

大腸直腸肛門疾病癥狀系列報導 (101) 大腸直腸外科醫師／熊維羆

大腸直腸肛門疾病簡介：大腸直腸癌年輕化之趨勢造成大腸癌的原因和年輕化趨勢的探討（一）

「藝人余天的 女兒平日作息規律，飲食健康。最近卻爆罹患大腸癌！余天痛批：『外食太過不健康，否則年紀輕輕的她，怎麼會得此病？』——節錄於蘋果日報。

「世界衛生組織國際癌症研究中心（CIRC）在 2005 年初公佈一份研究報告指出，統計每年全球被診斷為癌症的患者約 1000 萬，根據目前癌症的發病趨勢，2020 年全球被診斷為癌症病人將會增至 1500 萬，增幅高達 50%。而最流行的癌症依次為肺癌、大腸癌及胃癌。在香港，大腸癌的發病率僅次肺癌高居第二位，死亡率則排行第三，其發病率與死亡人數在過去十年一直逐步上升，情況令人關注。」大腸癌繼 2011 年，蟬聯好幾年癌症冠軍，而在這當中，年輕化的趨勢也漸漸在提升。透過小論文的研究，更進一步了解，大腸癌在癌症排名高居不下的，和與年輕族群越來越相關的原因，並且進一步的探討如何改善現有的狀況。

透過文中資料的分析，探討大腸癌席捲的原因，並且透過

研究，更深入了解大腸癌，最後呼籲民眾要為改變而作準備，千萬別忽略防禦大腸癌的重要性。

一、何謂大腸癌？

當腸黏膜細胞的基因因為長期接觸長管內環境導致的環境因素或是遺傳因素而發生突變，就有很高的機率罹患大腸癌。

美國聯合癌症委員會（AJCC）將大腸癌分成了五期：

（一）0 期：原位癌，沒有局部淋巴結之轉移，沒有遠處轉移。

（二）I 期：腫瘤侵犯到黏膜下層或肌肉層，沒有局部淋巴結之轉移，沒有遠處轉移。

（三）II 期：腫瘤侵犯穿透肌肉層至漿膜層或無腹膜覆蓋之大腸及直腸周圍組織，沒有局部淋巴結之轉移，沒有遠處轉移。

（四）III 期：腫瘤直接侵犯至其他器官，有局部淋巴結之轉移，但沒有遠處轉移。

（五）IV 期：腫瘤直接侵犯至其他器官，有局部淋巴結之轉移和遠處轉移。常見的症狀：便血、腹痛、消瘦、腹

塊、體重下降等，其中「息肉」也是值得令人注意的一個部份。除了體質是重要的因素之外，排便是否通暢、有無攝取足夠的纖維質等，都是影響息肉發生的關鍵因子。

提供全國 103 萬人的大腸癌篩檢服務中，就發現了23700人有大腸息肉。由於息肉並不容易出現自覺症狀，唯有藉由大腸鏡檢查才能得知。一般建議 50 歲以上者應接受大便潛血反應或大腸鏡檢查。

二、造成大腸癌的三大主因

（一）飲食

1、飲食西化：

大腸直腸癌節節上升的原因，除了人口老化之外，飲食西化、動物性脂肪攝取增加都是主要罹癌原因。根據最新統計資料，平均每3.7人即有1人死於癌症，其中大腸直腸癌更因為國人飲食西化，經常食用高脂肪低纖維的飲食，以及肥胖等因素，發生比例佔國內癌症的15%。多肉少蔬菜增加了罹癌風險，大腸直腸癌的發生跟居民一天吃肉的消耗量有關，肉消耗量愈多的國家，罹患大腸直腸癌的比例愈高，據歐洲50萬人的全球最大規模調查顯示，每天食用超過160公克紅肉的人，罹患腸癌的風險比每週只食用一次的人高出30%。此外，

英國還有一項針對近15萬名成人的研究也顯示，攝取太多的紅肉與加工肉品將提高直腸癌的罹患率達50%。在顯示，吃過多的肉確實會增加罹患大腸直腸癌的風險。而致癌物質的產生是由脂肪分解而來的，肉類中的脂肪會在腸道內增加，形成致癌的化合物。肉類裡含有大量的飽和脂肪酸，吃進肚子裡之後，會經由腸胃道消化吸收跑到血液裡，引發高血脂等問題。未消化吸收的部分有些則會囤積在腸道內，在大腸裡經細菌分解，此時會產生一些化學物質，刺激腸黏膜細胞生長失控，導致腸病變。

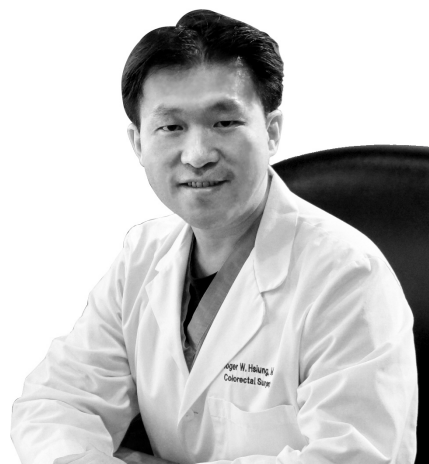
2、飲食重口味：

現代人們越來越愛吃重口味食物以滿足自己的口慾。然而重油、重鹹、重辣、等等重口味，都有可能造成腸道燥熱。這樣一來，腸道水分自然太過消耗，時間一久就容易造成便秘，長期細菌孳生相對也會對大腸造成很大的負擔。再加上現代人常吃外食，劣化的回鍋油也會對內臟消化器官造成嚴重負擔，提高致癌風險。

（二）基因遺傳

1、家族病史：

基因變異可以是後天形成也可能是先天帶有基因變異。根據2000年發表於 Gastroenterology 的研究顯示，10-30%的大腸癌病友，具有家族史，其中最顯著且重要的有兩個症候群，分別是遺傳性非癌肉結直腸癌綜合症（Lynch syndrome or hereditary nonpolyposis colorectal cancer, HNPCC）與家族性結直腸癌肉



綜合症（Familial Adenomatous Polyposis, FAP）。

（1）遺傳性非癌肉結直腸癌綜合症

約 5%至 10%的結直腸癌有遺傳性，其中以「遺傳性非癌肉結直腸癌綜合症」（HNPCC）較為常見，約佔患大腸癌總人數的4%。HNPCC 患者的特徵為：超過一名家庭成員患癌、患者同時患上超過一種癌症、以及年輕發病等。待續



大腸直腸診所

熊維羆 醫學博士

Roger W. Hsiung, M.D., F.A.C.S.

美國外科手術委員會認證

美國大腸直腸外科手術委員會認證

www.CRCLasVegas.com

電話: 702-586-6688 (精通英、國、粵、西班牙語) 傳真: 702-586-9988

6080 S. Durango Dr., #105, Las Vegas, NV 89113