

胃癌警訊 不可輕忽

採訪／鍾碧芳 圖片提供／好心肝門診中心



諮詢／好心肝門診中心專任主治醫師翁贏雪

從流行病學統計來看，導致胃癌最主要的原因，是受到胃幽門螺旋桿菌的感染，如果有嗜吃鹽醃、煙燻、高油脂食物的習慣，也會提高罹患胃癌的風險。當民眾有消化不良、胃脹不舒服情形，持續時間長，反覆發作，建議應該前往醫院檢查，進一步確認症狀的源頭。



一般而言，民眾受到胃幽門螺旋桿菌感染的，幾乎不會有症狀，只有少部分會出現胃炎或胃潰瘍等慢性變化，約有1%至3%的人，日後會進展為胃癌，比例雖不高，也不容輕忽。

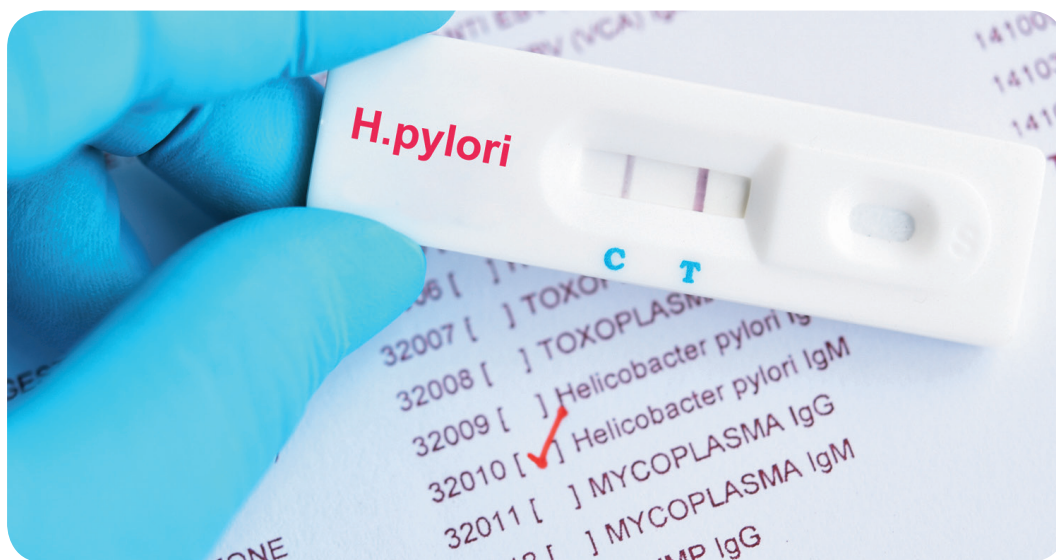
好心肝門診中心專任主治醫師、臺大醫院內科部兼任主治醫師翁羸雪提醒，胃癌早期不一定有症狀，不易警覺，通常等到有症狀而求診時，都已經進入晚期，治療顯得更為棘手。

除此之外，包括抽菸、肥胖、有胃癌家族史，也是胃癌的高風險族群；另一族群如早期胃潰瘍、十二指腸潰瘍等，動過胃部手術，也很容易在切口位置，出現病變。

胃幽門螺旋桿菌 是致癌因子

世界衛生組織已認定，胃幽門螺旋桿菌與胃癌的發生有關，是屬於一級的危險因子，並建議曾有消化性潰瘍病史、接受根治性手術、內視鏡切除後的胃癌患者、胃癌高危險群等，甚至一等親屬有胃癌病史、胃黏膜萎縮或上皮生化等癌前病變者，必須接受「除菌治療」，以降低罹患胃癌的風險。

