

癌症防治與健康

健康檢查可以防癌嗎？

賴基銘

定期健康檢查是現代人保障健康的最重要途徑，透過每年的健康檢查，民眾在自己生命中蓋上一格格的「健康檢驗合格」標章，健康檢查成了現代人延長生命，延緩面對死亡的良方。但是近日卻發生兩起定期做健康檢查的民眾，卻在健康檢查後感到身體不適，經進一步檢查發現卻為癌症末期的案例，使得民眾對於「健康檢查一切正常，是否就代表身體健康」有了疑慮。健康檢查到底能不能掌握民眾的健康狀況？而癌症到底是否能透過一般健康檢查篩檢出？同時要如何才能在最快的時機獲知自己是否罹癌？是民眾最想獲得的解答，在此提供以下資訊供民眾參考。

透過健檢發現腫瘤時已有一定大小

癌細胞在體內發展到 10^7 （約為 0.2 公分）的大小時，癌細胞即已透過誘導血管增生進行轉移。而約在癌細胞發展到約 1 公分大小時，才能經由儀器觀察發現，此時要完全控制癌細胞可說為時已晚。簡言之，透過健康檢查也會有發現不到癌症的可能性，不過，腫瘤細胞越早發現，透過開刀切除、輔助性的放射治療或化學治療等方式，成功治療的機會越大。

目前有使用較先進的癌細胞醫學檢測儀器為「正子醫學攝影」（Positron Emission

Tomography），然而其所能早發現的癌細胞也是在 10^6 （即 0.1 公分）以上。目前有醫院還引進一套最新儀器，為一高速、全身性的「核磁共振」電腦斷層攝影，也可偵測到約 0.3~0.4 公分的癌症細胞，但是這兩者因所費不貲，不適合做一般健檢或篩檢項目，在一般醫療健檢所使用的醫療儀器，也很難發現 0.8 公分以下的腫瘤，如使用超音波或電腦斷層。因此，健康檢查篩檢癌症的限制，其實是普遍存在的現象。

健檢為民眾健康把脈，但對癌症篩檢存在盲點

透過健康檢查除了無法即時在癌細胞發生早期發現其存在外，亦存在以下三個盲點：

1. 長在腦部的腫瘤不易被發覺：生長於腦部的腫瘤，若平時無神經痛等症狀，或併發頭痛、嘔吐徵兆，幾乎難以經由一般健康檢查被發現。
2. 長在腹部的腫瘤不易被發覺：腹部健康檢測一般多以「超音波」掃描方式行之，但腫瘤若生長於深腹部，亦無併發其他壓迫性症狀者，一般超音波就難以發覺，而易忽略癌症的形成。最近某健診中心即發生一例，一位定期接受健檢的民眾，在健檢報告結果正常後的 2、3 個月之後，發現體內有將近十公分的惡性腫瘤，而腫瘤位置即生長於腹後腔。

拾伍、醫療保健





3. 罹患血癌不易被發覺：因血癌細胞的成長速度非常快，可能在兩次定期健康檢查間就形成；同時，血癌並非以腫瘤形式存在，更難以發現。先前也曾發生過，一位民眾健檢正常後二個月發現血癌的實例。

定期健康檢查可為民眾掌握身體的基本健康狀態，雖然無法或有效發現早期癌症，但仍有其意義及重要性，雖不能仰賴但不能或缺。

「腫瘤標記」、「DR70」讓癌症無所遁形？

許多健檢中心使用「腫瘤標記」來篩檢癌症，「腫瘤標記」的簡易理論基礎為，腫瘤細胞會分泌的腫瘤標記，因此可用抗體來檢測血中的腫瘤標記抗原。但根據研究，部分癌症並不分泌腫瘤標記的物質，或者必須成長至一定大小時才能檢測得出來，換言之即使體內已產生癌細胞，腫瘤標記未必能夠敏感地篩檢出癌細胞的存在。因此使用「腫瘤標記」做篩檢時，不能在未出現標記時即認定無腫瘤產生。

另外，腫瘤標記亦存在「不夠特異性」的問題，亦即透過腫瘤標記的檢測，卻無法瞭解到底是何種癌症發生。雖然「腫瘤標記」欠缺敏感度與特異性，但仍具有警訊的價值，一旦被檢測出高「腫瘤標記」，即可做進一步的檢查，保障身體健康。

同時，「腫瘤標記」亦存在另一個盲點，即身體發生發炎狀況，仍會被「腫瘤標記」檢測出為高標記。例如目前最被廣泛使用的「腫瘤標記」--「CEA」，對於如重度抽煙者，或者發生腸胃道的急性症狀，如胃穿孔、腹膜炎、胰臟炎...等，「CEA」亦會出現腫瘤高標記。

另一個最新的癌症試劑--「DR70」，則不同於一般腫瘤標記。其原理為檢測人體細胞回應腫瘤存在時產生的物質。亦即，當腫瘤細胞由「原位癌」開始進入細胞間質時，人體結締組

織即產生「纖維蛋白原裂解產物」(Fibrinogen Degradation Product)，此裂解產物即可影射體內已經存在由原位癌進入侵襲癌的事實，可經由「DR70」來感測發現。因此理論上「DR70」可以在癌細胞小於 106 大小時即感應出癌細胞的存在。但也因其太過敏感，身體有良性發炎狀態時也會產生反應，譬如：莢膜組織漿菌感染、肺炎、一般急性感染、自體免疫疾患、外創傷(30 天內)、抽血時溶血、化療 60 天內、懷孕...等等。

