

出現病徵前做癌症篩查

都市人愈來愈注重健康，市民參與身體檢查亦較以往積極。除了基本的身體檢查外，癌症篩查亦不容忽視，尤其是有家族史和高危因素的市民，更應主動跟家庭醫生商量及制定合適的檢查項目，在未有癌症病徵時發現癌症，不但能大大減低死亡率，更可增加治癒的機會。

癌症篩查是指通過有系統的方法，向沒有癌症病徵的人士進行檢測，在沒有癌症病徵的人群中找出患癌的人，希望可以及早治療，從而減低某種癌症的死亡率。目前，子宮頸癌、大腸癌、乳癌及前列腺癌均有篩查工具助市民及

早進行檢測，當中以子宮頸癌和大腸癌篩查的成效得到肯定。雖然乳癌及前列腺癌篩查的成效於國際間仍具爭議，但市民可聽從醫生的建議看看是否需要篩查。

每個人的身體狀況不一，不論做哪種癌症檢測項目，也應先跟醫生多作了解及溝通，由醫生建議並安排適合自己的檢測。首次篩查的時間會因應不同的癌症種類和是否有家族史而有所不同。

以大腸癌篩查為例，若市民的近親曾罹患此癌症，便需於其罹患的年歲提早10年開始首次大腸癌篩查；健康且沒有高危因素的市民

則可於50歲時首次檢測；就算檢測結果正常亦應在日後定期檢測，同時留意自己的身體狀況，一旦出現癌症病徵，亦應立即求醫，不該等待下次篩查才一併檢測。

然而，面對癌症篩查，很多市民會有所混淆，以為「無病無痛」應進行基本身體檢查，身體感到不妥並懷疑患癌時才需要進行癌症篩查，這個想法是錯誤的。不論是基本身體檢查還是癌症篩查，其實也有需要，市民應自發跟醫生商量，並依從其建議再決定應否進行癌症檢測。

此外，其實大部分癌症是可以預防的，建立健康的飲食模式、適量運動、戒煙戒酒等都可減少癌症的發生。

作者為臨床腫瘤科專科醫生