



# 肠癌筛查



肠癌(也称为结直肠癌)是昆士兰男性和女性最常被诊断出的癌症之一。

大约5%的男性和3%的女性会在75岁之前患上肠癌。肠癌在50岁以上的人群中更为常见,但任何年龄层的人都可能会患肠癌。肠癌是出现在大肠(结肠或直肠)任何部位的癌症,有时被称为结直肠癌,也可能被称为结肠癌,这取决于癌症的始发部位。

## 致病原因与风险因素

肠癌的致病原因尚不明确。然而研究表明,具有某些风险因素的人更有可能患上肠癌。如果你有较高的患病风险,请与专业医务工作者或全科医生讨论应对方案。

### 风险因素

- **年龄在50岁以上**——大多数患肠癌的人都在50岁以上,而且风险随年龄的增长而增加
- **息肉**——有肠道息肉的病史
- **肠道疾病**——患有炎症性肠道疾病的人,如克罗恩病或溃疡性结肠炎,其风险明显增加
- **生活方式因素**——超重、大量食用红肉或加工肉类(如腌制香肠或火腿肉)、饮酒和吸烟
- **亲缘关系较近的家族病史**——少数几种肠癌具有家族遗传性。如果你有一位或多位近亲(如父母或兄弟姐妹)患有肠癌,就可能增加你的风险
- **其他疾病的病史**——曾被诊断为肠癌、卵巢癌或子宫内膜(子宫)癌可能会增加患肠癌的风险
- **罕见的遗传性疾病**——少数几种的肠癌与遗传基因有关(家族性腺瘤性息肉病(FAP)和林奇综合征)。这些有缺陷的基因能够导致少数几种(约5%至6%)的肠癌
- **胰岛素水平增高**或2型糖尿病。

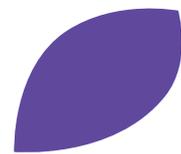
## 早期发现与症状

肠癌的早期阶段可能没有任何症状。筛查对在早期成功诊断很重要。然而,许多肠癌患者确实出现了症状。

### 症状可能包括:

- 粪便(大便)带血或厕纸上带血
- 排便习惯的改变,如腹泻、便秘,或单次排便量少但排便次数变多
- 粪便外观或稀稠程度发生变化(如大便变细或大便中有粘液)
- 腹部(胃部)有饱胀感或胀气感,或直肠有异常感觉,且通常出现在排便时
- 感觉肠道没有完全排空
- 不明原因的体重减轻
- 虚弱或疲乏
- 直肠或肛门疼痛
- 直肠或肛门内有肿块
- 腹部疼痛或肿胀
- 红细胞计数低(贫血)。这可能会导致疲乏和虚弱
- 较少出现的是肠道中的梗阻情况。

许多因素都可能会引起肠道功能的变化,并不一定说明是肠癌。然而,存在任何出血情况都是不正常的,你应该去医生那里进行检查。



## 肠癌筛查

### 粪便隐血试验 (FOBT) 检测盒

昆士兰州抗癌协会 (Cancer Council Queensland) 建议，50 岁及以上的人应该每两年进行一次粪便隐血试验 (FOBT)，以筛查肠癌。FOBT 是发现肠癌早期迹象的最有效的人口筛查工具。

FOBT 用于检测粪便中的隐血。全国肠癌筛查计划 (NBCSP) 通过邮政信件向符合条件的人寄送肠癌筛查检测盒，筛查过程方便快捷。检测盒内包含了 FOBT 筛查工具。该检测可以在家里进行。

我们鼓励所有符合条件的 50 至 74 岁的澳大利亚人，在没有出现症状的情况下，每两年进行一次肠癌筛查。NBCSP 的目的是通过早期发现来减少因肠癌发生的死亡。

如果你不符合国家筛查计划的要求，你仍然可以接受检查。请联系你的全科医生 (GP) 来讨论筛查方案。你的全科医生可以安排你进行粪便隐血试验 (FOBT)，有 Medicare 的人都有资格进行检查。在大多数病理检验诊所里，你都可以通过医保全额报销该检查的费用。

### 获得检测盒的其他方式：

- 有些药店出售 FOBT 检测盒，无需处方即可购买
- 有些病理检验服务机构或卫生组织提供在线购买检测盒的方式。

在购买 FOBT 检测盒之前，请向你的医生咨询使用方式。

## 降低肠癌的患病风险

### 以下措施可以降低肠癌的患病风险：

- 参与体育活动
- 保持健康的体重
- 不食用加工肉类，如腌制香肠或火腿肉
- 减少食用红肉
- 减少饮酒量
- 不吸烟
- 食用全谷类食物、膳食纤维和奶制品。

与你的医生讨论你是否应该服用阿司匹林，因为阿司匹林已被证明可以降低患肠癌的风险。