

## 認識大腸癌



### 一、好發年齡

大腸癌一般發生在五十歲以上的患者，在歐美各國的報告，四十歲以上的人，不論男女，得到大腸癌的機會均增加。在台灣，大腸癌患者的平均年齡要比外國低。

### 二、危險因子

- (一)飲食習慣：大腸直腸癌的形成，與肉食、高脂肪食物、低纖維食物的飲食習慣，有密切關係；而常吃穀類、高纖維，其發生率則相對較低。
- (二)家族遺傳：臨床上診斷有遺傳性大腸息肉症、及遺傳性非息肉症的大腸直腸癌。當家族成員中有人罹患此類大腸直腸癌，罹患的機率會提高。
- (三)大腸息肉：息肉是一個生長在結腸和直腸管壁內的良性組織，因大多數大腸直腸癌是由息肉發生，因此早期偵測並移除這些息肉是預防大腸直腸癌的方法。
- (四)結腸疾病史：若是有長期潰瘍性結腸炎病史，也較容易發生大腸直腸癌；此外，克隆氏症患者，其形成大腸直腸癌的機會也較高。

### 三、臨床常見症狀

肛門出血、糞便變細、便秘、腹瀉，大便習慣的改變。

### 四、臨床檢查項目

- (一)糞便潛血檢查：透過糞便檢查，可將癌症所造成肉眼看不出來的出血篩檢出來。
- (二)肛門指診：直腸癌患者一半以上可以摸到硬塊。
- (三)大腸鏡：可以看到完整的大腸。
- (四)下消化道雙重對比攝影：主要利用鋇劑和空氣灌腸進行大腸X光檢查。
- (五)腫瘤胚胎抗原：部分大腸癌病患其腫瘤胚胎抗原會增加，可透過抽血檢查出來。

### 五、治療

- (一)手術治療：是大腸癌唯一根治的療法。
- (二)輔助療法有放射治療、化學藥物治療及免疫療法等。

### 六、居家照顧

- (一)良好的飲食習慣：術後3個月內採少量多餐之低渣飲食，例如：絞碎、剁碎、煮爛的瘦肉、家禽、魚等，豆製品如：豆漿、豆腐、豆花、豆干，各種過濾的蔬菜汁，去皮、子的瓜類，菇類，各種過濾果汁，水果如：木瓜、哈密瓜、釋迦、新世紀梨、蓮霧、西瓜、香瓜、枇杷、荔枝、龍眼、香蕉等，以避免過

度刺激腸蠕動，減少加工、醃漬、燒烤、油炸、產氣、刺激性的食物，；可補充綜合維生素，若無限制每日可攝取 3000ml，並避免抽煙、喝酒。

(二)養成規律的如廁習慣。

(三)減少身心壓力、保持睡眠充足、防止過度勞累引起免疫能力降低。

(四)多運動以維持及活化腸道正常功能，促進新陳代謝及排毒功能。

(五)術後傷口須每天更換藥，傷口如有紅、腫、熱、痛及膿性分泌物的炎症反應時，須返院複診。

(六)人工肛門留置者，如果發現人工肛門變黑或狹窄，凸出或排出血便及黑便時，須馬上找醫生處理。

**\*對護理指導單張內容有任何疑問請立即來電詢問：**

健康諮詢中心，聯絡電話：02-29829111分機3169

三重院區\_\_\_\_\_病房，聯絡電話：02-29829111分機\_\_\_\_\_

板橋院區\_\_\_\_\_病房，聯絡電話：02-22575151分機\_\_\_\_\_

新北市立聯合醫院護理科 關心您的健康