



撰文：曾礎喬

做大腸鏡檢查時
若發現有瘻肉，
多會即時切除。

根據醫管局癌症資料中心最新數字，大腸癌（包括結腸和直腸癌）已躍升為本港頭號癌症，每年新症有4,400多宗，即平均每日有超過10人首次被確診患有腸癌；而每年死於這病的有1,800多人，數目相當龐大。腸胃及肝臟專科醫生蕭嘉輝指出，預防腸癌主要靠健康的生活及飲食習慣，但也有更實際的方法，就是及早進行篩檢，例如按美國腸胃專科協會或其他世界性腸胃科協會建議接受大腸鏡檢查。

頭號篩檢武器 對付頭號癌症

蕭嘉輝醫生首先表示，本港大腸癌數字飆升的原因，主要和近數十年來香港人飲食西化有關，因此發病數字也和西方國家一起上升。

「這趨勢其實醫學界在很多年前已經預見。至於大腸癌的篩檢，也講了很多年，但常見的篩檢方法如『大便隱血檢查』，市民要自行採集大便樣本交回，十分不便。目前最準確的篩檢方法仍是大腸鏡檢查，但市民誤解更多，這主要是因為宣傳不足，以致大部分病人都是60多歲、已有大腸癌症狀才接受第一次的大腸鏡檢查，50歲或以下主動想做大腸鏡檢查的例子較少。」

50歲應接受大腸鏡檢查

現時世界性腸胃科協會均建議，50歲應接受第一次大

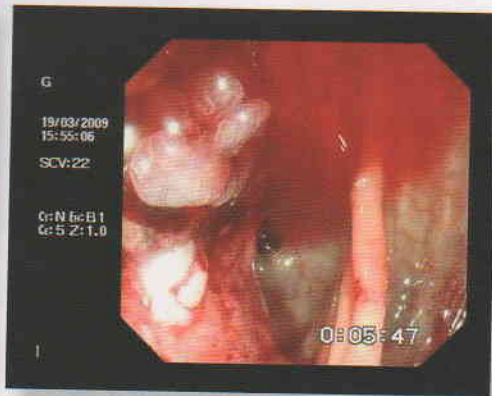
腸鏡檢查，若證實沒有癌症迹象，之後每年做一次大便隱血檢查即可。不過，以上只是對於低風險人士的建議。

「至於高風險因素有很多，例如家中曾有成員在65歲前患上大腸癌，其他成員便應比這位成員發病的年齡早10年開始接受大腸鏡檢查。而有心血管疾病、糖尿病等的人，研究顯示他們大腸有瘻肉的風險會比常人高，也應主動接受大腸鏡檢查，因為有部分瘻肉在5-10年甚至更短時間內便可變成大腸癌。」蕭醫生說。

此外，遺傳性大腸癌的基因很特別，和乳癌、卵巢癌、尿道癌的基因相連，所以醫學界建議，若家中有兩位或以上的近親患過上述幾種癌症（包括大腸癌），即使自己還未到50歲，沒有任何大腸癌的症狀，也值得盡快接受一次大腸鏡檢查。



▲大腸鏡看到的普通瘻肉



▲大腸鏡看到的癌症



▲腸胃及肝臟專科醫生蕭嘉輝

病人在檢查期間會睡覺

一般人對大腸鏡檢查的誤解，是檢查過程會十分辛苦。蕭醫生糾正說：「其實現時的檢查步驟已不太辛苦，病人先要戒口三日(只吃低渣食物)，然後在檢查前一晚飲水兩次，每次150ml，這些瀉水大多是橙汁味道的，並在兩次瀉水中間盡量多飲清水，檢查前必須空肚4-6小時。至於檢查過程，大腸鏡長1.6米，粗幼約如中指般，會順到尾檢視整條大腸，包括小腸的末端，因為有些小腸病變會躲在這裡。病人在檢查期間會睡著覺，整個檢查時10-40分鐘，視乎檢查期間有什麼工作要做。」

最常見的工作就是發現大腸內有瘻肉，於是需要用大腸鏡即時切除，然後送去檢查，由病理學醫生在顯微鏡下分辨是否癌症。當然也有可能透過大腸鏡已看到有癌症，這情況下也要切出一點腫瘤組織，先確定是哪一種腸癌，及早制訂適當的治療方法。

大腸鏡檢查的風險方面，病人一般的最大不適是會感覺少許痛楚，或切除瘻肉後傷口可能會流血，另約有1/3,000的風險會刺穿大腸，整體而言還是相當安全的。

大腸鏡檢查前準備及飲食指引

檢查前準備

病人在檢查前3日必須食用低纖維餐。如病人服用鐵質補充劑，須在檢查前3-4日停服。病人必須先服用強力清瀉藥，將大腸內的大便全部排出，使醫生能準確地觀察大腸壁的病變。

病人如有其他疾病如糖尿病、高血壓、心臟瓣膜性疾病或懷孕等，須告訴醫生並聽從醫生指示服藥。病人亦應提供目前所服用藥物的詳情，特別是某些影響凝血的藥物，及任何過敏反應資料。病人不宜親自駕駛前來，亦應避免在檢查前飲酒、抽煙或服用不當分量的鎮靜藥物。年老、行動不便的病人宜由家人陪伴前來檢查。

食指引(主要為低渣飲食)

物種類	可進食	不可進食
飲品	開水、茶、咖啡、汽水、清湯	奶、有渣的汁/湯。
麵類	白米、白麵包、米粉、蛋麵、河粉(須不含粗穀麥類)。	粗穀類：糙米、紅米及其製成品、麥皮、燕麥。
果/菜類	隔渣：果汁/菜汁。	所有蔬菜、瓜類及水果。
肉類	肉類、海產、蛋類。	堅韌肉類及皮層：如魷魚、牛筋、豬皮。
類製成品	豆腐、枝竹、腐竹、甜竹。	各種豆類、果仁及種子。

提供：蕭嘉輝醫生