

行政院衛生署桃園醫院 健康管理中心

認識腸癌

近來陸續得知 藝人楊烈、名導演楊德昌罹患大腸癌的消息，促使社會大眾對於此種癌症感到憂心。根據行政院衛生署完成的 92 年衛生統計報告，癌症的死亡率，結直腸癌居第三位。近三年來大腸癌死亡年增率達 9.8%，醫界人士估計，未來十年腸癌將會成為國人發生率最高的癌症，並有年輕化的趨勢。

腸癌發生率及高危險族群

1. 大腸直腸癌主要為腺癌，在發生部位以直腸 45%、乙狀結腸 25%為最多，降結腸最少見約 5%左右，其餘發生於盲腸與升結腸 16%、橫結腸 9%。
2. 50~60 歲間發生率最多，20 歲以下極少。
3. 飲食習慣不同：對於高蛋白、高脂肪及精緻食物消耗量多的族群，統計上的調查有較高的大腸息肉、憩室、結腸炎及大腸癌的發生率。
4. 潰瘍性大腸炎患者比正常人易得大腸癌：許多研究指出患有潰瘍性大腸炎的病人，30 年後約有 50% 的病人惡化成為大腸癌。
5. 患有克隆氏 Crohn's 病的腸炎病人：有 20 倍的機會比正常人容易得到大腸直腸癌。
6. 患有家族性大腸息肉的病患：年齡達到 40 歲時，約有 80% 的病患惡化為大腸直腸癌。
7. 罹患大腸直腸癌的患者：其家屬（第一近親）罹患大腸癌的機會高於一般人。

篩檢腸癌方法

1. 糞便潛血檢查：透過糞便檢查，可將癌症所造成肉眼看不出來的流血篩檢出來。
2. 肛門指診：直腸癌患者一半以上可以摸到硬塊。
3. 腸鏡檢查：肛門鏡、乙狀結腸鏡及大腸鏡。
4. 大腸鋇劑攝影：主要利用鋇劑和空氣灌腸進行大腸 X 光檢查。
5. 腫瘤胚胎抗原 (CEA)：一部分大腸癌病患其腫瘤胚胎抗原會增加，可透過抽血檢查出來，亦可用於追蹤。
6. 電腦斷層掃描(C-T Scan)／核磁共振(MRI)。



大腸直腸癌的症狀

大腸直腸癌之初期症狀不明顯，可能僅有出血或腹痛。

一般症狀為：肛門出血、大便習慣改變、便血；如增加排便次數、便秘、大便變細、裏急後重（解完大便仍想再解）、貧血及體重減輕等。

預防保健

1. 均衡飲食：勿只吃高蛋白、脂肪、膽固醇類食物，要多食高纖維質的食物。
2. 40 歲以上人士應每年糞便潛血測試一次，每二至三年接受直腸鏡檢查，必要時則進一步接受大腸鏡或鋇劑大腸攝影檢查。
3. 大便習慣改變：便中帶血、腹部不適、貧血、腹部腫塊等症狀時，要速請醫師診治。
4. 多喝水、多運動、多食蔬果、適度紓解壓力、避免便秘。
5. 定期健檢：大腸直腸癌是可以早期發現、早期治療效果良好的疾病。一般民眾，應定期作糞便潛血檢查與肛門指診；高危險群者（如 40 歲以上，個人與家族有大腸息肉與癌症病史，嗜食大魚大肉者）應遵醫囑定期作更精細的追蹤。

（參考資料來源：陶聲洋防癌基金會 http://www.sydao.org.tw/cure/cancer_7.html）