腸保健康

大綱：

1、癌症發生率、死亡率

2、大腸直腸癌原因

3、大腸直腸癌治療方式

4、癌症篩檢

十大死因：

(1)惡性腫瘤(癌症)　(2)心臟疾病

(3)肺炎　(4)腦血管疾病

(5)糖尿病　(6)事故傷害

(7)慢性下呼吸道疾病(8)高血壓性疾病

(9)腎炎腎病症候群及腎病變

(10)慢性肝病及肝硬化

大腸癌發生人數連15年排名第1

109年發生人數排名

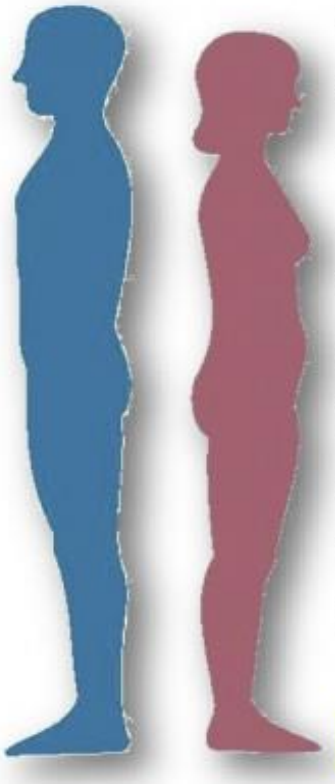
1. 大腸癌 16,829人 發生率40.5/10^5
2. 肺癌 16,370人 發生率39.1/10^5
3. 女性乳癌 15,259人 發生率82.1/10^5
4. 肝癌 10,982人 發生率26.1/10^5
5. 口腔癌 8,277人 發生率21.8/10^5
6. 攝護腺癌 7,178人 發生率34.9/10^5
7. 甲狀腺癌 4,932人 發生率15.7/10^5
8. 胃癌 4,257人 發生率9.9 /10^5
9. 皮膚癌 4,232人 發生率9.5 /10^5
10. 非何杰金氏淋巴瘤 3,118人 發生率8.1 /10^5

註: 1. 本署癌症登記資料（不含原位癌）
2. 此張標準化率係以西元2000年世界標準人口為標準人口計算(單位為每10萬人口)。
3. 圖片來源：Flaticon （www.flaticon.com ）

109年臺灣男女性10大癌症標準化發生率

男性

(9,477人)大腸	48.6/10^5
(8,877人)肺、支氣管及氣管	44.7/10^5
(7,474人)口腔	40.9/10^5
(7,617人)肝及肝內膽管	39.1/10^5
(7,178人)攝護腺	34.9/10^5
(2,668人)食道	14.2/10^5
(2,464人)胃	12.3/10^5
(2,324人)皮膚	11.5/10^5
(1,549人)白血症	9.9/10^5
(1,719人)非何杰金氏淋巴瘤	9.5/10^5
(12,546人)其他癌症	
(63,893人) 總計	336.2/10^5



女性

82.1/10^5	乳房(15,259人)
34.6/10^5	肺、支氣管及氣管(7,493人)
33.3/10^5	大腸(7,352人)
23.5/10^5	甲狀腺(3,715人)
16.3/10^5	子宮體(3,032人)
14.3/10^5	肝及肝內膽管 (3,365人)
10.7/10^5	卵巢、輸卵管及寬韌帶(1,824人)
7.9/10^5	胃(1,793人)
7.8/10^5	皮膚(1,908人)
7.8/10^5	子宮頸(1,436人)
	其他癌症(10,909人)
292.8/10^5 總計	(58,086人)

資料來源：本署癌症登記資料(不含原位癌)
1.依標準化發生率（單位為每10萬人口）之高低順序，由上至下排列。
2.標準化率係以西元2000年世界標準人口為標準人口計算(單位為每10萬人口)。

