

肝癌預防

胡瑞庭 主任

永綦教育基金會
肝病防治互助小組

2016年6月25日

保肝 ≠ 保肝 ？

- **肝是沉默的器官**
 - 因為沒有痛覺神經
 - 通常身體感到不對勁時，已經都是末期
- 究竟有沒有方法可以自我檢測？
- 對此**楊賢馨**教授答案是「**沒有**」

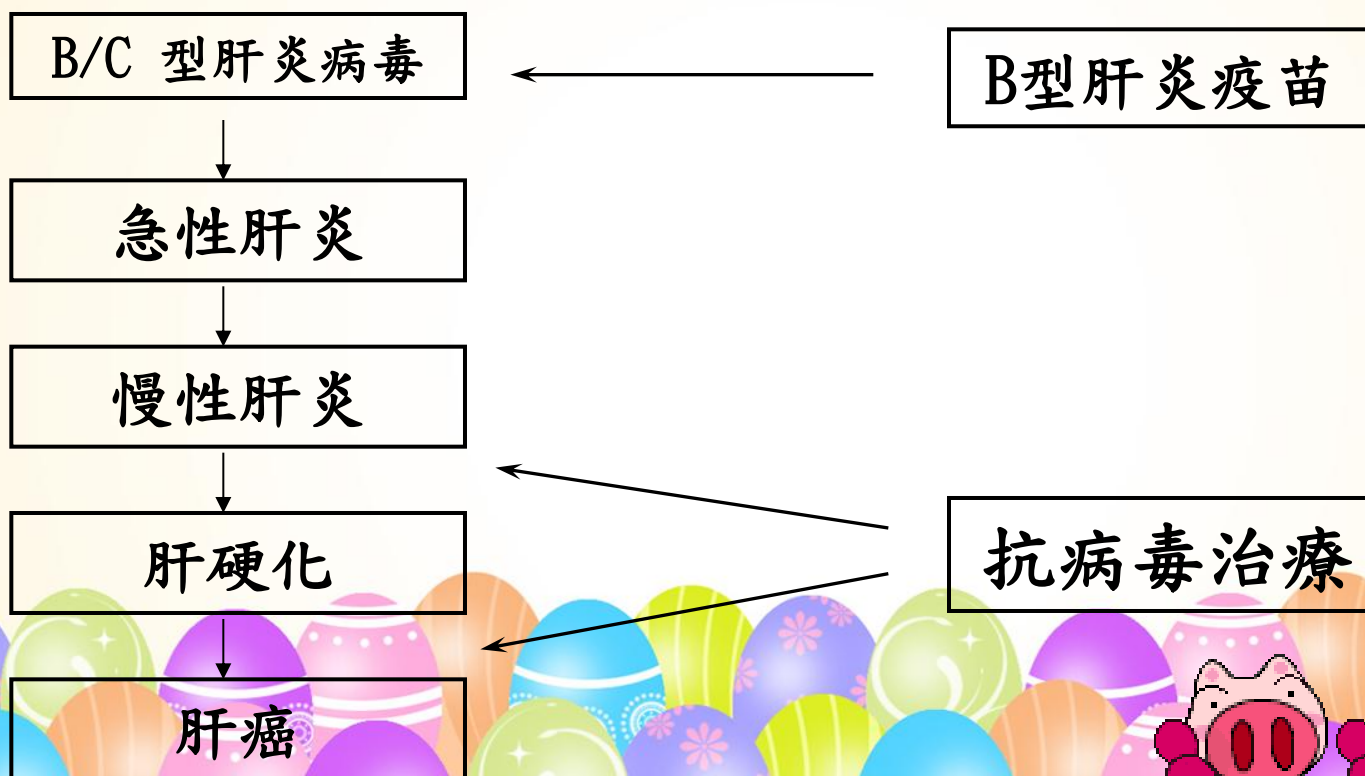


肝癌高危險群

慢性肝炎、肝硬化、肝癌家族史

肝功能異常	4.1
HBeAg 陽性	4.2
HBV DNA > 10 ⁵ copies/ml	8.9 – 10.7*
肝硬化	11.8*
每增加一歲	3.6 - 8.3 / 1.06*
抽煙、酗酒、檳榔	19*

肝癌之預防



自討苦吃的酒精性肝病

- 每天80公克已經是個危險量。
- 台灣人50%以上的缺乏分解酒精所必需的一種酵素(ALDH2), 因此容易酒醉、容易臉紅,當然酒量就比西方人少得多了,得食道癌及頭頸癌 50 倍
- 每天40公克的酒精含量持續喝個五至八年,慢性肝病、肝硬化就接腫而至。
- 40公克的酒精量約相當於白蘭地 100CC,威士忌120CC,紹興酒250CC,啤酒1000CC。



