

# 癌症防治護理指導單

## 一、認識癌症危險因子

1. 口腔癌：吸菸、嚼檳榔、喝酒。
2. 大腸直腸癌：
  - (1) 得過潰瘍性結腸炎、息肉症或大腸直腸癌。
  - (2) 有家族性息肉症或大腸直腸癌。
  - (3) 有一等親屬曾罹患大腸直腸癌。
  - (4) 親屬有2人以上得到癌症。
  - (5) 偏好高脂、高熱量飲食。
3. 肝癌：喝酒、慢性B型肝炎、B型肝炎帶原者、C型肝炎、肝硬化。
4. 肺癌：
  - (1) 吸菸、長期在二手菸的生活環境中。
  - (2) 持續性咳嗽（超過三個月）。
  - (3) 有結核病史。
  - (4) 經常下廚煮食做菜或高溫炒炸食物。
  - (5) 因職業暴露於危險物質，如石棉工廠。
5. 乳癌：
  - (1) 一側乳房得過乳癌。
  - (2) 一等親屬曾罹患乳癌。
  - (3) 未曾生育或第一胎在30歲以後。
  - (4) 初經早或停經晚。
  - (5) 使用荷爾蒙補充劑。
  - (6) 長期使用口服避孕藥。
  - (7) 停經後肥胖。
  - (8) 偏好高脂、高熱量飲食。
  - (9) 抽菸。
6. 子宮頸癌：
  - (1) 經由性行為感染人類乳突病毒。
  - (2) 太早有性交經驗。
  - (3) 有多重性伴侶。
  - (4) 愛滋病者或帶原者。



## 二、定期篩檢

1. 口腔癌：18歲以上有吸菸、喝酒或嚼檳榔的民眾，應定期接受口腔黏膜檢查。
2. 大腸直腸癌：50-69歲民眾，糞便潛血檢查每2年1次。如父母、子女或兄弟姊妹曾罹患大腸直腸癌之民眾，每五年接受全大腸鏡檢查。
3. 肝癌：肝硬化、慢性B型肝炎或帶原者、C型肝炎每4-6個月追查甲型胎兒蛋白或腹部超音波檢查。
4. 肺癌：胸部X光攝影檢查。
5. 乳癌：女性每月定期乳房自我檢查；35歲以後，每年接受專科醫師檢查；50-69歲，每2年1次接受乳房攝影檢查。
6. 子宮頸癌：30歲以上婦女，每3年至少接受1次子宮頸抹片檢查，補助為每年1次。

## 三、認識癌症症狀

1. 口腔癌：口腔黏膜白斑、紅腫；舌頭變硬。
2. 大腸直腸癌：大便形狀變細、血便黏液、潛血反應；體重下降、貧血、排便習慣改變。
3. 肝癌：腹痛、腹脹、疲倦、食慾不振、體重下降、黃疸、腹水。
4. 肺癌：咳嗽、聲音沙啞、痰中帶血、呼吸急促、吞嚥困難、噁心嘔吐。
5. 乳癌：
  - (1) 不會疼痛，無法移動的硬塊。
  - (2) 乳頭凹陷有異常分泌物。
  - (3) 乳房表面皮膚橘皮樣化，或有紅腫、潰爛。
  - (4) 乳房大小或乳頭高低的改變，而不對稱。
  - (5) 腋下及鎖骨附近淋巴結腫大。
6. 子宮頸癌：惡臭的分泌物、**祝您健康愉快！**  
不正常陰道出血。



北醫健康諮詢專線(02)2738-7416



臺北醫學大學附設醫院  
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL

957  
印製