

健康檢查～癌症檢查

◎桃園長庚健診中心主治醫師 林志明

許多健診顧客常以癌症篩檢為其參加健診的主要原因。事實上癌症登上國人十大死亡原因榜首已久，顯示罹癌症的病人不少。在我們生活週遭或許曾遇過或聽過家屬、親戚、好友罹患癌症，看到他們受到癌症折磨而談癌色變。所以癌症篩檢成為現在人做健康檢查最重視也是最在意的項目，而到底健診中心要如何提供一份準確且有效的癌症篩檢方法呢？

根據權威醫學期刊新英格蘭雜誌（New England Journal of Medicine）於2000年對癌症檢查有兩種定義：癌症篩檢（cancer screening）及癌症的早期診斷、早期治療（early diagnosis and ear-

ly treatment for cancer）。癌症篩檢是指在癌症早期尚可治癒時即發現癌症，其所發現的癌症病人可經治療而痊癒，且預後亦如常人，也就是完全地恢復健康。癌症的早期診斷、早期治療是指在癌症已進入中、晚期，無法經治療而痊癒，但可因其早期診斷癌症而提供早期治療，以延長其存活率，或增加其生活品質。

癌症檢查如何讓其檢查成為癌症篩檢而不僅僅是癌症的早期診斷、早期治療，實有賴健診顧客和健診單位相互配合。如健診顧客應定期而持續性參加癌症檢查，在定期內，癌細胞很少會一下子即進入中、晚期，可經癌症篩檢於癌症早期找出癌症，進而加以治療痊癒，脫離癌症威脅。若健診顧客等到症狀明顯或極端不適時再來做癌症檢查，癌細胞常常已進入中、晚期，失去治癒的先機，使痊癒的機率下降，實在相當可惜。

健診單位當然也需根據健診顧客的症狀去做理學檢查，並佐以各種檢查方法如癌症指標、超音波、胃腸內視鏡、X光攝影、斷層掃描、核磁共振掃描、正子攝影掃描。有些健診顧客常以為單一檢查即能達到癌症檢查的效果是不對



▲透過無痛內視鏡檢查對於消化道癌症可更正確的診斷



的觀念。例如有人以為癌症指標抽血正常即代表無癌症，但因為有些癌症病人其血液中的癌症指標（tumor marker）是正常的，需佐以其他檢查如超音波、胃腸內視鏡、X光攝影等，方能對癌症有更正確的診斷。

一般人對於癌症知識不足，但又懼怕罹患癌症。癌症的預防需由多方面著手，首先是由生活習慣開始，例如維持規律的生活作息，充足的睡眠，適量的運動，保持正常排便習慣、戒菸、酒及

檳榔。其次是飲食習慣，攝取新鮮食物且均衡營養、定時定量、減少食用醃製食品或刺激性或化學劑處理過食品，當然也須避免燒焦碳化的食物。再次是生活環境，不要過度曝曬在太陽下、避免放射性物質照射、避免接觸易致癌的化學藥劑等。最後則是找一個有信譽，且可提供各種癌症檢查方法的健康檢查機構，定期檢查更是所有防癌措施中不可獲缺的一項。☺

長庚醫療財團法人 桃園長庚紀念醫院 宗旨、核心價值及目標

- 宗旨** 不以營利為目的，從事醫療事業促進社公益福利。
- 任務** 服務、教學、研究。
- 目標** 要做就做最好的，落實全人醫療健構完整的健康照護體系。
- 理念** 取之社會，用之社會。
人本濟世，病患優先。
勤勞樸實，深耕生根。
- 願景** 成為人文、科技、團隊、學習及資訊的長庚。
- 核心價值** 人本濟世，勤勞樸實。
- 角色功能** 提供急慢性完整持續性醫療照護，
發展中西醫結合及特色醫療服務，
重視社區之健康促進及弱勢關懷。

