



認識大腸直腸癌

一、前言

在忙碌的社會，飲食不當影響人們的健康。在營養過剩或食入過多脂肪下，使大腸直腸癌的發生率急速增加。因此，如發現有便血、排便習慣改變時、不要隨便亂服藥物或認為只是痔瘡，因可能是大腸直腸癌的警訊，請儘快接受醫師的檢查。

二、大腸的解剖

大腸是消化道的末端，可分為盲腸、升結腸、橫結腸、降結腸、乙狀結腸、直腸、肛門，全長 1.5 公尺，佔整個消化道的五分之一，圍繞於小腸的外圍。

三、病因

真正的原因不明，可能的因素為：

1. 遺傳基因。
2. 吃太多餅乾或食用高脂肪、高膽固醇及低纖維之食物。
3. 缺乏適當的活動及運動。
4. 良性腫瘤及息肉惡化。
5. 慢性潰瘍性結腸炎，藥物治療無效或反覆發作。
6. 其他環境因素。

四、症狀

- | | | |
|-----------|-----------|--------------|
| 1. 大便中帶血 | 2. 排便習慣改變 | 3. 腹痛 |
| 4. 體重減輕 | 5. 食慾不振 | 6. 虛弱、易疲勞、貧血 |
| 7. 腹部摸到硬塊 | 8. 裏急後重 | 9. 腹瀉或便秘 |

五、診斷及檢查

1. 病史、症狀及病徵。
2. 檢查：大便潛血反應、血色素的測定及 CEA 指數。
3. 肛門指診。
4. 肛門鏡、乙狀結腸鏡或大腸鏡檢查。
5. 下腸胃道攝影、電腦斷層攝影、腹部超音波。
6. 開刀後發現。

六、治療

大腸直腸癌的治療方法以外科手術切除為主，再視病理組織分期是否進一步化學或放射線治療，預後完全看癌症的病理組織分期而定。

七、手術後注意事項

1. 定期翻身、深呼吸及咳嗽可使肺部擴張，減少發燒及肺部合併症的產生。
2. 早期下床活動，可促進腸蠕動，降低腸沾黏的機會，並促進排氣。
3. 手術後會有傷口疼痛等不適情形，疼痛厲害可依醫囑給予止痛劑
4. 經醫師評估排氣後可進食，由流質開始，待腸道適應後採軟質飲食且少量多餐。
5. 有造口者會依其不同種類而教導之。

八、出院注意事項

1. 傷口護理：拆線傷口需保持清潔。
2. 飲食衛教：攝取易消化、軟質且非產氣性的食物。
3. 定期返院追蹤，如有異常如腸阻塞、腹部脹痛厲害、出血、高燒不退等不適徵兆，應立即至急診求治。

九、預防

1. 定期檢查，達到早期發現早期治療的目的
 - (1) 一般民眾每半年做一次糞便潛血檢查，若有便血，大便習慣改變，不明原因之腹脹，貧血等症狀，應立即找專科醫師做進一步檢查。
 - (2) 高危險群除每半年做一次糞便潛血檢查外，應在醫院做一次大腸鏡檢查。若發現癌前病變，應立即接受治療，若為陰性則遵循醫囑，定期做追蹤檢查。
2. 養成正常的排便習慣。
3. 少吃動物性脂肪的食物，例如：牛、羊、豬肉等。
4. 多吃高纖維食物，例如：
 - (1) 新鮮非精製穀類 --- 胚芽米、糙米、全麥。
 - (2) 新鮮蔬果(未經加工處理)。

若有任何疑問，可向醫師或護理人員詢問。電話：2990833 轉 _____

臺中榮民總醫院埔里分院護理部關心您