

採訪通知附件：癌友拒菸抗癌故事

終身義工-孫越

第 47 屆金馬獎頒獎典禮上，年逾 80 的孫越獲頒特別貢獻獎，幽默表示：「當快樂的和大家聚餐時，總被禁止說話，因為太愛勸人戒菸、捐贈器官、捐血或捐錢，我答應今天不講這些，不過，要是誰得了老人癡呆，要記住有失智老人基金會，萬一有人癌症末期，臺灣有很多醫院有安寧病房，我還會去醫院天天幫你們禱告。」語畢，全場報以熱烈的掌聲並起立致敬。

孫越，是義工的代名詞，是位全職的義工，而且是終身義工，他不只是華人社會的公益典範更是有勇氣的公益人物。從送炭到泰北、拒吸二手菸、器官捐贈、關懷愛滋病患、受刑人探訪、勸募捐血、臨終關懷到飢餓三十，三十年來，孫越獻身社會服務的足跡，幾乎就是臺灣社會的公益發展史。

最值一提的是，孫越做公益，除了熱情外，他是有計畫、有方法、也有步驟，從他摒棄華人社會高知名度的影帝光環，以「只見公益，不見孫越」自許，主動加入董氏基金會、帶頭投入擋菸商財路、易得罪人的菸害防制工作，就足以說明一切。

三十幾年前的臺灣社會大抵還沒有菸害防制觀念，不論公、私社交場合，都從互相敬菸開始；不論走到那兒吸菸都是個人的自由，任何地方，菸灰缸也是不可或缺的擺設。在知道以「現代林則徐」自許的董氏基金會開始反菸後，他主動拜訪董氏基金會創辦人嚴道董事長，以親身經驗建議：要勸人戒菸，很難，不如從三分之二不吸菸的人口下手，提醒他們拒吸二手菸，以捍衛自己及家人的健康權益。從此「人人有權拒吸二手菸」成為臺灣拒菸的第一步！孫越也因而成了董氏基金會的終身義工，站上反菸的最前哨，從此不論是菸害防制的宣導、戒菸活動的推廣、菸害防制法的立法及修法、促請菸品加稅等，都可以看見孫越的身影。

孫越不但以自己人生戲劇化的轉折，吸引群眾聚焦在他投身的社會公益上，他晚年成功的角色扮演，也將臺灣反菸浪潮推向風起雲湧的社會運動高潮，甚至成為亞洲拒菸的先鋒。2007 年，因董氏基金會的一場公益活動，孫越率先接受醫師檢查，意外發現肺部有一小陰影，再進一步檢查後竟確診為肺癌初期。所幸，切除癌細胞後，術後恢復良好。孫越在獲知自己罹患肺癌後，第一個反應就是「感謝主！」因為本來是要透過記者會幫忙別人戒菸，意外讓自己及時發現罹癌、幫助了自己。

孫越在手術後休養才三個月，即又為菸害防制復出，拍攝公益廣告全力促請修法。孫越用他一貫沙啞、低沈的聲音，在大病後最掛心的還是無菸環境修法，不忘呼籲立法委員儘速通過菸害防制法修正案、推動室內公共場所全面禁菸。

曾是 37 年老菸槍的孫越，現在正為「肺阻塞」(COPD)所苦，十多年前被醫師告知罹患 COPD，因為從來就沒有聽過 COPD，也以為只要戒菸就沒事，從不知道因為戒菸太遲，菸的傷害竟會糾纏一輩子！對於每年肺部的反覆感染、高燒，多次送醫、住院，早就習以為常，也因此他特別整理出：勤練腹式呼吸、勤拍痰、多活動以及專屬 COPD 患者的拳碰拳打招呼法等身體力行

與 COPD 共處的十點作法，與所有 COPD 病患共勉。這就是孫越無私的公益身影！

癌友拒菸抗癌故事

(一)台灣癌友單車運動協會
理事長

		抗癌小故事
		<p>在 37 歲罹患甲狀腺癌，在醫院開完刀、麻醉一退就向妻子要菸抽，回到工作崗位更肆無忌憚；兒子在幼稚園畢業典禮時，拿著麥克風向大家說「希望有一個健康的爸爸」。雖然感動但仍繼續吸菸...，直到有一次與車隊騎單車爬坡，被狠狠甩在後面，還差點喘不過氣來，才下定決心戒菸。</p> <p>他表示，癌症並不可怕，可怕的是自己放棄了自己，要相信醫生，給自己及醫生力量，然後透過規律地生活、適量地運動、正確地飲食，建立起積極正向的觀念，永不放棄，堅持下去，重新找回失去的健康。</p> <p>謝永照現為「台灣癌友單車運動協會」理事長。</p>
姓名	謝永照	
年齡	57 年次	
癌種	甲狀腺癌	
吸菸習慣	曾吸菸 22 年 、一天 3 包菸	

