
第一章 甚麼是癌症？

甚麼是癌症？

癌症是由於不正常的細胞無規則地生長而引起的一組疾病的總稱。病態的細胞會形成腫塊，這些腫塊稱為腫瘤。腫瘤可分為良性（非癌）或惡性（癌）兩種。惡性腫瘤侵入並毀滅鄰近的組織及器官，並能擴散到身體其它的部位。

癌症常識

許多人對癌症都有一些了解，但是都不願面對這種疾病，同時也不知如何去應付。

早期發現的癌症，治療效果比較成功。現時的癌症存活率比以前高得多，因為定期檢查身體和留意癌症早期的警號，是癌症存活率提高的主要原因。

常見的癌症和徵狀是什麼？

- 肺：長期咳嗽不愈，咳嗽有血，呼吸短促。
- 胸：乳房有腫塊，乳房形狀改變，乳頭有分泌物。
- 結腸和直腸：大便習慣改變，直腸出血，大便中有血，呈鮮紅或黑色。
- 前列腺(男性)：小便困難或小便時疼痛，小便頻繁，特別在夜間。
- 子宮，卵巢，子宮頸(婦女)：更年期後出血，陰道有異常的分泌物，腹部增大，性交時疼痛。
- 肝：腹部右上部份有脹滿或下墜的感覺，偶有黃疸出現或肝脹大引致疼痛，有時病人或醫生意外地發現瘤，有時在作例行全身檢查時發現，腫塊多位於腹部的右上部。
- 鼻咽癌：
 - 鼻：呼吸阻塞，流膿，出血。
 - 耳：聽覺漸失或完全失去，耳鳴、耳痛、流膿。
 - 頸：有一個或數個腫塊。
 - 喉：聲音沙啞或吞嚥困難。

- 皮膚：傷口不易愈合，疣或痣的形狀，大小或顏色起變化，皮膚上突然出現痣。

如果發現有以上任何徵狀怎麼辦？

如果發現有上述的徵狀，應立即與醫生聯絡，不要拖延。這些徵狀有可能是因其他疾病引致而不是癌症。請記住，疼痛通常不是癌症的早期警號。

並有些人誤認為這些症狀是因年老所致，因此不加以理會，以為這些症狀並不重要而不告訴醫生。如有任何問題都要請教醫生。在見醫生前先把問題寫下來，見醫生時，也要把醫生的話記下來。

應該做哪一些常規檢查？

醫生會根據你的年齡、性別、病史及家庭成員的病史來建議你應做那一些檢查，以及檢查的頻密次數。如果你過去曾患癌症，或家中成員患有癌症，又或者患過其他疾病，檢查次數就應頻密些。

- 大便隱血試驗：收集一個或數個大便樣本，檢查大便中是否有隱血。大便中含血可能是直腸或結腸癌的症狀。醫生會給你簡單的收集大便工具(檢驗腸癌抹片)，可以在家中收集大便，然後郵寄或送回醫生的診所。
- 直腸檢查：醫生用帶上手套的手指為你檢查直腸，可以檢測男性的前列腺腫瘤或男女性的直腸腫瘤。
 - 乙狀結腸鏡檢：用一種特殊的儀器檢查直腸和部份的結腸。
 - 大腸鏡檢查：類似乙狀結腸鏡檢查，可觀看整段結腸也可在同時取出息肉作進一步的化驗。
 - 鋇餐灌腸檢查：這檢查是將鋇劑灌滿腸道，然後照X光。
 - 前列腺抗體驗血檢查：此測檢是用來測量血裏面前列腺抗體的指數。指數越高，患前列腺癌的機會越大。
 - 骨盆部檢查和塗片試驗：骨盆部檢查是檢查婦女的生殖器官。醫生用一個細小的儀器以及帶有手套的手指檢查陰道、子宮和卵巢。通常亦會同時做一個塗片試驗。塗片試驗是從子宮頸處取下一些細胞，置之顯微鏡下檢查一下這些細胞是否異常。接受塗片試驗是不會感受到痛苦的。
 - 乳部X光檢查和專業性乳部檢查：乳部X光檢查是一種使用低能量X光射線來測檢乳癌的一種方法。專業性乳部檢查是由醫療人員（醫生、護士）為你做乳部檢查，以測檢乳房是否有不良變化。

如檢查結果是屬陽性，也一定就是癌症，只意味著需要做進一步的檢查。如懷疑患有癌症就需做切片檢查，在腫瘤上取下一塊組織，在顯微鏡下檢查是良性還是惡性。

患了癌症怎麼辦？

如果檢查的結果顯示你患了癌症，則應立即接受治療，千萬不可拖延。癌症是一種細胞生長異常的疾病，如不立即治療，異常的細胞會不斷地生長，並會侵犯你其他健康的組織和器官。

現今治療癌症的辦法很多，多請教幾位醫生，訂出一個滿意的治療方案，並徵求醫生的意見和是否需要請教腫瘤科專家。關於診斷和治療的效果方面的問題亦需向醫生問清楚。

減低患上癌症的最佳方法是什麼？

癌症的成因有百份之八十是與生活習慣及環境的因素有關。減少或避免接觸致癌物質，可以減低患上癌症的機會。

以下是一些減低患癌的要訣：

- 控制體重
- 不要吸煙
- 喝酒要適量 (每日不超過一至二小杯)
- 避免過度暴曬陽光 (穿著能保護皮膚的衣服，用含有防曬指數 (SPF) 15 以上太陽油)
- 避免照不必要的 X 光
- 避免接觸石棉瓦、電油產品等化學物品
- 在工作時，遵守保護健康的規則
- 多吃高纖維 (水果、蔬菜、全穀類) 和低脂肪的食物
- 少吃用鹽腌制過的或煙燻過的食物
- 使用女性賀爾蒙時應請教醫生的意見
- 在體格檢查時應包括有關防癌檢查在內
- 知道癌症的警號是甚麼

癌症有那幾個警號（徵候）？

1. 大小便的習慣失常
2. 傷口長久不愈
3. 不正常的出血或分泌
4. 乳房有硬塊或身體其他部份的組織有增厚現象
5. 消化不良或吞嚥困難
6. 疣痣的大小或顏色產生變化
7. 長期咳嗽或聲音沙啞
8. 無緣故體重減輕

Chinese
Community
Health
Resource
Center
華人
社區
健康
資源
中心
Chinese
Community
Health
Resource
Center