



## 大腸直腸癌介紹

大腸直腸癌為目前國人最常見的癌症，台灣地區大腸癌死亡人數節節攀升，罹癌年齡層有逐漸下降的趨勢，此與飲食及生活作息有很大的關係。大腸癌是可以早期發現、早期治療，且治癒率很高的癌症。根據統計，早期的大腸癌幾乎90%以上是沒有症狀的，如果妥善治療5年存活率高達90%以上。

**一、大腸直腸的功能：**大腸長度約1~1.5公尺，功能是吸收水份、電解質、礦物質及某些維生素，另外就是形成糞便。

**二、大腸直腸癌危險因子：**年齡老化、潰瘍性大腸炎病人、克隆氏症病人（慢性腸道炎症）、大腸直腸癌肉病人及有家族癌症病史、飲食偏好高膽固醇、高脂肪及低纖維的食物、運動不足及肥胖、熬夜都是大腸直腸癌之高危險群。

**三、大腸直腸癌好發年齡：**大腸直腸癌好發於50歲以上，隨年齡而增加。

**四、大腸直腸癌常見症狀：**排便型態改變，如便秘、細便、血便、有便意感、腹脹、腹痛、體重減輕、慢性貧血等。

**五、大腸直腸癌診斷檢查：**

**(一)糞便潛血檢查：**

1.國民健康署提供50~74歲民眾，每2年可接受一次免費的定量免疫法糞便潛血檢查，可持健保IC卡至本院1樓服務台旁「免費癌症篩檢」窗口洽詢。

2.民眾每1~2年做1次糞便潛血檢查，可及早發現大腸直腸癌，早期治療可以降低20~30%的大腸癌死亡率。

**(二)大腸鏡檢查：**可同時做癌肉切除或切片檢查，可自費選擇無痛大腸鏡檢查。

**六、大腸直腸癌治療：**通常以外科手術為主，視病況可能合併化學治療或放射線治療來輔助，以降低癌症復發機率及增加存活率。

**七、大腸直腸癌預防：**

**(一)養成良好飲食習慣，**多吃蔬菜水果，少吃紅肉、醃製類、加工食品、麻辣及高油脂食物。

**(二)養成規律運動習慣，**並注意體脂肪控制。

三軍總醫院 護理部 編印  
大腸直腸外科

諮詢電話：(02)24633330



(三)養成定期篩檢的習慣，大腸癌多生在 50 歲以後，所以 50 歲以上民眾應每 1~2 年接受糞便潛血檢查，有個人或家族瘻肉或大腸炎病史的民眾，建議直接接受全大腸鏡檢。

### 參考資料

衛生福利部國民健康署(2020年，12月21日)·大腸癌防治·取自 <https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=206>

衛生福利部國民健康署(2019年，10月16日)·輕鬆預防腸保健·取自 <https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=621&pid=1138>

Chun, C. (2020, August 21). Colorectal(Colon) Cancer. *Healthline*, Retrieved from <https://www.healthline.com/health/colon-cancer>

### 護理指導評值：

#### ◎是非題

1. ( ) 早期的大腸癌幾乎 90%以上是沒有症狀的，且好發於 50 歲以上。
2. ( ) 大腸癌與飲食及生活作息有很大的關係。

#### ◎選擇題

3. ( ) 下列何者錯誤？  
(1)大腸功能是吸收水份、電解質、礦物質及某些維生素；(2)運動不足及肥胖、熬夜都是大腸直腸癌之高危險群；(3)大腸直腸癌好發於 50 歲以上；(4)大腸直腸癌最常見症狀是腹瀉
4. ( ) 大腸癌診斷檢查，下列何者錯誤？  
(1)定量免疫法糞便潛血提供 50-74 歲民眾；(2)50-74 歲民眾每年可接受一次免費檢查；(3)糞便潛血檢查可及早發現大腸直腸癌
5. ( ) 大腸癌治療方式，下列何者正確？  
(1)外科手術為主；(2)化學治療或放射線治療來輔助；(3)以上皆是
6. ( ) 大腸癌預防，下列何者錯誤？  
(1)多吃紅肉；(2)多吃蔬菜水果；(3)少吃高油脂食物；(4)控制體脂肪

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(0) 2.(0) 3.(4) 4.(2) 5.(3) 6.(1)

三軍總醫院 護理部 編印  
大腸直腸外科

諮詢電話：(02)24633330