

萬芳醫院癌症中心邱宗傑主任，淺談癌症防治

癌症從民國 70 年代開始已成為國人 10 大死因的頭號敵人，讓國人談癌色變。癌症發生的原因一般脫離不了基因的變異，再加上環境、飲食、生活方式的誘導、年齡老化及免疫功能監督系統的弱化和老化所致。癌症基因屬於遺傳因素個人無法加以改變，但一些環境、生活飲食等方式卻可透過個人、社會及政府的力量來加以扭轉。



有關癌症的治療方式，不外乎是外科手術切除、放射治療、化學藥物及免疫治療等。治療的結果與疾病的種類、病理細胞分化程度、期別，以及年齡、體能狀況、是否有其他共病等有關。疾病愈早期，體能狀況愈佳，心理及信心愈堅強，家庭及社會支持度越好等，病人的治療效果就越顯著。以肺癌為例，若診斷為第一期，治療後的 5 年存活率約有 80% 以上，但若為

第四期則 5 年存活率只剩 10% 不到，乳癌及大腸癌等也有類似的情形。

早期發現、早期治療是癌症治療的不二法門，至於一些癌症，如肺癌、大腸癌等，若能在零期時就被發現並治療，其 5 年存活率更幾乎可達 100%。近 3、40 年來，由於生物科技研究的進展，除了在致病基因和腫瘤細胞生物學的研究等方面有長足的突破外，在藥物發展上更有傲人的進步和成長，如標靶、免疫、細胞治療等。雖然上述的治療方式能有效改善及控制晚期癌症病人的病情，進而延長病人的生命，但仍舊無法完全達到治癒病人的目標。【左圖：萬芳醫院癌症中心邱宗傑主任】

因此，如何預防癌症的發生仍是降低和避免癌症死亡的最好方式，比如肺癌的發生和吸菸及暴露在環境空氣中的 pm2.5 粒子等有關，因此若能避免吸菸、減少環境污染，改善空氣品質，就能降低甚至避免肺癌的發生；而大腸癌則與飲食生活型態等有關，若能減少或避免高油脂飲食的攝取，和多進食高纖食物，避免便秘等，即可降低大腸癌的發生。

總之，癌症防治的最高準則是預防癌症的發生，其次是早期發現、早期治療，切莫等待癌症已進展到較晚期的情況，才開始尋求醫療的救援。而預防勝於治療，更是消滅癌症的最好利器和唯一法則。（文/邱宗傑，萬芳醫院癌症中心主任）