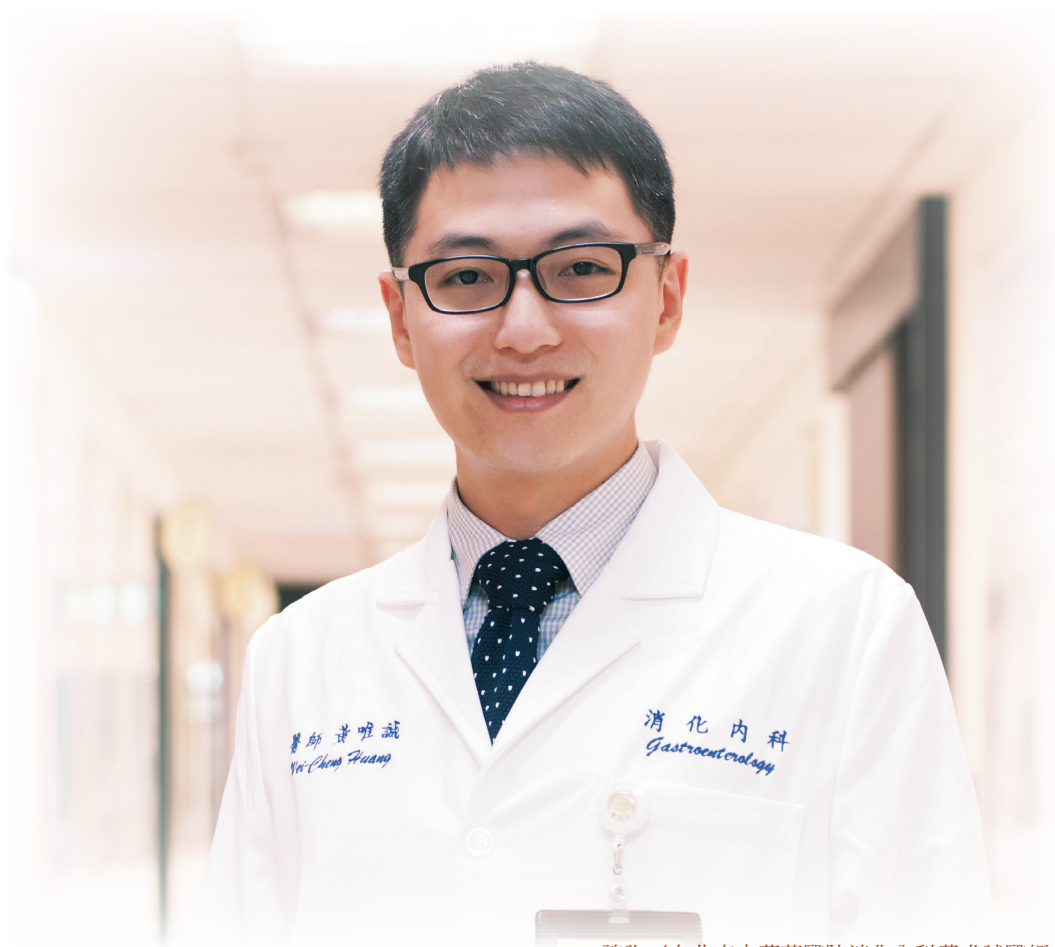


大腸癌的治療與照護趨勢

文／吳秋瓊 圖片提供／台北市立萬芳醫院



諮詢／台北市立萬芳醫院消化內科黃唯誠醫師

大腸癌是可以早期發現早期治療，治癒率很高的癌症。根據統計，早期發現的大腸癌，經由妥善治療，存活率高達90%以上，每一至二年進行一次糞便潛血篩檢，約可下降18%至33%的大腸癌死亡率。



在臨床上顯示，大腸癌發生，可追溯到：一、先天性，有家族病史，或是腸子長期處在發炎的狀況。二、生活型態，不喜歡運動，有抽菸、喝酒等不良習慣。三、飲食習慣，以紅肉為主、加工肉品、高油脂食物，或是過度高溫烹調產生的過氧化物，對腸子會產生影響。這類飲食習慣容易同時伴隨有糖尿病與肥胖問題，也是大腸癌的好發族群。

