

# 協和醫院

PACIFIC ALLIANCE MEDICAL CENTER  
回饋社會, 關心您的健康, 推廣社區教育節目

## "男性易罹患的癌症"

.....由協和醫院教育部主任顧汪海瑚主講.....

癌症實在是會令人非常憂慮不安, 但若能早期發現及接受治療, 痊癒率是非常高的。很多研究都指向某些生活方式及行為改變, 如戒煙、減輕體重, 多作運動, 使用防晒油等都會減少患癌的危險。而男性易罹患的癌症可包括如下:

攝護腺癌-五十歲以上最多, 約80%患者超過65歲。兩種檢查能夠診斷出早期的攝護腺

癌: 1.攝護腺特異性抗原(PSA)的血液檢驗 2.直腸肛門指檢(DRE)

肺癌-每年有超過九萬男士罹患, 也有九萬多人死於肺癌; 估計約87%是因吸煙引起的, 其他因素包括接觸化學物質如砷、氫氣、石棉和其他放射性物質。最佳預防方法是戒煙, 以免危害自己及週圍的人。如有嗆咳或久咳不愈, 咳血及持續性胸痛不適的話, 就該盡快就診。

大腸與直腸癌-每年約有六萬五千個男性病例, 其中二萬八千人會將因此死亡。任何人都可能患上, 但有家族疾例, 曾患大腸及直腸息肉, 或有炎性腸病的人, 會較其他人危險大些。此外常吃高脂及低纖維食物的人也較易患大腸與直腸癌。預防的方法包括除掉息肉, 多吃高纖維例如蔬菜水果, 少吃高脂食物例如牛肉內臟等。但最有效的防禦方法是在五十歲以上作下列任何一項檢查:

- 每年做一次大便潛血檢查, 和每五年做一次乙狀結腸鏡檢查
- 或每十年做一次大腸鏡檢查
- 或每五至十年做一次下消化道攝影術

最重要是與醫生相討自己的情況, 按個人的健康而選擇和接受最合宜的檢查。有家族病例的, 更應早點開始。

皮膚癌-雖然大部份的皮膚癌都能夠被治癒, 但黑色素瘤卻可以致命。皮膚白皙, 家族病例和18歲以前有嚴重晒傷的人特別有危險; 除了避免過度晒太陽, 自幼養成使用太陽油去保護皮膚也非常重要。女孩子愛漂亮, 使用甚麼護膚劑也不是問題, 男孩子就比較難接受, 往往不喜歡帶帽子, 穿長袖上衣及塗防晒油去保護自己, 故必須從小有正確的教育, 才能改變這些思想。例行檢查時, 無論任何年紀, 都應請醫生也一併檢查任何有異樣的變化, 馬上延醫診治。

