

預防 結腸直腸癌

從50歲開始，每個人都應定期接受篩檢

結腸直腸癌

是結腸或直腸的癌症。結腸和直腸是糞便排出體外之前儲存的地方。在美國，結腸直腸癌是繼肺癌後第二大最常見致命的癌症。

結腸直腸癌通常沒有先兆。癌症的形成是由結腸或直腸內的細胞開始變異而引起。在初期，這些細胞一般會形成無害的息肉。除非息肉是很大的，否則是不會引起任何症狀。在此階段，息肉是較易被切除的。

如果這些息肉沒有被及早發現和切除，長期下去可能變成癌症。癌症會擴散到身體的其他部位，如肝臟或肺部。這樣就大大增加了治療的難度。因此，不要等到症狀出現才看醫生——那可能已經太遲了！



CHARLES B. WANG
COMMUNITY HEALTH CENTER
王嘉廉社區醫療中心

諮詢熱線 (212) 226-8339

網址 www.cbwchc.org

268 Canal Street, New York, NY 10013

內科部 (212) 379-6998

婦產科部 (212) 966-0228

125 Walker Street, 2/F, New York, NY 10013

兒科 (212) 226-3888

青少年資源中心 (212) 226-2044

牙科部 (212) 226-9339

136-26 37th Avenue, Flushing, NY 11354

內科部 (718) 886-1200

婦產科部 (718) 886-1287

兒科部 (718) 886-1222

137-43 45th Avenue, Flushing, NY 11355

內科、兒科、婦科及家庭全科 (929) 362-3006

健康教育部 (212) 966-0461

社工部

曼哈頓 (212) 226-1661

皇后區 (718) 886-1212

協助申請健保

曼哈頓 (212) 226-8339

皇后區 (718) 886-7355



男性和女性都應該定期進行篩檢

結腸直腸癌可能對每個人都有影響，包括女性、男性以及沒有家族病史的人士。為了保護你自己，從50歲起，你應該定期進行結腸直腸癌篩檢。如果你或你的家人有息肉或結腸直腸癌的病史，你可能需要更早進行篩檢。越早發現息肉或癌症，治療的效果就越好。要有積極的心態及自我照顧身體，來保持自己及家人的健康。

檢測結腸直腸癌跡象的常用檢查方法

請留意，雖然有些檢查可能不舒服，但是它的好處更為重要。與醫生商量哪一種檢查最適合你。

- **糞便隱血檢測 (FIT) (每年)**：檢查你的大便樣本是否有隱血。大便裏有血跡則表明可能有息肉或癌症，或許需要更進一步的檢查。
- **結腸鏡 (每隔10年)**：使用末端裝有照相機的軟管從肛門伸入去檢查整條直腸和結腸。在檢查期間，所發現的息肉會被切除。

降低你的風險: 保持健康

- **不要吸煙**：請致電王嘉廉社區醫療中心 (212) 966-0461 以獲取免費戒煙的幫助。
- **限量飲酒**：女性每天最多只喝一杯酒，而男性則為兩杯。
- **飲食健康**：多吃纖維，少吃脂肪。
- **經常運動**：每天至少運動30分鐘。
- **保持健康的體重**。

此份教育材料的印製由New York City Council Cancer Prevention Initiative贊助。