台北市立萬芳醫院消化內科黃唯誠醫師表示，食用高纖蔬菜，喜歡運動，適當補充水分，促進腸道蠕動，同時避免前述不良生活及飲食習慣，都能有效預防大腸癌發生。

發生率高 治癒率也高

高熱量飲食，加上飲水不足，便秘是現代人的通病，坊間益生菌品牌眾多，聲稱具有腸道環保療效，站在醫師的角度來看，補充益生菌是否有助於防患大腸癌發生？

黃唯誠醫師表示，益生菌或許有助於解除便秘的困擾，但沒有醫學證據足以連結預防大腸癌，便秘與大腸癌並非直接的因果關係，但是，造成便秘的飲食習慣，才是造成大腸癌的關鍵因素。

隨著知名人士因大腸癌病逝的消息廣為傳播，媒體以誇大標題標記大腸癌死亡率，大腸癌果真如此可怕嗎？

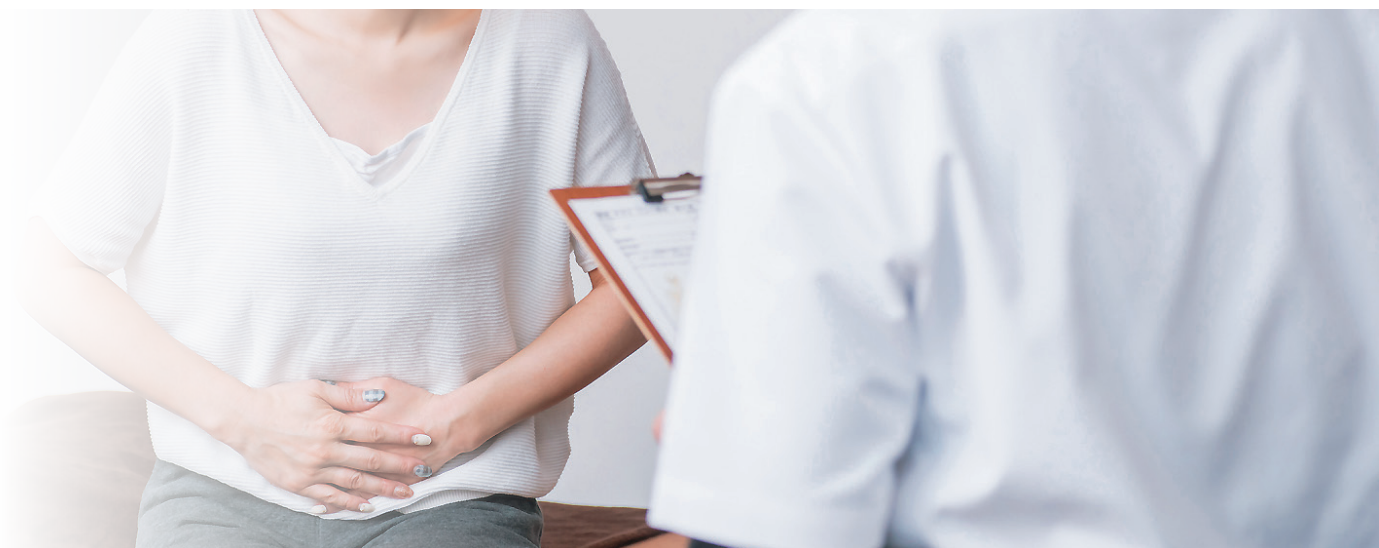
事實上，相對於其他的各種癌症，大腸癌雖然發生率高，卻也是少數可以早期發現，早期治療，預後與存活率都特別好的癌症；黃唯誠醫師表示，只要經由糞便潛血檢查，就能早期發現。早期大腸癌存活率高達90%以上，每一至二年進行1次糞便潛血篩檢，就能下降18%至33%的大腸癌死亡率。

大腸癌的治療決策，是依據診斷分期來決定，可經由大腸鏡、電腦斷層等選項來協助做分期判斷，不只是治療的選項，治療預後也和分期大有關係，在早期發現，五年存活率可高達九成，以癌前病變大腸息肉階段為例，透過內視鏡就可以切除，不需要手術，也不需要化療，預後也相對好。

所謂癌症末期，是以遠端轉移為基準，大腸癌常見轉移到肝臟，這時就不一定適合手術，會以化療為主，如果是中期病人，臨床上會經由電腦斷層診斷，沒有遠端轉移，以開刀、加上化療為主要治療方式，如果是直腸癌，會加上使用放射線治療。