國民健康署 13

十大癌症死亡率依序：

(1)氣管、支氣管和肺癌
(2)肝和肝內膽管癌
(3)結腸、直腸和肛門癌
(4)女性乳癌
(5)口腔癌
(6)前列腺(攝護腺)癌(7)胰臟癌(8)胃癌
(9)食道癌(10)卵巢癌

~大腸直腸癌原因~

1、飲食西化、精緻化

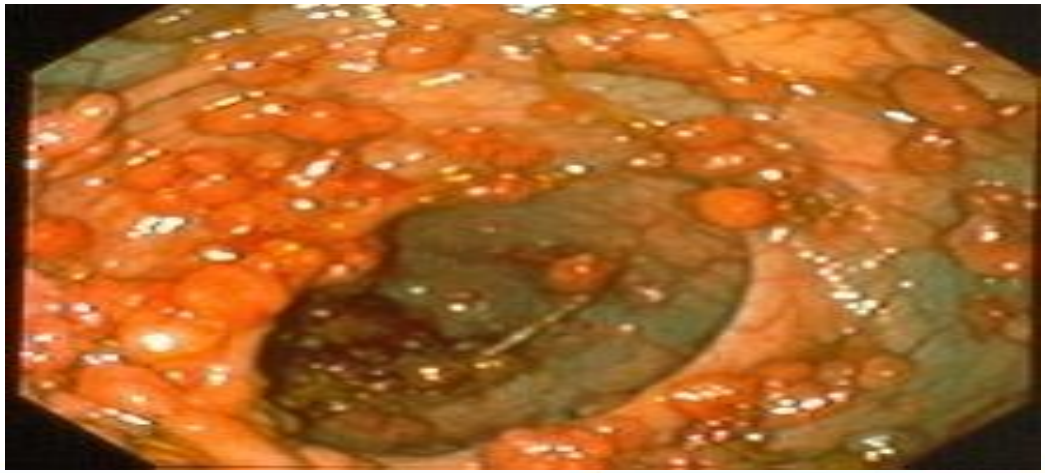
2、生活習慣改變

3、身體活動量不足(久坐)

