

結直腸 (結腸或大腸) 癌

結直腸息肉是結腸（大腸）或直腸中的異常瘤，若未移除，則可能變成癌症。

在亞裔美國人之中，大腸癌確診案例數是最常被診斷出之癌症中的第二高¹。

在美國，亞裔美國人的大腸癌篩檢率最低，有最新篩檢結果者只占 52%，而非西班牙裔白人有最新篩檢結果者則占 66%²。

在所有族裔族群中，夏威夷原住民的大腸癌死亡率最高³。

症狀

大腸癌不一定會導致症狀。如果出現症狀，這些症狀可能包括：

- 排便習慣改變
- 便中帶血或糞便上有血
- 腹瀉、便秘或感覺腸道並未完全排空
- 無法緩解的腹部疼痛、悶痛或絞痛
- 體重不明原因減輕



風險因子

罹患大腸癌的風險會隨著您的年齡增長而增加。其他風險因子包括：

- 發炎性腸道疾病
- 個人或家族病史
- 遺傳疾病
- 缺乏規律的體能活動
- 飲食中水果和蔬菜偏少
- 體重過重或肥胖
- 使用酒精和菸草

預防與篩檢

透過以下方式可減少罹患大腸癌的機會：

- 增加體能活動
- 吃水果和蔬菜，例如麵包果、芋頭、高麗菜、芒果、木瓜、小白菜
- 限制酒精攝取量
- 避免使用菸草/吸菸

美國預防服務專案小組建議 45 至 75 歲成人接受大腸癌篩檢。

篩檢檢測類型：

糞便檢測包括：

- **癒創木脂糞便潛血檢測 (gFOBT)** 使用化學物質癒創木脂來偵測糞便中的血液。
 - 頻率：一年一次
- **糞便免疫化學檢測 (FIT)** 使用抗體來偵測糞便中的血液。
 - 頻率：一年一次
- **FIT-DNA 檢測 (糞便 DNA 檢測)** 檢查是否有變異的 DNA，以及是否存在血液。
 - 頻率：每三年一次

軟式乙狀結腸鏡 檢查直腸內及結腸下三分之一段是否有息肉或癌症。

- 頻率：每 5 年一次，或每 10 年一次搭配每年執行 FIT

若在任何其他篩檢檢測中發現任何異常，結腸鏡檢查可作為後續追蹤檢測。

- 頻率：每 10 年一次，若您的結直腸癌風險沒有增加

CT 結腸攝影 使用 X 光和電腦來產生整段結腸的影像，以供醫師分析。

- 頻率：每 5 年一次

如果您有任何問題，或想知道哪一項篩檢檢測最適合您，請諮詢您的醫師、社區健康中心、鄉村健康中心或夏威夷原住民健康中心。

資源

- Find a Health Center: findahealthcenter.hrsa.gov
- National Cancer Institute Helpline: cancer.gov/help or call 1-800-4-CANCER
- American Cancer Society: cancer.org or call 1-800-ACS-2345