



HEAD & NECK CANCER
AUSTRALIA
互動·教育·賦能

什麼是頭頸癌？





目錄

什麼是癌症	3
頭頸癌概述	3
頭頸癌的病因	4
徵兆和症狀	5
了解您的診斷結果	7
頭頸癌測試	7
分期和分級	8
治療	9
癌症照護團隊	10
尋求第二意見	10
了解您的預後	11
詢問醫生的問題	11



什麼是頭頸癌？

這些資訊可能有助於回答您的一些問題，並幫助您思考您可能想向癌症護理團隊詢問的其他問題；它無意取代您和您的癌症護理團隊之間的建議或討論。

什麼是癌症

我們的身體由數百萬個細胞組成。每個細胞都有特定的功能。具有相同功能的細胞群組成了組織和器官，例如皮膚或肌肉。

細胞繁殖以幫助我們的身體生長和修復。當細胞以異常方式增殖時，它們會形成腫塊（也稱為腫瘤），並損害附近的正常細胞。

並非所有腫塊都是癌症。非癌症的腫塊或腫瘤稱為**良性**。當腫塊是癌症時，稱為**惡性**。這意味著癌細胞會佔據它們生長的身體區域。

癌症可以從一個部位擴散到身體的其他部位。當細胞通過淋巴系統到達淋巴結時，或者當細胞脫離主要腫塊並被血液帶到身體的其他部位並在那裡開始生長時，癌症就會擴散。這稱為轉移。

頭頸癌概述

頭頸癌包括一系列不同的癌症，這些癌症根據其在頭部或頸部的位置以及癌細胞的類型進行分類。



頭頸癌通常特別指始於濕潤的黏膜表面細胞的癌症，包括口（口腔）、鼻和鼻竇、喉嚨（咽）和聲匣（喉）。

- 這些癌症通常是鱗狀細胞癌（SCCs），約佔病例的95%。
- 每年約有3500名澳洲人被診斷出頭頸黏膜癌；佔所有癌症的2-3%。
- 頭頸黏膜癌在男性中的發生率幾乎是女性的兩倍，並且通常多見於50歲以上的人群。

甲狀腺癌比頭頸黏膜癌更常見，每年有2400名澳洲人罹患甲狀腺癌。它們在女性中更為常見，並且多見於較年輕的人群。

頭頸皮膚癌在澳洲非常常見，我們甚至不確定病例數量。據估計，每年有超過50萬澳洲人接受皮膚癌治療。它們在男性中更常見，並且隨著年齡的增長而變得更常見，主要是由於陽光照射。

較不常見的是，頭頸癌可能發生在唾液腺以及臉部、頸部、眼睛和耳朵的其他組織。

頭頸癌的病因

頭頸黏膜癌最重要的危險因子是吸菸（吸菸、雪茄、煙鬥、咀嚼菸草或鼻煙）和飲酒。

超過75%的病例都是由它們引起的，這些誘因對於口腔癌、咽喉癌和喉癌尤其重要。

那些長期吸煙、大量吸煙以及同時吸煙和飲酒的人患頭頸癌的風險明顯更高。



人類乳突病毒（HPV）感染也是某些類型頭頸癌的危險因子，特別是累及扁桃體或舌根的癌症（稱為口咽癌）。

頭頸癌的其他危險因子包括年齡增長、男性、種族、吸入某些化學物質和灰塵、EB病毒（EBV）、咀嚼檳榔以及可能的水果蔬菜攝入量低的飲食。

陽光照射是皮膚癌最重要的危險因子，尤其是青少年時期反覆曬傷。

既往輻射暴露也是頭頸癌（尤其是甲狀腺癌）的重要危險因子。從接觸輻射到癌症的發展通常會延遲至少10年。

有些患者可能沒有任何可識別的癌症原因。

您比任何人都更了解自己的身體。如果您認為有任何不適或發現任何頭頸癌的跡象，請諮詢您的常規醫生。

徵兆和症狀

以下徵兆和症狀是多種頭頸癌的常見症狀。有時人們沒有任何徵兆或症狀，有時相同的症狀可能是由其他原因引起的。這些症狀也可能是由許多其他不太嚴重的病情引起的。

如果您出現以下任何症狀超過三週，您應該去看醫生：

- 頸部有腫塊
- 無法癒合的腫塊或潰瘍
- 口腔內有紅色或白色斑塊
- 臉部或口腔內腫脹、出血、疼痛或麻木
- 言語困難
- 聲音沙啞



- 咀嚼或吞嚥困難
- 喉嚨痛一兩週後仍未好轉
- 呼吸困難
- 唾液或痰中帶血
- 耳朵持續疼痛
- 耳朵堵塞無法好轉
- 下巴持續疼痛
- 假牙問題
- 牙齒鬆動
- 鼻塞
- 經常流鼻血
- 眼睛凸出或流淚
- 視力問題，例如複視
- 不明原因的體重減輕

