

社會老齡化癌症發病率高 篩查·診斷·治療提高存活率

虽然马来西亚的社会较西方国家来得年轻化，癌症对大部分人而言，似乎是老年人专属的疾病；然而，大马统计局去年的报告预测，大马将在2030年进入60岁以上人口比例逾15%的老龄化时代，这也意味着像癌症在我国社会的发病率将逐步提升，而加强筛检、提升癌症警觉意识，可说是刻不容缓。



▲双威医疗中心肿瘤专科顾问医生 邱义祥。

老龄化社会癌症病例高

癌症在2018年是全世界及大马的第二大常见死因。卫生部今年发布的《2012-2016大马国家癌症登记报告》，我国癌症病例逐年上升，其中华人患病率最高。男性最常见癌症为结肠直肠癌、肺癌、鼻咽癌；女性最常见癌症则为乳癌、结肠直肠癌及子宫颈癌。

对于癌症发病原因，双威医疗中心肿瘤专科顾问邱义祥表示，主要风险因素在于年龄。

“当年纪大了，身体和器官逐渐老化，自然容易罹患癌症。根据现有数据，一个社会若是越老龄化，癌症比例就越高。例如西方国家和新加坡人的预期寿命，比我国长大约5到10年，老年人口比例高，患癌比例自然也就较高。”

“然而，当我国社会变得老龄化的时候，癌症比例也会慢慢赶上这些老龄化国家。”

不过，邱义祥强调，并非所有癌症都发生于高龄人群。他以大马人最常见的两种癌症——结肠直肠癌和乳癌来说，前者虽然也有年轻化的趋势，但总体而言在年轻人当中并不常见；后者则相对更为年轻化。

“从数据来看，女性癌症发病年龄是比较年轻的，造成这样的原因就是因为乳癌。女性在40岁以后患上乳癌的风险就提高，而男性可能是五、六十岁之后开始，并且以大肠癌和肺癌为主。”

“引发大肠癌和肺癌的主要因素是不良饮食、吸烟、空气污染，以及人到了年纪后细胞暴露在各种风险因素之下的时间长了而导致的；然而乳癌，尤其以华人女性来说，则是因为遗传、激素、少生或不生孩子，造成乳房受激素影响而导致乳癌发病较多、较年轻化。”

▲双威医疗中心引进国际最新医疗系统等新式医疗设备，为患者提供更多治疗上的选择。



▲双威医疗中心。

基因突变乳癌年轻化

此外，造成乳癌年轻化的另一原因是遗传所导致的基因突变，最常见的乳腺癌敏感基因 (BRCA) 突变，它会导致具有癌功能的基因无法正常发挥，造成细胞癌变。

邱义祥说，BRCA基因突变可引发乳癌、卵巢癌或前列腺癌，而乳癌中的此类病例占了总数的10至15%。因此，家族中若有人患上乳癌，也应同时家族病史中有没有人患上卵巢癌、前列腺癌或男性乳癌，这几类癌症都是相关联的，都可能是因为遗传性基因突变造成的。

对于40岁以前患上乳癌的年轻化，尤其是三阴性乳癌患者或是有强烈的家族病史者，邱义祥建议她们考虑做遗传咨询和基因检测。

因为若携带遗传性的基因突变，即使患者从乳癌中康复，也有机会患上卵巢癌等其他癌症，或是另一侧原本健康的乳房也出现癌变。因此，对于基因突变携带者，癌症治疗后的追踪复诊方式也会有所不同。

此外，若出现众多家族成员患病的情况，聚性癌症，则有可能是某些共同的生活方式造成的风险因素二引起的，例如每天吃隔夜饭、常吃加工肉、少吃菜等不健康饮食习惯，又或是肥胖、不运动、吸烟等。

“吸烟不只是造成肺癌，还包括口腔癌、声带癌、胃癌、肾癌等。其实，在香烟还没发明出来之前，肺癌病例是很少的。”



定期筛检提高存活率

我国虽然因人口较年轻化，患病率比老龄化国家低，但我国的癌症死亡率却高于这些国家。

“这主要是因为我国人民的警觉意识较低，很多病例都是到晚期才确诊，即使开始治疗也已太迟了。此外，我们的筛检筛检也不够普及，以乳癌来说，虽然政府医院有提供免费的乳房X光检查 (Mammogram)，但很少有民众去做，结肠直肠癌也是如此，很多病例都是到了第三、四期才发现。”

邱义祥不排除这也与筛检的便利性有关，例如台湾允许随检随检直肠癌的粪便潜血检查样本可通过社区药房上交而不一定需前往诊所或医院，但大马则大都由医院进行。

此外，粪便潜血检查不是最准确的检测法，若查出阳性，接下来必须做大肠镜检查才能进一步确认结果。

“粪便样本并非每次都会有隐血，因此结果不一定准确，大肠癌则能直接观察到是否有息肉或不正常的东西，然后直接切除。有严重家族病史者，最好是做大肠镜检查。”