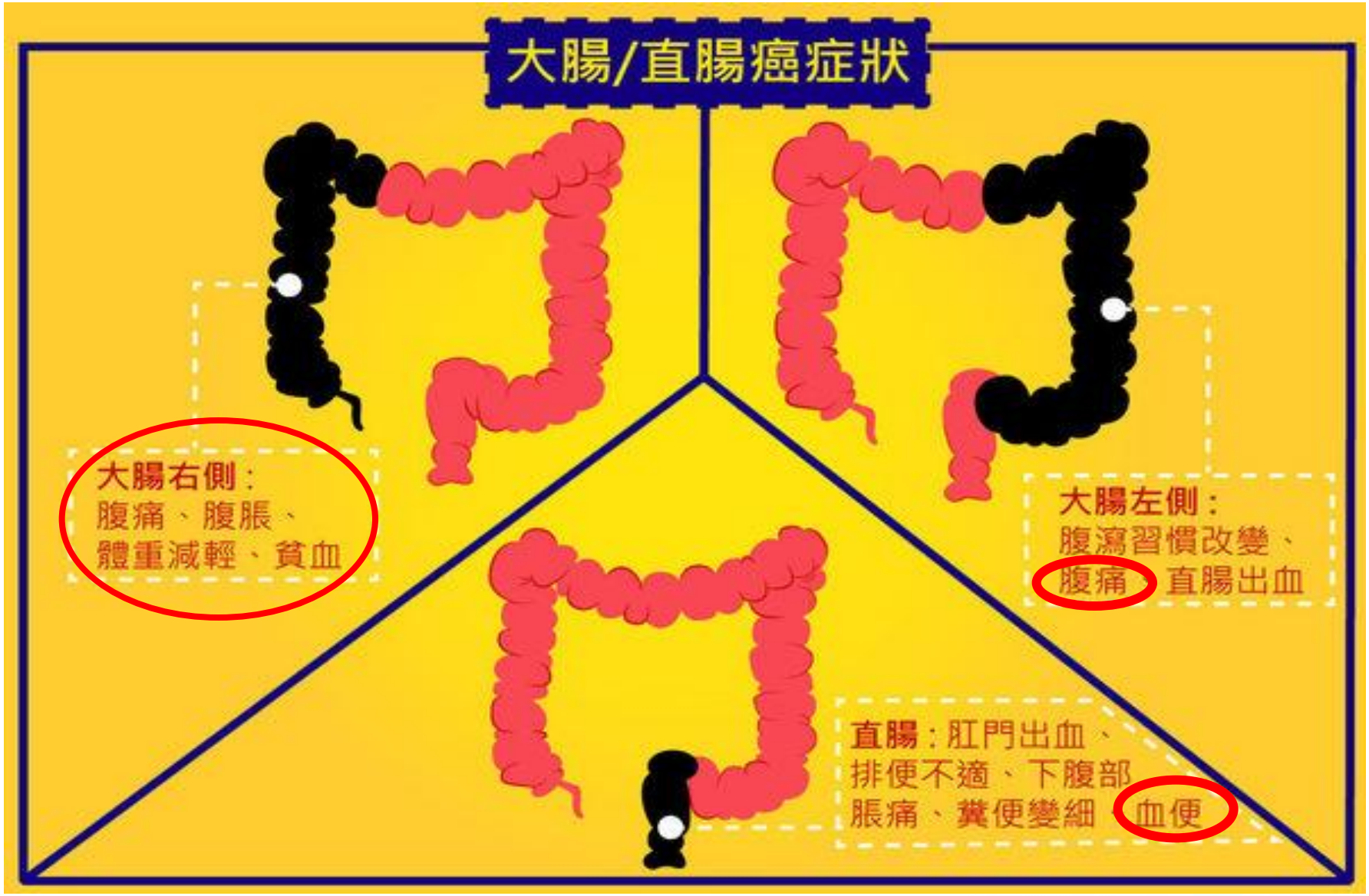
4、家族遺傳病史

家族性腺瘤性瘜肉症（Familial Adenomatous Polyposis）顯性遺傳

