

## 癌症篩檢大家一起來

癌症的發生，個人的生活型態、外在環境遠與先天基因皆占有重要比例。在臺灣，每 6 分鐘就有 1 人罹患癌症，每年更有將近 9,900 人死於乳癌、子宮頸癌、大腸癌和口腔癌，幸運的是，實證顯示這四項癌症都可以透過篩檢來早期發現；這些早期癌症若經過治療，存活機率通常高達九成以上；如發現的是癌前病變，經適切治療更能成功阻止癌症發生。

乳房是上帝賜給女性的禮物，女性因她而美麗並擁有自信。但不幸的是，乳癌占國人女性癌症發生率的第二位。在美國九名女性在終其一生中便有一位會罹患此病，因此美國醫界積極推廣乳房自我檢查及乳房 X 光攝影檢查，使得早期乳癌的發現率高達 60%。乳癌早期發現的好處是治癒率高，然而國人因個性保守，以致早期乳癌只占 15-20%。乳房含豐富血管、淋巴管、淋巴結，因此乳癌細胞容易擴散到其他器官，所以早期的發現是非常重要的。

國民健康局公布 2012 年的癌症發生人數及排名，排名第一的是大腸癌，較 2011 年增加了一千四百多人，飲食西化對國人健康的威脅已經浮現，而我國大腸癌發生率和死亡率都比美國高，民眾更要重視大腸癌的威脅。建議民眾多吃蔬果、每天養成排便的習慣，將大腸裡致癌物排出體外，可以預防大腸癌的發生。

另外研究顯示慢性刺激是口腔癌發生的重要成因，其中以嚼食檳榔為最主要，其他像吸菸、喝酒、長期營養缺陷、口腔衛生不良、尖銳的蛀牙、殘根及製作不當或破損的補綴物(如假牙、牙套等)都是口腔癌發生的原因。嚼食檳榔者約有 50%罹患口腔黏膜病變，因此不可輕忽罹患的風險，早期的口腔癌很少覺得疼痛，因此篩檢更為重要。

凡是已有性經驗的女性，無論年齡大小都需定期做子宮頸抹片檢查及身體檢查。尤其是太早即有性行為者、多重性伴侶、早婚、生育子女較多或子宮頸曾受病毒感染者，更需特別注意。子宮頸抹片檢查沒有應受檢的年齡上限。老年女性亦需繼續定期身體檢查，包括子宮頸抹片檢查及骨盆腔檢查。在臺灣，子宮頸癌一直高居婦女癌症發生的第一位。然而子宮頸癌卻是婦女癌症中最容易早期發現的，子宮頸抹片檢查即是相當簡便、有效的方法。只要早期發現、早期治療，子宮頸癌的治癒率是很高的。

癌症篩檢主要目的在於早期發現、早期治療，讓生命健健康康、長長久久外，更能讓生活心想事成，做自己想做的事。2012 年臺大醫院已提供 29,000 多人做癌症篩檢，其中發現有 2,900 多人檢查結果有異常，而真正罹患癌症的就有 170 人，更顯示了癌症篩檢的重要性。臺大醫院推動的四大癌症篩檢服務，含補助 30 歲以上婦女每年 1 次抹片檢查、50-69 歲民眾 2 年 1 次糞便潛血檢查、40-44 歲有乳癌家族史婦女以及 45-69 歲婦女 2 年 1 次乳房攝影檢查，以及 30 歲以上

吸菸或嚼檳榔者 2 年 1 次口腔黏膜檢查。這四項癌症篩檢服務，民眾只需持健保卡，前往本院西址一樓癌症篩檢中心，即可辦理。其中口腔黏膜檢查以及子宮頸抹片檢查更是可以當天受檢，口腔黏膜檢查會當場告知結果，若有異常情況個管師也會配合民眾時間安排預約回診追蹤；其他檢查結果都一律會以平信方式郵寄通知，避免民眾只爲了看報告需再次花錢回院掛號。但對於檢查結果有異常的個案，個管師則會再持續以電話聯繫追蹤，確保早期發現及治療。

大部分的癌症是可以預防的，維持健康的生活型態，健康飲食，保持運動習慣，可以大幅降低罹癌風險。癌症並非絕症，定期接受癌症篩檢，在早期及時發現，接受適當治療，將可減少三分之一以上的罹癌人數。如果您或家人符合前述四項癌症的篩檢條件，請儘速攜帶健保卡至本院接受免費的癌症篩檢服務，希望您能多多留意自己與家人的健康，別讓癌症有機可乘，讓幸福的家庭留下遺憾。

癌症篩檢中心癌篩個管師 歐陽萱