至于更多人习惯的血缘检测，则更无法准确筛检癌症。

邱义祥指出，若可通过血液样本检测到与癌症相关的异常，那通常已经是第三或第四期了，也意味着太迟了。筛检的重点是要在癌症

早期或甚至还没有形成的时候 (例如早期或第一期) 就检测并进行干预，例如通过大肠镜检查出大肠息肉并及早切除，那患者存活率就会很高甚至可达90%以上。若到了晚期才来干预，治疗效果已大大降低。

“我国大肠癌死亡率高的一个原因就是检测不够普及及，按数据来看确诊时已经是第三或第四期的病例很多。”

乳癌、结肠直肠癌常见筛检方式及适用人群			
常见检查	乳癌	常见检查	结肠直肠癌
乳房X光造影	一般女性40岁开始每年进行一次	粪便潜血检查 (FOBT)	一般民众50岁后可每年进行一次
核磁共振扫描 (MRI)	适用需进一步检查的高风险年轻女性	大肠镜检查	一般民众50岁后可每10年进行一次，高风险者应视情况每3到5年进行一次

▲60岁以上女性应定期进行乳房X光造影，以筛查乳癌。

防癌建议

- 维持理想体重、多运动，体重过重者应节食而非靠补品保健
- 提高癌症存活率关键在于早发现早治疗，体检后应根据医生建议做进一步检查或定期复诊
- 若有症状应尽早就医以免错失治疗窗口期
- 癌症患者需戒糖的做法是错误的，因为若人体完全没有糖分，癌细胞会将蛋白质和脂肪转换成糖分来消耗，造成体重和免疫力降低
- 勿过于相信网上资讯而将防癌信息当作垃圾信息，从而被误导并耽误病情



▲设有肿瘤专科诊所、日间化疗病房、放疗手术室的双威癌症中心，为患者提供跨专科且一站式的癌症医疗服务。

多学科部门共同规划专属疗程

随着时代进步，癌症疗法也日新月异。

除了传统的放射治疗 (Radiotherapy, 也称电疗) 和化疗 (Chemotherapy)，近年来靶向疗法 (Targeted Therapy) 和免疫疗法 (Immunotherapy) 也开始为大众熟悉。

此外，机器人辅助的微创手术、腹腔镜手术也成为癌症疗法中的“新贵”。其中新式放疗科技将肿瘤精准定位，以双威医疗中心而言，所设置的放疗设备就包括 IORT 术中放疗系统、近距离放疗系统 (Brachytherapy)、TrueBeam[®] Sx 精准直线加速器、伽马刀 (Gamma Knife) 以及质子重离子治疗系统 (Proton Therapy) 等，以应对不同癌症治疗的需求。

“每种放疗设备都有其长处或短处，例如螺旋断层放疗系统放射剂量分布较佳，而靶区精准度不均勻但速度较快。”

邱义祥解释，癌症疗法对医生而言没有最佳，而是有哪种最适合病人。医生会根据病人的癌症种类、分期、年龄、身体状况以及国际标准来制定疗法，并提供几种治疗选择，让病人按照个人意愿和状况来选择。

“例如放疗 A 可根除癌细胞，但需要切除整个膀胱并移除尿管；放疗 B 则不需移除膀胱而只做化疗和放疗，病人没那么辛苦，但根治的几率较低。”

有些病人因为害怕治疗而选择食疗或自然疗法，对此，邱义祥表示，未经科学验证的替代疗法有可能拖延

治疗的时间而导致疾病的扩散和恶化。

“我们曾有一个肾癌病例就是因为害怕化疗的副作用而不肯治疗，拖到癌症时刻才过来，那时他的癌细胞已经扩散恶化了。然而其实他的病情不是靠化疗来治疗，而是应该吃靶向药物。”

邱义祥补充，很多人认为治疗癌症的方法是化疗，殊不知有些癌症可能根本不适合化疗来治的，所以最好还是要咨询肿瘤科医生，了解你在治疗上的选择。

他指出，医学的进步也让医生得以通过各种方式制定疗程，例如开合病人的新药或调整能打化疗药物的方式，让病人在治疗过程中不会太辛苦。

一个完整而合理的专属疗程需要多个专科部门配合，例如手术、化疗、电疗、荷尔蒙治疗等需要涉及外科医生和肿瘤专科医生，进行活检和影像学诊断则需要病理专科医生和介入性放射专科医生等。

“大型医院如双威医疗中心的优势在于除了综合治疗之外也能提供包括饮食治疗、物理治疗在内的辅助性治疗。此外，我们拥有专属的复健中心和具备专治语言、吞咽治疗的言语与听觉中心，可提供从检测、诊断、治疗到术后复健等一站式的癌症医疗服务。”

“相较外国医院，我国的医疗费用便宜且设施完善、水准高，这对我国人民来说是一大优势。因此，我国人民更应该积极筛检、提早治疗，以防患于未然。”

双威医疗中心亚庇办事处
地址: Sunway Medical Centre –
Kota Kinabalu Office
A-7-11, Sutera Avenue, Coastal Highway,
88100 Kota Kinabalu, Sabah, Malaysia.
电话: 088-215971