綜而言之，雖然「腫瘤標記」以及「DR70」都是目前檢測癌症的最新方式，但因不夠敏感或容易檢測出良性狀態，以及共同欠缺特異性，譬如一旦未檢測出高標記，並不代表就沒有癌症，而即使身體被檢測出高標記，也有可能是處於良性狀態中。因此，唯有透過積極調整生活及飲食方式，以及更密集的健康檢查，才能有效保障健康，不要過度依賴腫瘤標記。

遠離癌症不二法門—力行生活防癌工作

癌症既不能透過健康檢查有效檢測，亦不能保障在檢測後獲得抑制及改善，因此遠離癌症的最佳方法，就是防患於未然，根本『杜絕癌症的發生』，從生活中力行『天天五蔬果』飲食防癌運動，就可以有效預防癌症發生，而這也正是台灣癌症基金會一直努力提倡的最佳防癌良方。早期篩檢或早期診斷並不能預防癌症的發生，癌症預防工作，最重要的還是從日常生活的調整，以及飲食的預防做起。

目前，經過研究證實，蔬菜、水果中所含有的「植物性化學成分」(Phytochemicals)，具有各種多重生物效應，除可延緩身體已有的癌細胞生長，亦可將癌細胞導向良性細胞。這些植物性化學成分及功效在最近十至十五年內一一被發現及證實。而「植物性化學成分」

(Phytochemicals) 具有八種效應 (如表一)。

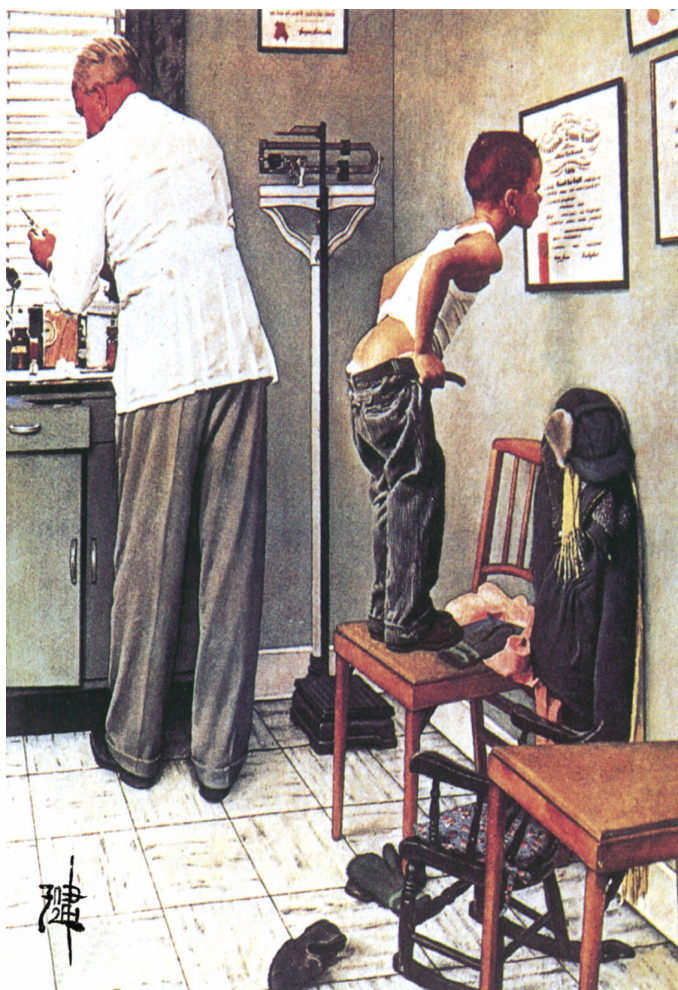
(表一) 「植物性化學成分」(Phytochemicals) 具有以下八種效應			
1.	提昇免疫力	2.	誘導細胞良性分化
3.	抑制血管增生	4.	促進細胞凋亡
5.	抗氧化 (自由基) 作用	6.	抑制細胞訊號傳遞 (抗細胞增生)
7.	植物性類激素的拮抗作用	8.	膳食纖維降低致癌物影響

因此透過每天攝取五份新鮮的蔬菜水果，將可有效預防癌症，尤其根據調查，國人對蔬果的攝取量偏低，而癌症在今年又繼續第二十次蟬聯國人死亡原因的首位，此種情況在在顯示生活防癌的重要性，尤其透過生活最簡易的飲食方式防癌，更是民眾不分年齡與性別應一起響應與力行的工作，期望透過生活飲食的癌症預防工作，有效降低台灣民眾的癌症罹患率及死亡率。而這也將是台灣癌症基金會永不止息的努力目標。

結論

總而言之，健康檢查只能當掌握健康的輔助性工具，從生活中落實癌症預防工作，是遠離癌症的第一步，也是最基礎的工作。未來我們是否能完全依賴「DR70」這樣的腫瘤標記，更早提醒我們提高警覺，仍未有定論，但至少這類腫瘤標記的發明，提供了一個讓我們可以更早發現癌症潛兆的新工具。♥

(本文作者現為台灣癌症基金會執行長)



「人體是獨特的，每個人身體打開來都不一樣，人應該在一生之中找會認識自己身體的真貌，而不是害怕面對自己的身體」王子建創作於 2002 年。

拾伍、醫療保健