New C型肝炎藥物



ALL NEW, ALL-ORAL, IFN-FREE TREATMENT FOR GT1 CHRONIC HCV PATIENTS

不是所有DAA都一樣

	viekirax [®] 維維樂 [®] ombitasvir tablets / sofosbuvir tablets exviera [®] 易唯爾 [®] dasabuvir tablets	Harvoni 夏奉寧	Daklinza 坦克干 + Sunvepra 連威干
TFDA適應症	GT1 & GT4	GT1	GT1b (GT1a需合併干擾素使用)
使用前需測RAV	No	No	Yes
警語及其他仿單注意事項	Viekirax與Exviera禁用於中度至重度肝功能不全(Child-Pugh B與C)的病患	與Amiodarone及另一種HCV直接作用性抗病毒劑併用時的嚴重症狀性心悸	可能有肝毒性；在最初四個月治療期間應至少每2週監測一次肝臟酵素(ALT、AST)及總膽紅素，之後亦應每4週監測一次，直到治療結束為止
腎功能不全劑量調整	不需調整劑量	估計腎絲球體過濾率[eGFR] < 30 毫升/分鐘/1.73 米 ²	肌酸酐廓清率(CrCL) 低於30毫升/分鐘
肝功能不全劑量調整	Child-Pugh A 不需調整劑量	不需調整劑量	Child-Pugh A 不需調整劑量
肝移植病患	SVR 97%	SVR 96%	未有任何療效、安全性資料
HCV-HIV coinfection病患	mITT SVR >96%	SVR 96%	未有任何療效、安全性資料
藥物交互作用	有	有	有
用法			
HCV 基因型			
Genotype 1b			
無肝硬化	12 wks (SVR 100%)	12 wks (SVR > 95%)	24 wks (SVR > 97%)
有肝硬化 (代償性)	未曾接受PR治療	12 wks +RBV (SVR 99%)	12 wks (SVR > 95%)
	PR治療失敗	12 wks +RBV (SVR 98%)	24 wks (SVR 100%)
24 wks (SVR 92%)	24 wks (SVR 92%)	24 wks (SVR 92%)	24 wks (SVR 92%)
HCV 基因型			
Genotype 1a			
無肝硬化	12 wks +RBV (SVR > 95%)	12 wks (SVR > 95%)	無相關資料
有肝硬化 (代償性)	未曾接受PR治療	12 wks +RBV (SVR 97%)	12 wks (SVR > 95%)
	PR治療失敗	24 wks +RBV (SVR 95%)	24 wks (SVR 99%)
無相關資料	無相關資料	無相關資料	無相關資料

資料來源: 1.Viekirax (維維樂)和Exviera (易唯爾)中文仿單 2.Harvoni (夏奉寧)中文仿單 3.Daklinza(坦克干)和Sunvepra (連威干)中文仿單 4.Sofosbuvir(索非布韋)中文仿單

90-99%成功率！

副作用少

健保：等.....

Liver Cancer Found in Hepatitis C Patients on New Antivirals !!!!!



? 咖啡減少肝癌及慢性肝病

- 咖啡中的「綠原酸」能發揮「油切」的作用，不讓肥胖或脂肪肝找上身
- 一天若是喝3至4杯咖啡，有助於健康，但若是超過5杯，則會出現「物極必反」現象，反而阻礙脂肪消耗，讓人腹部堆積贅肉
- 一份義式濃縮咖啡的卡布奇諾，約有75毫克咖啡因，而同樣中杯的美式咖啡則有150毫克咖啡因，相當於義式咖啡的一倍
- 給予咖啡因，可以減輕肝臟的發炎與損害程度。2005年美國有兩篇研究報告，分別指出喝咖啡可降低肝功能異常的比率，而且每天喝超過兩杯咖啡者，慢性肝病的發生率會下降大約六成，尤其是酒癮、肥胖、糖尿病等病人
- 咖啡中所含的咖啡因含量約1.2%~1.5%，於熱水中溶解速度極快，尤其最初浸泡的幾分鐘咖啡因的溶出量最多
- 咖啡因使咖啡具有爽快的刺激感，並可加速脈搏跳動、消化疲勞、促進腸胃乳動及利尿等作用

肝癌之預防

- 預防肝炎，減少肝炎感染。
- 積極治療B及C型肝炎，減少肝臟持續傷害，導致肝硬化及肝癌。
- 注意環境及食品衛生，黃麴毒素可高度致癌，其他毒素如化學汙染、含砷井水及農藥殘存也都可能致癌。
- 避免飲酒過量造成酒精性肝病。



肝病生活飲食原則

- 避免不必要之血液體液接觸
 - 注射、針灸、穿耳洞、刺青、共用牙刷刮鬍刀
 - 不上色情場所
 - 不注射毒品
- 不濫服用藥物
- 戒菸、戒酒
- 肝炎疫苗預防注射
- 避免含黃麴毒素食物
- 多吃蔬菜、水果
- 均衡飲食
- 身心愉悅