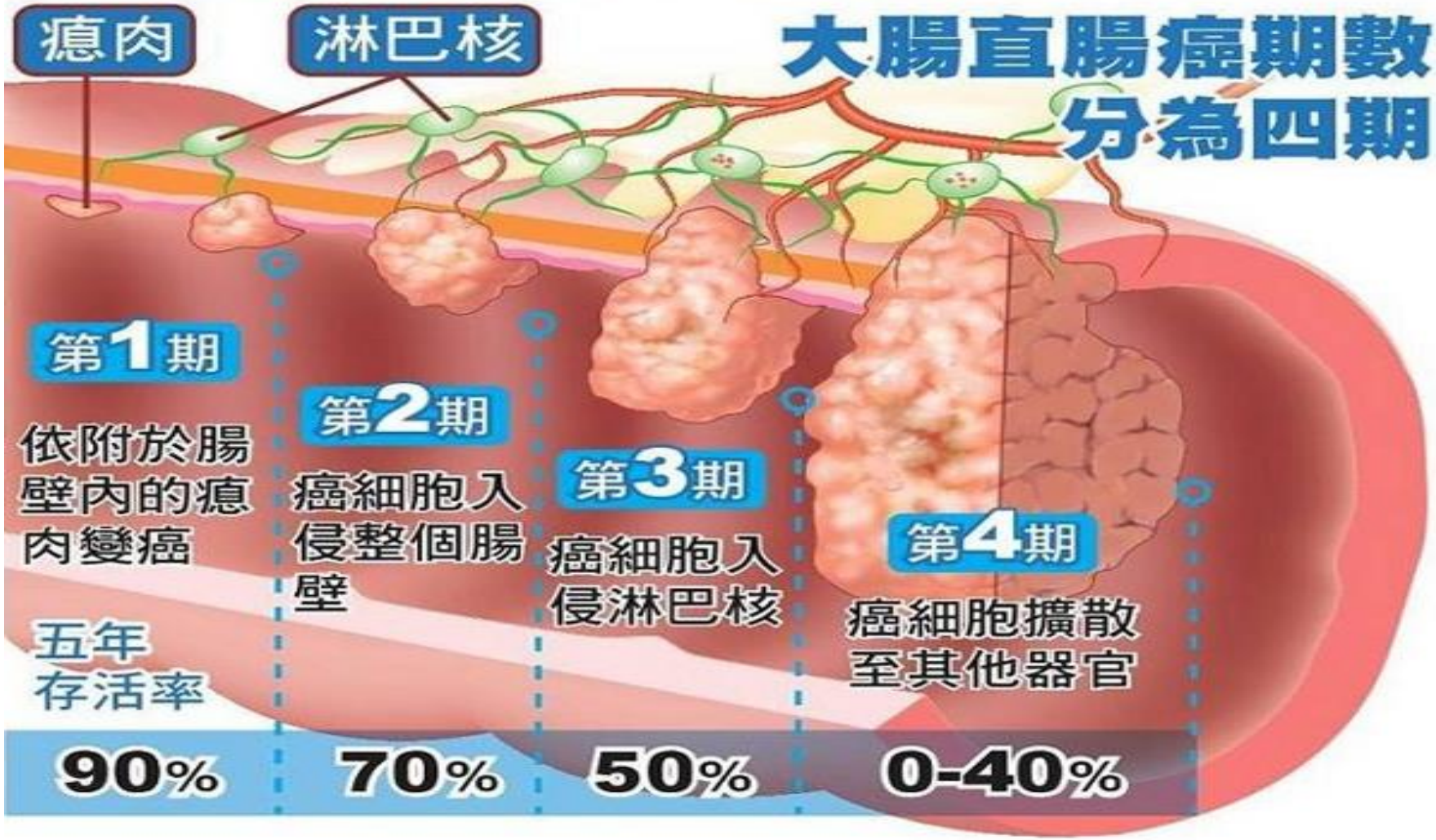
通常在青春期之後，大腸內就出現數十到上百，甚至上千個大大小小的瘜肉，都會有APC基因的突變，而這些腺瘤性瘜肉慢慢長大，細胞會分化不良，最後變成腺癌。



