

冒险罐

一个为转移性乳腺癌患者家庭而创作的奇幻故事

《冒险罐》

对 Cassie 和她的家人来说，因为妈妈被确诊了转移性乳腺癌，这个夏天的冒险之旅不得不进行调整。然而，凭借坚定的意志力和无限的创造力，他们意识到，真正的冒险魔法可以源自他们共同度过的时光——这种魔法的力量能超越他们所面临的一切挑战。

更多资源

患有转移性乳腺癌，想要寻求更多对于家庭的支持？获取关于《冒险罐》的讨论指南，打印自制罐子的材料，更多信息，请访问 Expose-mBC.com/AdventureJar。



写下善意的便条

家庭绘画之夜

自制障碍赛跑道

开始做迷你花园

一起尝试新食谱

在家卡拉OK之夜

去打迷你高尔夫

制作我们自己的饲养箱

一起烘焙

用手印制作工艺品

在操场上玩“地板是熔岩”

编一首家庭歌曲

在洒水器中玩耍

室内露营

画一棵家谱树

制作巨型泡泡

主题电影之夜
搭配特色小吃

前往最喜欢的家乡商店

社区寻宝游戏

才艺表演

户外野餐

制作橡皮泥雕塑

用人行道粉笔画画

家庭游戏之夜

致谢

转移性乳腺癌患者社群成员共同参与了这本书的创作：

Amanda C. Angelina C. Cheryl L. Jonise L.
Amanda M. Beth G. Deborah O. Lauren H.

我们衷心感谢你们的付出。谢谢！

特别感谢 Eliza Park, MD, MS，感谢您从精神科医生的角度
为受转移性乳腺癌影响的家庭提供支持。



插画家 Alexandra Colombo 住在意大利米兰。她因癌症失去了父亲和伴侣，创作这本书对 Alexandra 来说具有个人意义。她深知在人们面对癌症诊断时，尊严、同理心和勇气非常重要，她很自豪能够帮助将《冒险罐》带给世界各地的家庭。



《冒险罐》

一个为转移性乳腺癌患者家庭而创作的奇幻故事

插图由 Alexandra Colombo 绘制

本书由吉利德科学与转移性乳腺癌患者社群共同创作。

在中国，本书由北京爱谱癌症患者关爱基金会发行

由中国临床肿瘤学会（CSCO）患者教育专家委员会提供指导



夏天终于到了！

但即使阳光照在皮肤上，
Cassie 依然感到沮丧。

今年夏天，冒险的篇章将被暂时搁置。
妈妈的癌症意味着她必须待在家附近。



Cassie 看着妈妈，确保自己在微笑。
她不应该为我担心，Cassie 想。
但妈妈手里拿着什么？

“这是我们的冒险罐！”她宣布。

“把我们想到的冒险计划写下来。等我
身体好一些的时候，我会从中挑选一个。”



不久,罐子便被填得满满当当,
里面装满了精彩的近距离家庭
冒险计划。

后来,当妈妈所在的患者组织
询问起他们的夏季活动时,
她自豪地举起了罐子。



“让我们都来做冒险罐吧!”她邀请大家。
于是,大家都做了。



自然中心的 青蛙

自然
中心
开放

第一个冒险？
嗯，不难猜出是谁写的。

Josh 毫不犹豫地跳过了
睡莲叶。

沼泽
柏树

维纳斯
捕蝇草





“慢点，你知道妈妈不能走那么快！”
Cassie 提醒他。

但 Josh 没有减速——他要去找青蛙！

“你不用担心，”妈妈安慰 Cassie。
“我很高兴他这么兴奋。”

变色龙

然后，她若有所思，看向 Cassie，
补充说，

“养成寻找魔法的习惯。”

Cassie 叹了口气，但她看到了，
那是一株植物在她眼前变色吗？

是的——魔法无处不在。

主世



向上，向上，再向上，
Josh 看了看。
青蛙眨了眨眼。

“呱呱呱，”它大声叫着，
当 Josh 给它取名为“Peabody”时，
它再次高兴地呱呱叫。

妈妈看着 Josh，
但 Cassie 焦虑的目光却盯着妈妈。

“该走了，”Cassie 坚决地说。

Josh 的眼中充满了泪水。
“别担心，”爸爸鼓励道。
“你可以在回去的路上再找更多的青蛙。”