姓名：葉斯科	<p>從 17 歲開始吸菸，在 48 歲罹患舌癌時，醫生問他是否有吸菸、喝酒、吃檳榔的習慣，他三個全中。然而，他卻自認有長期運動習慣而有恃無恐、繼續吸菸。</p> <p>6 年後，他又罹患了喉癌，經過 37 次電療、8 次化療，一下子瘦了 16 公斤，他終於戒了菸。但心想那麼認真運動，癌症卻仍復發，實在灰心...醫生安慰他：還好有運動，否則羸弱的身體根本挺不過來。</p> <p>他頓時轉念，繼續運動，加入單車運動協會，去環島，他想對還年輕人說，為了滿足口腹之慾，賠掉了健康，這樣真的有意義嗎？</p>
年齡：50 年次	
癌種：舌癌、喉癌	
吸菸習慣： 曾吸菸 37 年 ，一天 1.5 包菸	



姓名	莊啟仁
年齡	57 年次
癌種	多重癌症
吸菸習慣	曾吸菸 13 年、一天 2 包菸

抗癌小故事

從 33 歲開始，短短不到 5 年的時間，陸續得了 5 次癌症。幾度進出醫院，歷經多次的手術、化療、放療，過程之艱辛難熬，不是病友無法體會。

除了病痛的折磨，還有家庭經濟也遭受重大衝擊，一家老小也為我的健康問題終日惶惶不安，一個圓滿的家庭幾乎要被病魔打散。

但慘痛的經歷及顏面的缺憾並沒打倒莊啟仁。他開始接觸自行車運動，又打開了人生另一扇光明的窗。他表示希望藉由參與此次的活動，分享自身的抗癌經驗，能夠鼓勵癌友們勇敢堅強的面對未來的每一天。

(二)台灣癌友友善協會 理事長



姓名	許民榮
年齡	49 年次
癌種	食道癌、口腔癌
吸菸習慣	曾吸菸 30 年、一天 2 包菸

抗癌小故事

17 歲開始吸菸，本身菸、酒、檳榔都來，原自認體力比年輕人還好，從來不相信自己會得癌症的許民榮，卻在 47 歲時罹患食道癌，切除了食道及喉嚨，50 歲又罹患口腔癌，至此才戒掉這一切。

罹癌後進行手術切除食道與喉嚨，歷經三個多月手術、化療、電療，確定能活著時，支撐他活下來的母親卻腦出血急救後成植物人。在母親臥床的一年多，他反覆思考，老天爺讓他活下來是為了什麼？在癌病這幾年和母親在長照中心看到因疾病使一個個家庭陷入人生的低潮期痛苦不已，覺得這是老天爺給他的使命，因為只要他激勵一位癌友，就能使一個家庭過著快樂的生活，因此他開始加入癌友單車運動協會的行列，呼籲癌友們站出來，讓運動成為習慣。

		<p>兩次癌症的手術、化療、電療過程十分難熬，他慶幸自己因為長期的運動習慣讓他有體力能夠撐過這一切，但他希望大家不要像他這麼晚才領悟「活著真好」的道理，及早遠離菸酒。</p>
--	--	---

		<h3>抗癌小故事</h3>
<p>15 歲開始吸菸、48 歲診斷出喉癌四期的林家修表示，因為罹患了下咽癌四期，做了全喉切除手術，一時無法與外界言語溝通，只能用筆交談。不只吞嚥上有困難，鼻子也喪失了嗅覺，並改以氣切口呼吸。這發生的一切種種，始終無法釋懷。</p> <p>經由家人、朋友的鼓勵，及中華民國無喉者復聲協會的幫助，才讓我漸漸跨出步伐與人接觸，不再封閉。從發出聲音開始到單字、片語、構成句子，一字一句重覆不斷的練習，如今已可用食道語與人交談。這是他所付出的慘痛代價，所以向還在吸菸的朋友喊話：戒菸要及早，千萬不要成為不見棺材不掉淚的人。</p> <p>之前看到癌友騎車環島的報導，心中非常的震撼，心想有機會我也要參加。除了挑戰自己，也希望告訴身邊的朋友、病友們，癌症不是絕症，一定要勇敢積極的去面對未來生活。</p>		
姓名	林家修	
年齡	51 年次	
癌種	喉癌	
吸菸習慣	曾吸菸 33 年、一天 3 包菸	

(三)頭頸愛關懷協會

姓名：李世禎	<p>63 歲的總舖師李世禎，18 歲當學徒開始，30 多年來就菸、檳榔不離口，10 年前因為牙齒痛、臉腫大去看醫生，牙醫師一看立即說：你嘴巴都張不開了，要去大醫院，結果口腔癌第四期。</p> <p>術後，嘴吧就缺了一大塊，還得用大腿的肉來補，當然就戒了菸及檳榔，因為臉頰損傷加上化療及電療，只能喝流質食物維生，那種苦真的說不出來...還記得罹癌的 2 年後，嚐到一口雞腿，感動到流淚無法忘懷。</p> <p>想跟還在吸菸的年輕朋友說：如果你還在吸菸，請看看我，你還願意花錢傷身嗎？</p>
年齡：43 年次	
癌種：口腔癌	
吸菸習慣： 曾吸菸 35 年，一天 2 包菸	