

# 口腔癌術後復健-台灣陽光基金會經驗

塗育嫻 陽光重建中心 職能治療師/主任

口腔癌在台灣已經名列十大癌症多年，發生率仍然持續上升，有學者預估發生率的高峰期尚未來臨。然後，隨著醫療的進步，許多口腔癌患者藉由適當的手術切除配合治療，能有高比例的存活率，因此這群口腔癌患者術後的生活品質，是復健關注的重點。

陽光基金會在 2004-2005 年間，成立專案小組深入了解台灣口腔癌患者的現況，發現他們雖然存活，卻遭受極大的痛苦。手術後口腔功能的喪失造成張口困難、無法咀嚼吞咽、流口水、構音不清等問題，加上經濟重擔、對生命的擔心、外觀巨變造成社交退縮…這些都使患者身心理遭受折磨。基於這樣的發現，自 2005 年起，陽光基金會開始擴大服務口腔癌患者。因為服務對象中年男性居多，因此稱他們為「口友大哥」。

復健可以有效改善他們的生活品質！從住院期，復健就可以開始介入。在台灣，通常手術切除病灶部位後，會以皮瓣重建缺損部位，重建手術之後的腫脹，以及疤痕部位的攣縮，可藉由適當的復健介入改善；放射線治療會造成組織纖維化，使顫顎關節及頸部活動度受限，復健介入可以改善；手術或放射線治療之後造成的唇、頰肌肉無力，進而產生流口水、吞咽困難，復健介入可以改善！

但是，在手術及治療後，口友大哥通常很虛弱，也有許多的疼痛，在此刻要他們復健有時候會很困難；面對死亡威脅的恐懼，對未來有許多的未知跟擔憂；手術後外觀的改變也常超過他們的預期，不能接受突然變成說話不清、無法吃東西的人常使得他們失去努力的動力。曾經在服務中，聽一位阿伯紅著眼眶說：「為什麼我會生這個病，我這麼認真工作養家，我生這病很痛苦，想吃塊紅燒肉也咬不動…」。深深感受到一位在家在鄰裏間活躍的大男人，突然被身體被疾病被心理強烈的無力感擊倒…

但也遇過許多位口友大哥，為著小孩、太太非常積極努力的復健要好起來，也非常認真的照顧自己，把口腔清潔做得非常徹底沒有異味，疤痕皮瓣也照顧得很好，每一次回來諮詢，就發現張口幅度變大了、說話又更清楚了、肩頸的活動也靈活了。然後他們也開始鼓勵其他口友大哥，可能是在診間遇到，或是在陽光舉辦的活動遇到。

有一次，在講座活動中有一位口友大哥始終不願意把口罩拿下來，這時，另一位口友大哥帶著濃重鼻音但鏗鏘有力的站出來說「沒關係啦，在這裏你可以放心把口罩拿下來，大家都一樣的，我以前剛來也是這樣帶著口罩，當時就是另一位口友鼓勵我，勇敢把口罩拿下來，我現在做復健之後，手抬高了，可以吃可以說話，我也去發傳單工作，我現在很快樂！」另一位大哥又接著說「對呀，我以前手抬不高，躺著睡也痛、側睡也痛，現在復健之後，改善很多了，老師講的你做做看啦~」。

大家一句接一句的講完之後，治療師又趕緊鼓勵大家跟著指令做，這時看見大哥慢慢的把口罩拿下來，認真的看著鏡子中的自己，「大家做有沒有問題？」治療師這樣問，幾分鐘之後我看見大哥跟太太舉手要治療師來看他的動作是否正確，在他舉手的那一剎那，似乎看見他的生命有不一樣的希望！

一開始，是希望藉由復健改善口友大哥的生理功能，但是這只是一個起點、一個契機，更多時候，是促使他們的生命有一個新希望的開始！口腔，只是個小小部位，卻對口友大哥造成很大的影響，而復健，即使只做一點點，都可以改善他們的生活品質，希望你我，一起努力！