頭頸癌可能會引起不同的症狀，這取決於：

- 部位
- 類型
- 階段

如果您有頭頸癌的跡象，您的醫生將需要更多地評估這些跡象。您的醫生可能：

- 與您討論這一問題以及其他疾病、藥物以及您是否吸煙或飲酒（病史）
- 觸摸並觀察頸部、口腔和喉嚨是否有任何異常情況（身體檢查）
- 要求您進行一些測試（診斷測試）
- 將您轉介給專科醫生進行更多測試。



有許多測試可用於診斷頭頸癌。並非每個人都需要進行每項測試。

了解您的診斷結果

癌症的診斷可能讓人感到不知所措難和困惑。當您初次被診斷出患有癌症時，您可能會感到震驚。您可能無法集中精力聽醫生給您的訊息。這是正常的。

您可能有很多疑問。您可能不知道要問什麼問題，但了解癌症診斷對您意味著什麼很重要。

與您的醫療團隊討論您的診斷以及可能對您有幫助的不同治療方案。如果您感到困惑或不明白他們告訴您的內容，請告訴您的醫生。您可以在問診期間提出問題。您的醫療團隊將為您提供有關癌症以及可能對您有幫助的支援服務的資訊。

您也可以可以在www.headandneckcancer.org.au上找到有關您所患癌症類型的可靠資訊以及其他有用資訊來源的連結。

頭頸癌測試

您的醫生要對您的頭頸癌類型做出診斷，評估癌症的大小以及是否已擴散到頸部淋巴結或身體其他部位，這很重要。

為了回答這些問題，您的醫生需要做以下幾件事：

- 與您討論您的病史。這包括您可能注意到的跡象、任何其他健康狀況、您正在服用的藥物以及您是否吸煙或飲酒。
- 透過觸摸和觀察您的喉嚨內部和頸部來進行身體檢查。
- 進行診斷測試，其中可能包括掃描或活檢。



活檢是指取出組織樣本，然後由專業病理學家在顯微鏡下進行詳細檢查以尋找癌細胞。活檢通常可以在病理學家辦公室進行局部麻醉，但有時需要在手術室進行藥物鎮靜或全身麻醉（您會睡著並且不記得手術過程中發生了什麼）。

並非每個人都需要進行每項測試。您的醫生會建議適合您的測試。

分期和分級

分期

一旦您的醫生診斷出癌症，了解腫瘤有多大以及它開始生長的位置很重要。他們需要查看腫瘤是否已擴散到頸部淋巴結（淋巴結轉移）或身體其他部位，例如肺、肝臟或骨骼（遠端轉移）。用於描述腫瘤開始生長的部位的術語稱為“原發性腫瘤”，如果它擴散到身體的其他部位，例如肺、肝臟或骨骼，則稱為“繼發性腫瘤”或“轉移性腫瘤”。這稱為**分期**。對腫瘤進行分期很重要，因為它可以幫助您的醫生為您選擇最佳的治療方法。

使用稱為TNM系統的國際分期系統。T指起源或「原發性」腫瘤，N指頭部和頸部的淋巴結，M指身體其他部位的轉移瘤。

醫生將根據檢查（可能包括透過鼻子進行的內視鏡檢查）和影像（可能包括超音波、電腦斷層掃描[CT]、磁共振造影[MRI]或正子斷層掃描[PET]掃描）來獲取此資訊。在某些情況下，可能需要在手術室進行全身麻醉下的檢查。

頭頸癌的分期系統不能很好地預測一個人的治癒機會，了解這一點很重要。例如，III (3) 或 IV (4) 期癌症可能包括許多治癒機會非常好的人群，但也包括癌症可能無法治癒的其他人群。與您的醫生討論您的腫瘤分期，了解它對您意味著什麼，這非常重要。



分級

您的醫生也會希望了解腫瘤的分級。分級是指腫瘤生長和擴散的速度。腫瘤的級別由病理學家在顯微鏡下檢查活檢樣本來確定。病理學家透過細胞的外觀來確定腫瘤的級別。此級別可用於估計腫瘤生長和擴散的速度。

重要的是要知道分級並不總是正確的，它只是病理報告的一部分，您的醫生在推薦最適合您的治療方法時會查看病理報告。如果您對此有任何疑問，請諮詢您的醫生。

治療

如果早期發現，頭頸癌通常是可以治癒的。治療方法取決於癌症的類型、部位和階段以及年齡和整體健康狀況。

常見的治療方案包括：

- **手術**：包括切除腫瘤、部分周圍健康組織，以及在某些情況下切除已知受累或有風險的頸部淋巴結。出於功能和/或美容原因，也可能需要進行重建手術。
- **放射療法**：使用高能量X光來破壞癌細胞。
- **化療**：使用藥物來破壞癌細胞。

通常建議結合使用這些治療方案。醫生也可能建議參加臨床試驗。

癌症照護團隊

在做出癌症診斷後，您的醫生可能會與他們合作的癌症照護團隊討論您的診斷結果。這被稱為頭頸癌多學科團隊（MDT）。

可能會請您參加一次問診，多學科團隊將討論如何最好地治療您的癌症，協調您的治療和護理。團隊包括一些專家，他們將審查所進行的診斷和測試，並全面考慮您的治療和康復。

該團隊可能包括頭頸外科醫生、重建外科醫生、放射腫瘤學家、腫瘤內科醫生、癌症護士、語言治療師、營養師、牙醫和社會工作者。

多學科團隊的目的是決定針對您的癌症的最佳治療方法，並幫助您恢復長期的最佳身體功能。在計劃治療方案時，癌症照護團隊可能會討論可用的選項，並幫助權衡每種方法的優缺點和/或考慮可能影響外觀、健康、言語、飲食和呼吸的可能副作用。