炎性腸道疾病
潰瘍性大腸炎及克隆氏症


大腸/直腸癌症狀
大腸右側：
腹痛、腹脹、
體重減輕、貧血
大腸左側：
腹瀉習慣改變、
腹痛、直腸出血
直腸：肛門出血、
排便不適、下腹部
脹痛、糞便變細、血便

大腸直腸癌期別 V.S. 存活率



大腸直腸癌治療

治療方法主要以外科手術為主、輔以放射線和化學治療及標靶治療及免疫療法。

手術、除了切除腫瘤及鄰近腸道外、對淋巴腺也行廣泛性之清除。如有淋巴腺轉移(第三期)、則應加用混合式化學治療。

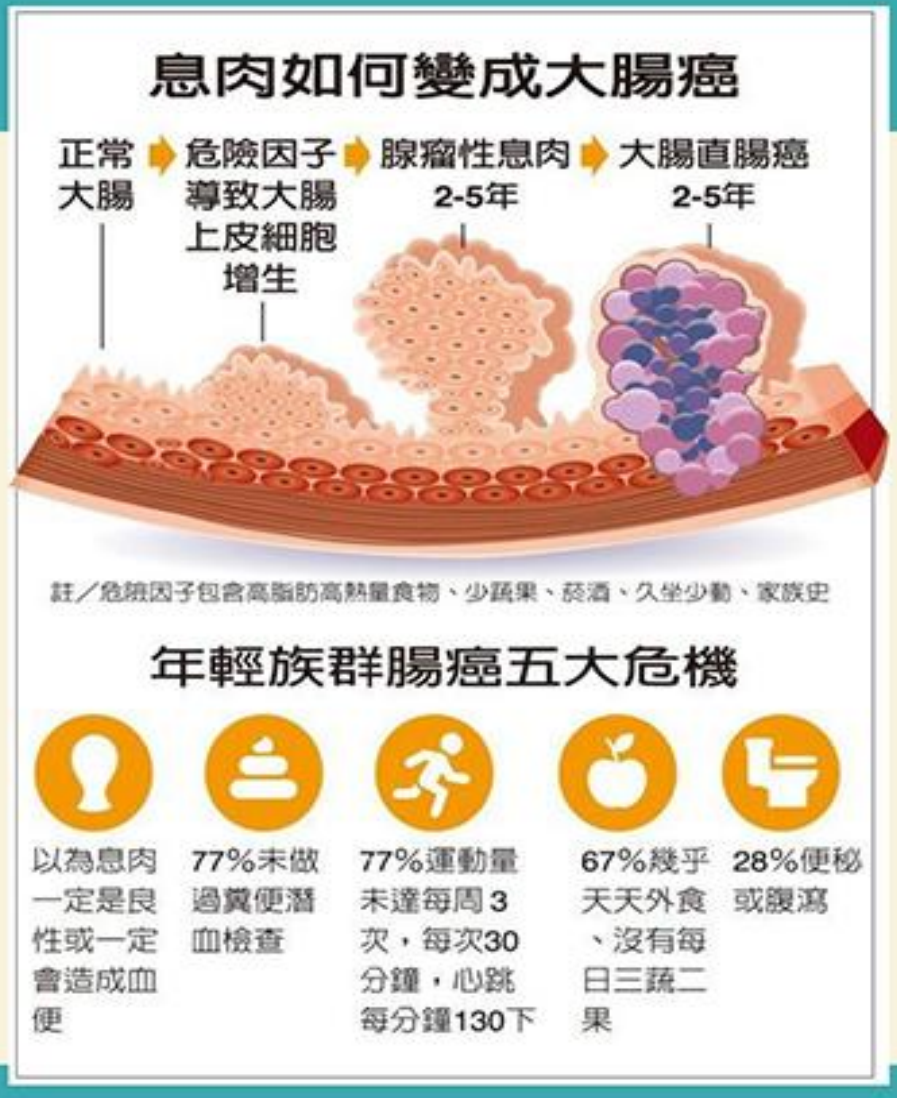
直腸癌患者，侵犯較深的病灶則增加放射線治療、以達局部控制之效。術前評估可能無法保留肛門的病人，根據臨床狀況加以術前放射線及化學治療，增加保留肛門機率。