Cassie 跟在他们后面。妈妈在等她。

“你现在感受到了很多，是不是，
我的小 Cassie？你想照顾我，
但照顾你是我的责任。”

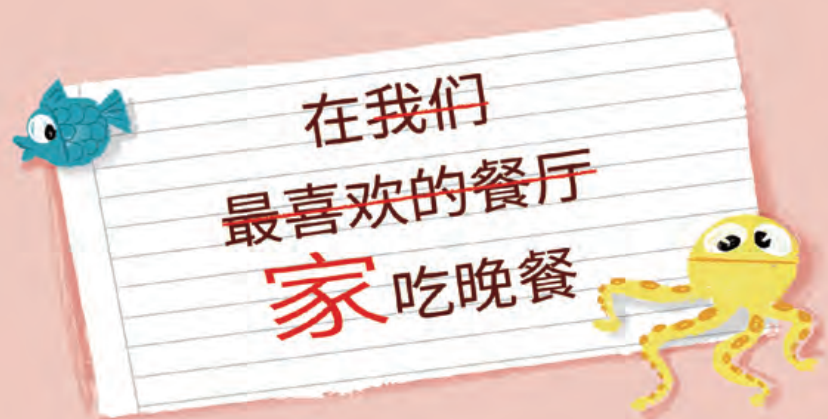
Cassie 点点头，抽泣着。



我们的自然中心之旅

“我也想待得更久，”妈妈坦白道，“不过，伤心是可以的。
让我们保留一些记忆中的魔法，好吗？”

她将一朵睡莲插在 Cassie 的头发里，牵着她的手走了出去。



第二个冒险无法如他们想象的那样进行。
妈妈太累了，不能出去吃饭。

于是他们打电话给奶奶。

她很快赶来，然后把 Cassie 和 Josh 拉进厨房，
把胡萝卜放在他们的膝盖上。



“你们负责削皮，我们来给你们的妈妈煲汤，”
她边说边轻轻吻了他们的额头。

于是他们照做了。（好吧，是 Cassie 照做了。）

扑通，扑通，扑通，
胡萝卜掉进了锅里。

唰，唰，唰，
奶奶的勺子在搅动时发出了声音。



当热汤端上桌时，Cassie 紧挨着妈妈坐下。

“你还觉得不舒服吗？”她问道。
“今天对我来说很难，我的小 Cassie。”

Cassie 抱住了妈妈，但不太用力，
说：“伤心是可以的。”

Cassie 停顿了一下，然后轻声说道，
“养成寻找魔法的习惯？”

妈妈抱住了她。
“我们一起寻找吧。我非常爱你！”

于是 Cassie 开始寻找。
那是一只海马吗？
是的——而且魔法无处不在。



Cassie 望向窗外，露出了笑容。
她认出了那些胡萝卜！

鱼群闪过，一只海龟挥手致意。

Josh 和一只章鱼交了朋友。



然后，Cassie 在一片摇曳的
海草中看到了一道闪光。

“我要靠近一点，”
她对爸爸说。



我们与祖母共进晚餐

Cassie 找到了闪闪发光的宝藏：
她把一只光滑的贝壳握在手中，
贝壳闻起来有大海的咸味。

在公园 观星

第三个冒险是 Cassie 的。

他们从爸爸的篮子里拿出了毯子和枕头，
并用望远镜看向天空。





妈妈和 Cassie 互相笑了笑。
“养成寻找魔法的习惯！”
他们一起说。

Cassie 充满期待地看着。
那是外星人吗？
是的——而且魔法无处不在。

爸爸举起了一块小行星的碎片。
“这个星球真酷！”

妈妈对他的笑话叹了口气，
但她的眼中闪烁着笑意。

砰，砰，砰，
Josh 发出声响。

一块石头引起了 Cassie 的注意。
她不知道为什么——它非常普通，
不像她看到的其他石头那样华丽
或完美。

但她现在懂得更多了。



石头裂成了两半，Cassie 惊呼。
石头的缝隙中，透着闪闪星光。
她从未见过如此美丽的东西。



我们的观星之旅

Cassie 跑向妈妈。

“看，看！”她喊道，挥舞着她的发现。

“我找到了魔法，看看这是什么？”

她气喘吁吁地笑着，注意到妈妈也在笑——
也许笑得比她还灿烂。



当夏天即将结束时，大家把家庭的冒险故事都铺在了桌子上。

Josh 指了指。“我想再做一次这个！”