胃幽門螺旋桿菌的來源，主要為經口傳染，包括不乾淨的飲水、食物甚至唾液等，一般來說，幽門螺旋桿菌的感染率，會隨著年齡的增加而遞增。統計發現，有超過8成病患，受到





幽門螺旋桿菌感染後，會有慢性胃炎的情況，但症狀不明顯，約有15%至20%的感染者，會引發胃潰瘍或十二指腸潰瘍，雖然可以自行痊癒，但日後復發機率極高。

翁羸雪醫師指出，過去要檢測是否有受幽門螺旋桿菌感染，多半得忍痛做胃鏡切片檢查，但現在已可透過碳13呼氣試驗，檢查時只要吹幾口氣，就能得知結果，非常方便。

脹氣 可能是胃癌訊息

早期胃癌並沒有特異性症狀，僅可能出現一些與胃部疾病如慢性胃炎、消化性潰瘍等，腸胃障礙類似的症狀，好比像胃痛、脹氣、消化不良，更嚴重則有食慾不振、體重減輕；或者若腫瘤出血時，可能會解出如瀝青般黑便等。

翁羸雪醫師提醒，要提早發現胃癌並不容易，早期通常只能靠健康檢查來發覺病灶，但臨床也確實有幸運的民眾，察覺到輕微症狀就來求診。

對於胃癌的診斷，主要仍靠胃鏡及病理切片檢查，若初期懷疑有胃部疾病時，可先進行上消化道X光攝影，以觀察胃黏膜是否有不平整或明顯腫瘤，但通常只能找到較大或較深的病變；若發現胃部異狀時，則須進一步透過胃鏡或切片來確診。必要時，治療前也會透過其他輔助診斷，如電腦斷層攝影來判斷臨床期數，看看病患是否已出現局部淋巴轉移、肝臟轉移或其他周邊器官轉移等，以決定治療方式。

胃癌分期是以原發腫瘤侵犯的深度、淋巴轉移的數目，以及是否有遠端轉移作為判斷的依據，若為早期原

位癌，除了外科手術治療外，也可採內視鏡切除腫瘤，一般建議，早期胃癌除了開刀或內視鏡手術切除腫瘤外，可加做化學治療或放射線治療，以降低淋巴結轉移風險。

若進入後期或因病患本身狀況無法開刀時，只能選擇化學治療或放射線治療，如今也有免疫療法可供選擇，專科醫師會依實際狀況，給予適當的治療建議。

翁羸雪醫師提及，如果腫瘤已經塞住胃的出口，導致無法進食時，目前亦可透過內視鏡放入支架，撐開通道，以代替傳統外科的造口灌食，讓病患有機會能自己進食。

保胃三招 預防胃癌一起來

胃脹、胃痛不舒服時，很多民眾會逕自到藥房購買胃散或胃藥舒緩，到底這個觀念是否正確？翁羸雪醫師認為，坊間的胃藥或胃散雖然取得方便，能舒緩一時間的不舒服，看似便利，卻隱藏風險。

胃藥雖然能解決一部份症狀，但擔心的是，民眾會以為吃了有效，而忽略了背後腸胃不舒服的主要病因，導致延誤就醫。建議民眾若吃了胃散或胃藥後，不舒服症狀仍反覆發生，或者無法完全緩解時，務必儘早就診進一步找出病因。

至於就診時，除了在進行碳13呼氣試驗前，必須要與胃藥或抗生素隔一段時間後才能進行吹氣外，其他如胃鏡或上消化道攝影檢查，則不需忌口，也不會影響判讀結果，不必憂心。

總括來說，消除幽門螺旋桿菌，是降低胃癌發生風險的必要手段，但要遠離威脅，仍必須從生活及飲食調整做起。翁羸雪醫師提醒，平日要戒除危險因子如抽菸、高鹽分、高油脂飲食，飲食採高纖為主，且切實做到維持理想體重等，就是最好的預防與保養方式，倘若有家族史，則可進一步諮詢腸胃科醫師，定期做檢查，也可避免癌症上身。💧

衛生福利部國民健康署呼籲民眾一起保胃大作戰，預防策略包括：1. 健康飲食：少吃醃製及煙燻食品，多蔬果、戒菸節酒、避免共用餐具。2. 規律運動：每週3次、每次30分鐘，每分鐘心跳至少要達130下。3. 及時檢查：若有腸胃不適症狀時，要及早就醫，有胃癌家族史的民眾，也應定期接受檢查。