~手術治療~

1. 傳統手術
2. 腹腔鏡手術
3. 內視鏡黏膜下切除、黏膜下剝離術
4. 放射線治療
5. 標靶藥物治療

大腸癌

- 台灣發生人數最多的癌症
- 每年約1萬多人得到，超過4千人死亡
- 有快速增加及年輕化趨勢



政府補助四大癌症篩檢

您今年做了嗎？

請持健保IC卡

免費 癌症篩檢

大腸癌

50-75歲民眾

每2年1次糞便潛血檢查

口腔癌

30歲以上民眾嚼（戒）檳榔或吸菸者/原住民18-29歲嚼（戒）檳榔者

每2年1次口腔黏膜檢查

子宮頸癌

30歲以上婦女

每年1次

子宮頸抹片檢查

乳癌

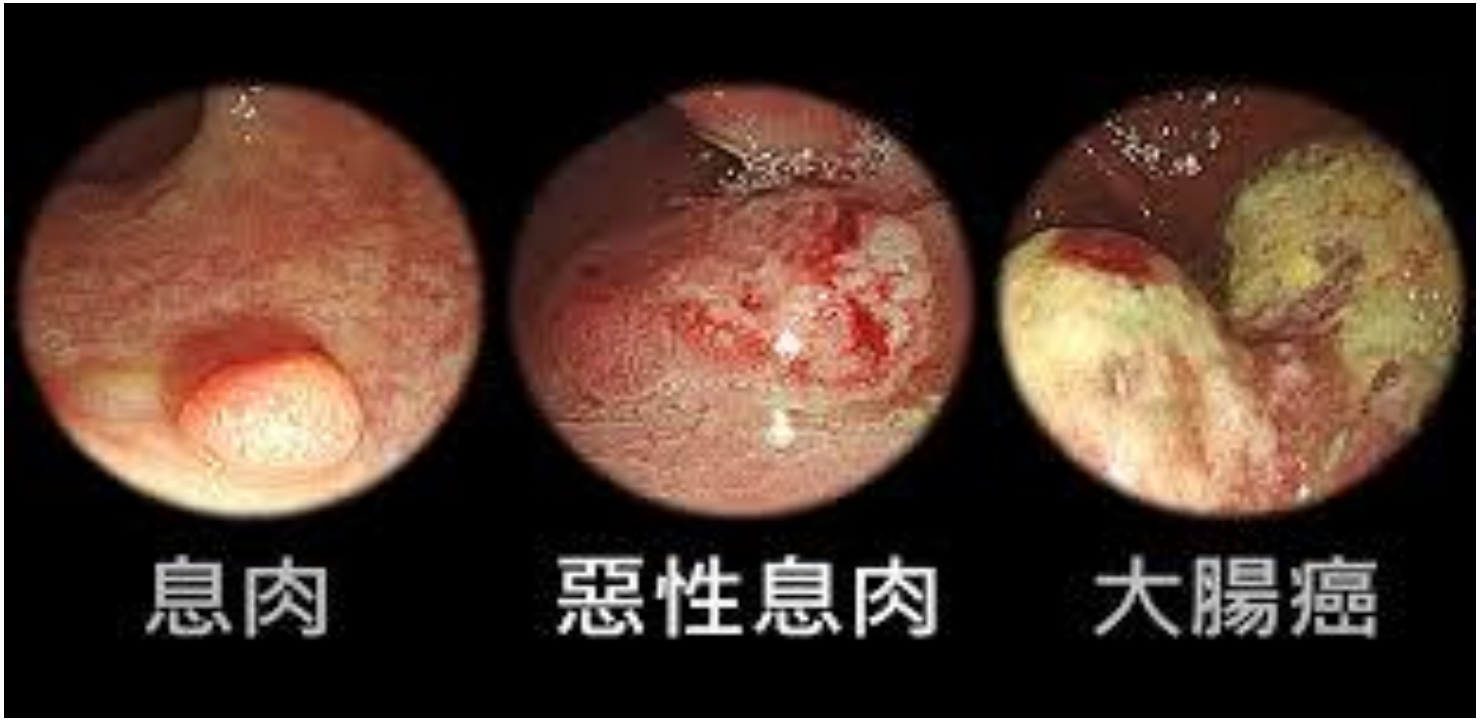
45-70歲或40-44歲二等親曾有乳癌家族史之婦女

每2年1次乳房X光攝影檢查

國泰綜合醫院

國泰醫療財團法人

大腸息肉的高危險族群



大腸息肉分幾類?

- 大腸息肉指的是大腸黏膜表面的隆起組織，由表皮不正常增生所形成
- 主要分為「增生性息肉」（hyperplastic polyps）與「腺瘤性息肉」（adenomatous polyps）兩大類

但若息肉大於0.5公分以上，則有可能是另一種也會癌化的腺瘤叫「鋸齒狀腺瘤」(sessile serrated adenomas)此時仍會考慮予以切除。

開始預防 癌症風險少3-5成

世界衛生組織指出30-50%癌症的發生是可避免的!

- 拒絕菸、酒、檳
- 身體活動:每週至少150分鐘中等強度身體活動量
- 正確的飲食習慣:均衡飲食每日攝取6大類食物，少油、少鹽、少糖
- 維持健康體重
- 適度紓解身心壓力。