有關乳癌的問題與答 ..... 68

□ 為什麼你看過我的肺部透視照片後，建議我接受正電子掃描(PET-SCAN)？

□ 正電子掃描(PET-SCAN)的功用是甚麼？它有哪些限制或弊端？

□ 癌症的擴散轉移會有哪些先兆症狀？擴散轉移的速度又有怎樣的規律？

□ 當時你認為切除一小段肋骨作定性化驗是務實而進取的做法，為甚麼？

### 4.2 「中箭」 ..... 72

#### 【醫生眼】——有關乳癌的問題與答 ..... 80

□ 為甚麼在切除手術前，需要先做幼針的定位？

□ 為何這是一個「頗痛楚」的手術？

□ 肋骨這樣子被切除了，會對內臟構成影響嗎？為什麼？



▼後記：讚譽不可當真 .....	82
------------------	----

4.3 再見「樂天」小友 .....	84
--------------------	----

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 .....	88
-----------------------	----

□ 怎樣看待癌症病人化療後工作與否的問題？

## 5

浪漫之舞是這樣跳的 .....	90
-----------------	----

5.1 我的藝術欣賞行 .....	93
-------------------	----

5.2 CHÂTEAU樂 .....	99
--------------------	----

5.3 振臂高飛巴比松 .....	104
-------------------	-----

5.4 吃喝在巴黎 .....	107
-----------------	-----

【醫生眼】——有關乳癌的問與答 .....	110
-----------------------	-----

□ 康復中的癌症病人在飲食方面要注意一些甚麼？為甚麼？

▼補後記：酒半仙 .....	111
----------------	-----

5.5 別了，古典音樂的啟蒙老師 .....	114
------------------------	-----

5.6 《游龍戲鳳》 .....	117
------------------	-----

## 6

生命之歌 .....	120
------------	-----

6.1 我家的「貓」 .....	123
------------------	-----

6.2 拉布拉多小姐 .....	127
------------------	-----

6.3 「一巢生兩兒」 .....	130
-------------------	-----

6.4 水中舞者 .....	134
----------------	-----



6.5	蚊子大王的「香香公主」 .....	134
6.6	老之將至 .....	136
	▼補後記：西藏自駕遊 .....	140

## 7

一舞動人 .....	146
------------	-----

▼後記一：Mr. C, Shall We Dance ? .....	150
▼後記二前言：有sir自遠方來 張明行 .....	154
▼後記二：小四子深秋巴黎行 <詩與光影選輯> .....	158
追逐金色的陽光 .....	160
假法國人 .....	164
秋葉樂章 .....	166
炊煙 .....	170
兒時夢想 .....	172
屋之隨想 .....	177
▼網上流光拾趣 超連結 .....	179

## 8

寫在《與癌圓舞》出版之前 .....	180
--------------------	-----

▼附錄：《與癌圓舞》讀者感言選輯 .....	185
------------------------	-----

## 共跳圓舞好嗎？

這是一則聽來的「黑色」笑話：

癌症病人每天早上起來，便與體內的「癌」說話：「又是新的一天。你好嗎？我還好，多虧你呀，就讓我們繼續這樣子吧——你乖、我好，大家都好；倘若你令我活不下去了，那你甬想比我多活一刻；但我死不了的話，你也不會死去——『和平共存』好不好？謝謝合作。」

也許，這是人類不會永遠sure win的一仗！

我們都知道，世上並沒有一種食物或藥物，吃了它便立即會產生癌腫；同樣，世上也沒有這樣子的一種東西，把它吃進肚子去便不會得到癌症。

「癌」之所以令人聞風喪膽，全因那艱辛漫長又痛苦折磨的治療過程。其中，化療就好比「灌毒」，用的藥水霸道得有如毒藥——在殺滅人體內癌細胞的同時，甚至之前，便「忠、奸皆不放過」，一併殺滅新陳代謝較快的「好」細胞，重創病患的體質，摧殘其意志……

既然，醫學的其中一個說法是，人體內總會有「癌」，那

麼，人與「癌」之間，說穿了會不會就是一場「誰操控誰」的爭戰？

然而，無論癌症最終是否能被根治，它的擴散、復發與轉移，卻是癌症病患首當其衝需面對的殘酷現實；從罹患以後，累月經年，是不折不扣的身心持久戰。

的確，癌症的成因絕非單一，它可算是一種心靈、肉體以及精神的疾病。所以，打從與「癌」有緣遇上之後，我揣摩着，最終選擇了這個謙卑的共處方式：

#### 一起來跳圓舞好嗎？

這並非癡人說夢或有妄想症，只是人生苦短，上半場似已處於捱打敗局，何不調整心態應變？謙卑，有助我們放下憤怒，從悲惶中走出來，面對恐懼痛苦；縱使治療長路漫漫，復發擴散陰霾濛濛，但謙卑，有助我們正視一己的脆弱，細心聆聽專業意見，適時爭取支援與幫助；儘管免不了有孤單難過的時候，可是謙卑，總能讓我們感受周遭一路相隨的真情大愛，讓我們看到機會，逐步重建信心，終究能坦然地與「癌」同行共舞，於人生的下半場重拾點點自主、健康和樂趣。

當然，心態的轉變也需要一點時間，過程中或有反覆，畢竟，罹患癌症絕對是生命中的一個厄困危難。《談談癌，跳



跳舞》就是我在完成化療後，重新出發的真實故事。一切皆由「癌」而起，「癌」似遠還近，面對意料之外的病變與不一樣的人生，於家庭、事業與健康當中如何取捨、抉擇與堅持，為追尋平安喜樂而繼續與「癌」起舞。要走多一步的豈止是幸福？快樂和健康亦然。

我由衷希望，一己的微末心得，能夠為病友與她們的至愛親朋打打氣的同時，還能給所有面對逆境的人，帶來一點熱與光。

讓我們共跳圓舞好嗎？

寫於2011年1月12日，修改於2012年12月26日