妈妈给了爸爸一个俏皮的眼神，然后爸爸把他们都拉近了。

“为什么不呢？”他说。

“让我们继续保持做冒险罐的习惯！”

Josh 欢呼着，Cassie 意识到：如果她寻找，魔法确实无处不在——尤其是在这里。

她脸上带着笑容，许下一个承诺。

“我们会养成习惯，总是，总是寻找魔法！”



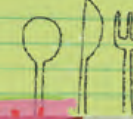
其他家庭的冒险

折纸



居家
SPA
日

过家家
餐厅游戏



家庭游戏
之夜



母亲的视角



当我被诊断出患有转移性乳腺癌（mBC）时，我的孩子们分别是两岁、四岁和六岁。尽管转移性乳腺癌对我来说充满了不确定性，我心中不变的问题是：“我该如何在这场疾病中继续为人父母？”作为一个家庭，对其中一个人的影响就是对我们所有人的影响。虽然我们无法让转移性乳腺癌完全不影响孩子们的生活，但我们有能力决定通过它如何帮助孩子们成长。这个故事提醒我们，当我们专注于生活中的美好事物时，我们可以改变身患癌症的体验。

我确诊已经近十年了，转移性乳腺癌继续影响着我和女儿们的生活。我们养成了习惯，要重新定义我们的处境，癌症正在将她们塑造成勇敢的女性。

如果你正与转移性乳腺癌共处，希望这本书能提醒你，转移性乳腺癌无法剥夺你带给家庭的魔法。你的希望将给最艰难的日子赋予全新的意义，将它们转变为难忘的冒险旅程。

Lauren Huffmaster
《冒险罐》共创者
身患转移性乳腺癌

* 由吉利德科学提供支持。



来自我们的共创者

“在这本书中，父亲的角色与我产生了共鸣。伴侣是家庭中的重要部分，但往往会被忽视。”

-Amanda C.

“我喜欢这本书里的另一个家庭成员：奶奶。她告诉我们，无论年龄，我们总会需要他人的帮助，而且更重要的是，我们也要接受别人的帮助。”

-Amanda M.

“要用不会吓到孩子的方式，向我儿子解释这种疾病越来越困难。这本书将患者的经历具体化，使小孩子能够理解——这也提醒我自己，我并不孤单。”

-Angelina C.

“这本书让家庭知道，我们可以有悲伤或是愤怒的情绪，并提供了应对这些情绪的工具。”

-Beth G.

“这本书非常适合与孩子一起阅读，以建立在日常生活中寻找魔法的想法。”

-Deborah O.

“这本书强调了在面对转移性乳腺癌时拥有同理心的重要性，并展示了在各种情况下寻找冒险的乐趣。”

-Cheryl L.

“这不仅仅是一本普通的儿童读物。在确诊转移性乳腺癌后，‘寻找魔法’有助于家庭在创造回忆的同时获得心理疗愈。”

-Jonise L.

“作为一名精神科医生和癌症患者的治疗师，无数次我与这些父母一起坐下来，讨论如何在最艰难的情况下，与他们的孩子沟通，并为他们提供帮助。我常常希望能为他们带来有帮助、充满希望又实用的资源。我相信这本书满足了这一需求。”

-Eliza Park, MD, MS





“ 在多年的癌症患者社群工作中，我常看到许多人因得病之后家庭关系的变化而苦恼。对于转移性乳腺癌患者来说，这个压力尤为沉重。她们是妻子、是女儿、是母亲，更是家庭的中坚力量。我们希望借助这本书，让更多转移性乳腺癌患者可以找到合适的方式，更好地与家人相处、与自己相处，生活得更长久、更美好。”

北京爱谱癌症患者关爱基金会 名誉理事长
史安利



“ 随着医学的不断进步，我们越来越认识到，对生存质量的评价是癌症管理不可或缺的一部分，它不仅关注生存期的延长，更注重患者在疾病过程中的整体感受。为了控制疾病发展，转移性乳腺癌患者需要长期用药，因此来自家庭、同伴和社会的理解和关爱，对她们的生存质量尤为重要。《冒险罐》是一个全新的尝试，我们也期待和公益组织、行业上下游等社会各界伙伴一起探索，在药物之外，如何更好地为转移性乳腺癌患者带来全方位的支持。”

江苏省人民医院 副院长
中国临床肿瘤学会（CSCO）患者教育专家委员会主任委员
殷咏梅