均衡飲食 保腸又健身

大腸癌的死亡率，有絕大部分是「病人不願面對」，很多人誤以為，確診為大腸癌，好像就等於接下來就要裝設「人工肛門」，其實是錯誤的資訊，黃唯誠醫師表示，透過大腸直腸外科目



前越來越精進的手術技巧，需要裝設人工肛門的比例不多，萬不得已，也趨向使用暫時性人工肛門，大多數病患後續可以重新接回大腸，排便也不會受到影響，並不會發生失禁的問題。

逃避醫療，只會讓病情惡化，大腸癌發生率高，也可解讀為參加篩檢的人數多，早期發現的機率高，國民健康局推動50歲到74歲民眾，每兩年有一次免費大便潛血篩檢，建議民眾每一年都來做篩檢，自費也只要200元以內。

糞便潛血篩檢，一旦發現陽性反應，接下來就是大腸鏡檢查，這一關也是許多病人難以跨越的障礙，黃唯誠醫師以自身經驗分享，一般做大腸鏡檢查，會覺得肚子脹脹的，並不會太難受，擔任檢查的專科醫師技術純熟，不需要過於驚恐。

經過大腸鏡檢查，如果懷疑有腫瘤，會進一步以內視鏡檢查，作法是在消化道黏膜上噴灑染劑，這些染劑可分為「吸收性染色劑」(absorptive dye)及「對比性染色劑」(contrast dye)，主要是藉由正常黏膜與腫瘤在不同化學反應或不同染劑的堆積程度，突顯黏膜的細微構造，也是內視鏡醫師最方便的影像強化方法。

倘若是表淺的癌症，內視鏡就可以切除，如果是深層癌症，就會加上電腦斷層，確認是否有淋巴結轉移，倘若已經發生淋巴結轉移，這時就會需要化學治療。經過治療的大腸癌病人，在飲食上並不會受到太大影響，建議戒除抽菸、喝酒等不良習慣，少吃紅肉，多喝水，做運動，維持健康不是難事。





早期治療 健康有保障

資訊發達，錯誤的資訊也相對多，究竟要如何選擇適合自己的醫療院所？黃唯誠醫師建議，癌症病人通常顯得無助，在醫師的協助之下，大部分人都可以接受到良好的治療，如果對於治療方針有疑慮，也可以尋求第二意見的醫師進一步討論，醫師和病人的合作首重是信賴感，如果諮詢兩位醫師，治療方案都相近，選擇上建議有三個指標，第一癌症診療認證醫院，第二信任的醫師，第三離家近，或是主要照顧者方便來協助的醫院。

相對於都會區醫療資源充足，偏鄉病人應該如何選擇？黃唯誠醫師表示，有些中型醫院或許沒有內視鏡腫瘤治療的選項，可以經由轉診到醫學中心，一般來說，通過癌症品質認證的醫

院，都可以提供水準以上的治療方案。

一人罹癌，家屬也會受到衝擊，講究全人照護的現代醫療，要如何支持病人與家屬走過治療階段？以台北市立萬芳醫院為例，會先由個案管理師去關心病人後續治療與追蹤，也會轉介心理師門診，評估病人身心靈的狀況，給予適度的協助。

再一次強調，絕大多數大腸癌，都可以早期發現，存活和治療效果都非常好，黃唯誠醫師指出，台灣大腸癌的死亡率逐年下降，主因是大腸癌篩檢的導入，早期發現，早期治療，如果有家族病史的民眾，則應該比家族罹癌者罹癌年齡提早十年去做篩檢，越早期，治療效果越好，千萬不要諱疾忌醫，大腸癌不可怕，請以健康的心態面對腸道問題。🙏

早期大腸癌並無症狀，最可靠的方法，是定期接受大腸癌篩檢，而定量免疫法糞便潛血檢查，是目前最安全且方便的篩檢工具。檢查結果如有異常（篩檢結果為陽性），需進一步接受大腸鏡檢查。

若出現下列症狀，請儘速就醫：

- ◎大便中有血 ◎大便中有黏液 ◎大便變細小
- ◎排便習慣改變（腹瀉、便秘交替） ◎經常性腹瀉或便秘
- ◎體重減輕 ◎貧血 ◎如腫瘤較大，則可觸摸到腫塊

如果以上症狀持續出現超過兩周以上，應立即尋求消化專科醫師檢查。

