

大腸癌的早期檢測之二

筆者於 1 月的文章中已分析了大腸癌篩查所用的不同方法的利弊及困難。現在政府資助的「大腸癌篩查先導計劃」已展開，市民可配合此思維作自己個人化的預防方案。

一級預防為上策

2012 年，大腸癌（Colorectal cancer, CRC）的發病率佔全球癌症的 10%。而過半在已發達國家發病，因為現代的起居飲食文化帶來了致癌的風險。整體來看，大腸癌是全球第四大最常見的致命癌症，2012 年約有近 70 萬宗死亡個案。

一級預防對於患大腸癌有較低風險的人群，是非常重要的，例如：增加膳食纖維的攝入量，如蔬菜、水果，減少紅肉或加工肉類的攝入，增加體力鍛煉，保持健康的體重，戒煙，避免或限制酒精飲品的攝入等。

尋找瘰肉減風險

2013 年，大腸癌是本港最常見的癌症，發病個案共有 4769 宗，佔所有癌症發病個案的 16.5%。2014 年，因大腸癌而死亡的人數為 2034 例，是第二大最常見的致命癌症，佔所有因癌症而死亡之人數的 14.7%。發病風險在 50 歲後增加，而差不多一半發現時已是第三或四期。

大腸癌源於大腸壁的細胞異常增生。大多數大腸癌由一粒細小的瘰肉開始。瘰肉通常是良性的，但有些會慢慢演變為癌症。這種變化可以歷時十年或以上。早期篩查、鑑別並切除瘰肉將可減低其發展成為侵入性疾病的機會。

一般風險篩查建議

政府「癌症事務統籌委員會」下設的「癌症預防及普查專家工作小組」给出了一些建議與指引。

年齡處於 50-75 歲的一般風險人群應考慮以下方法之一：

1. 每一年或兩年進行一次糞便潛血試驗（Faecal Occult Blood Test, FOBT）。
2. 每五年進行一次乙狀結腸鏡（flexible sigmoidoscopy, FS）檢查。
3. 每十年進行一次結腸鏡（colonoscopy）檢查。

上列三種篩查方法均可降低大腸癌的死亡率。臨床試驗顯示，FOBT 可降低 15-33% 的死亡率。隨機對照試驗（RCTs）Meta 分析表明，乙狀結腸鏡可降低遠端大腸癌（Distal Colorectal Cancer）死亡率 46%。而結腸鏡篩查，雖然尚沒有這方

面的隨機對照試驗發表，但觀察性研究 Meta 分析表明其可能降低遠端大腸癌的死亡率。

高風險人群的篩查建議

對於遺傳性非息肉性大腸癌（Hereditary non-polyposis, HNC）突變基因攜帶者，專家小組建議從 25 歲開始，每一年或兩年進行結腸鏡篩查（colonoscopy）。

對於家族性腺瘤性息肉（Familial adenomatous polyposis, FAP）突變基因攜帶者，建議從 12 歲開始，每兩年進行一次乙狀結腸鏡（FS）篩查。

對於有一個或多個直系親屬在 60 歲或以下被診斷為結直腸癌的人群，建議應從 40 歲開始，或被診斷為結直腸癌的親屬最年輕的年齡之前 10 年，但不早於 12 歲，每 3-5 年進行一次結腸鏡檢查（colonoscopy）。

只限 60-70 歲人士的先導計劃

衛生署將於二零一六年下半年度開展為期三年政府資助的「大腸癌篩查先導計劃」，以減少大腸癌發病及致死的機會。其目標人群為 61 至 70 歲的本港居民，若處在此年齡段，即可分階段參加。政府會為參加篩查的人士提供資助。個別醫生或會在扣除政府資助後，收取額外費用。費用將會在此計劃網站 www.colonscreen.gov.hk 及診所內的專用海報展示。

但對另外一些人群而言，則不應該進行篩查，包括：

1. 已出現任何病徵的人士。
2. 已在一定時間內進行了大腸癌篩查，例如 10 年內進行了結腸鏡篩查。
3. 身體狀況衰弱、患有末期病患或有心肺失償情況的人士。

篩查是用糞便潛血試驗（FOBT）中最可靠的 Quantitative Faecal Immunochemical Test（FIT）（量化免疫化學測試）。而對於此糞便測試結果呈陽性的參與者，在進行結腸鏡檢查時，將會移除病變部位進行組織學檢查。雖然結腸鏡一般是安全的，但仍有可能有一些潛在的併發症，包括腸穿孔（0.01-0.03%）及大出血（0.1-0.6%）。

「醫健通」——為何忘記子宮頸癌？

此先導計劃，需使用「eHealth 醫健通」平台，這一建基於醫管局公私營病歷互通計劃，經多年的策劃後，可供全港市民使用的資訊基建平台 eHealth 已於今年 3 月 7 日正式啟動。其可保存完整的健康紀錄，供醫護提供者在線查閱，為護理服務提供適時及準確的資料並減少重複的檢查和治療。若沒有「醫健通」，此大腸癌篩查計劃根本不能如此方便及有效率地運作。回顧 2004 年衛生署推出的

子宮頸癌篩查平台，則有天壤之別。十二年後，這不成功的項目，應可與大腸癌計劃看齊，改善預防對婦女健康威脅的一大殺手。

黃譚智媛 醫生
香港大學醫學院榮譽教授