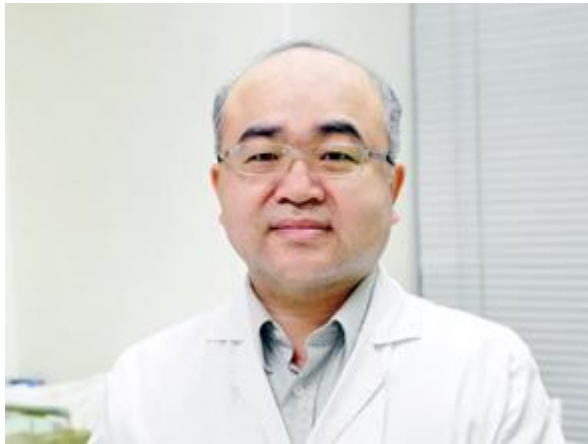


「大腸癌」長達 14 年居癌症榜首，萬芳醫院消化內科陳俊男醫師簡單一招教您有效預防

根據衛生福利部資料統計，大腸癌是目前國人發生率第一的癌症，罹患人數逐年上漲，大腸癌成了「國民癌症」，而這 1、2 年受疫情影響，民眾主動到醫院篩檢、追蹤的意願下降，更容易拖延治療大腸癌的黃金期，讓病情加重。



萬芳醫院消化內科陳俊男醫師透露，曾經有名 42 歲的女性，參加員工健檢 3 年來糞便潛血都陽性，但是她不曾進一步檢查確認，直到隔年因腹痛住院才發現罹患大腸癌第 4 期、癌細胞轉移到肝臟，即使接受治療還是在 2 年後不幸離世。

大腸癌主要是從腸內的腺瘤息肉逐漸癌化所致，陳俊男醫師比喻，腺瘤息肉就像小樹苗一樣任意在腸道生長，等到樹苗茁壯惡化成癌症的機會將倍增許多。而初期大腸癌並無明顯症狀，當持續出現血便、黏液便、排便習慣改變，如數日腹瀉、便秘，以及體重減輕與貧血等上述症狀時，可能是大腸癌的前兆，此時可以透過糞便篩檢與大腸內視鏡檢查，釐清排泄異狀的源頭。【左圖：萬芳醫院消化內科陳俊男醫師】

陳俊男醫師建議，年齡屆滿 50 歲～75 歲民眾每 2 年 1 次定期糞便潛血免費篩檢，據資料指出，當民眾糞便潛血檢查陽性再到醫院做大腸內視鏡檢查時，可預防 30% 大腸癌發生的機率，在接受檢查後多半能找到躲藏在腸道的小息肉，此時安排手術切除息肉，是防止大腸癌發生最有效的管道，早期治療存活機率也可高達 90%。【右圖：醫師建議民眾若符合大腸癌篩檢補助族群，應定期接受檢查】



所幸大腸癌是最容易從飲食及生活習慣中預防，民眾平日應多攝取蔬菜水果等高纖食物、紅肉酌量食用，可以白肉為主，陳俊男醫師強調，若民眾是高危險族群符合如大腸癌家族病史者、年齡滿 50 以上、肉食主義者等應特別留意定期追蹤檢查，或是符合大腸癌篩檢補助的族群可多加使用，主動預防早期發現早期診治。（文/萬芳醫院）