尋求第二意見

癌症的複雜性意味著治療方法並不總是只有一種。第二意見可能會幫助您對自己的診斷和治療選擇更有信心。

第二個意見可能有助於：

- 確認您的診斷結果
- 為您提供有關癌症的更多詳細信息
- 為您提供與其他癌症專家不同的觀點
- 為您提供尚未考慮過的替代治療方案



有些人擔心如果他們尋求第二意見，會冒犯醫生，但專科醫生通常歡迎第二意見。這可能是您決策過程的重要組成部分，讓您放心，您已經探討了所有選擇，並讓您對所做的決定更有信心。

了解您的預後

當您被診斷出罹患癌症時，您可能會對癌症的嚴重程度有疑問。醫生使用「預後」一詞來描述治癒的機會，以及如果無法治愈，腫瘤生長的速度以及您的生存時間。

與醫生討論頭頸癌的預後非常重要。儘管癌症的類型、部位和分期可以用來估計預後，但還有許多其他因素會影響預後，而且每個人的情況都是不同的。因此，沒有醫生可以完全準確地預測您的病程。

通常，如果頭頸癌復發，將會發生在治療後的最初幾年內，但情況並非總是如此。[癌症照護團隊](#)通常會持續密切追蹤至少5年，此時許多癌症被認為已經治愈。

詢問醫生的問題

被診斷出罹患癌症可能會讓人感到不知所措和困惑。在個人及其家人面臨痛苦的時刻，需要了解大量資訊，做出許多治療決定。為了幫助您理解您面臨的一切，並獲取做出健康決策所需的資訊，請考慮向您的癌症照護團隊提出以下問題：

- 我到底患有什麼類型的癌症？腫瘤位於哪裡？
- 我為什麼會罹患這種癌症？與吸煙或HPV病毒有關嗎？
- 癌症處於哪個階段？
- 我的治療方案有哪些？您為我推薦哪種治療方法？為什麼？
- 您是否在多學科團隊（MDT）會議上討論過我的案例？如果討論過，建議是什麼？



- 誰將成為我的癌症照護團隊的成員，每個人的職責是什麼？治療前我需要去看其他專家（例如放射腫瘤科醫師、腫瘤內科醫師、整形外科醫師、牙醫、營養師或語言病理學家）嗎？
- 治療的短期和長期可能的副作用是什麼？如何預防或管理副作用？
- 如果我不接受任何治療會發生什麼事？
- 治療和/或手術的費用是多少？Medicare或我的健康保險會承擔這些費用嗎？
- 我需要進行哪些後續測試？他們會多久進行一次測試？
- 我適合參加任何臨床試驗嗎？
- 如果我有任何問題或疑問，我可以打電話給誰？
- 我可以在哪裡為我和我的家人找到情感支援？
- 您有推薦的患者支援小組嗎？
- 如果我想獲得第二意見，您能提供我所有的醫療詳細資訊嗎？您介意我聽聽第二意見嗎？

您可能需要在此寫下其他問題，以詢問您的醫生或癌症照護團隊



HEAD & NECK CANCER
AUSTRALIA
互動·教育·賦能

關於澳洲頭頸癌協會

澳洲頭頸癌協會是澳洲唯一一家全國性慈善機構，致力於為頭頸癌患者、照護者、家庭和醫療保健專業人員提供資訊和支援。

澳洲頭頸癌協會的使命是透過教育和提供獲得支持的途徑來改善每個受頭頸癌影響的人士的生活質量，並提高全國對頭頸癌的認識。

澳洲頭頸癌協會透過提供全面、易於理解和易於訪問的資訊，為人們的抗癌之旅（從診斷到治療以及患癌症後的生活）提供支持。我們擁有澳洲和紐西蘭唯一的頭頸癌服務和支援小組名錄，幫助人們在最需要的時候找到合適的服務和支援。

電話：1300 424 848

電子郵件：contact@headandneckcancer.org.au

網址：www.headandneckcancer.org.au

澳洲頭頸癌協會免責聲明：您承認並接受本情況說明書中的資訊僅供一般參考。它無意也不應被依賴作為醫療或法律建議，或作為向醫生或其他執業醫療保健提供者諮詢的替代方法。您同意，如果您有與醫療保健相關的個人問題，您應立即聯繫您的醫生，並且不應因此處包含的資訊而忽視專業醫療建議或延遲尋求建議。您也同意，澳洲頭頸癌協會不對因使用澳洲頭頸癌協會病患教育資料或任何錯誤或遺漏而引起或與之相關的任何人身或財產傷害或損害（無論何種原因造成，包括疏忽）承擔任何責任。

首次發布：2016 年

最後更新時間：2020 年 9 月