

大腸直腸肛門疾病癥狀系列報導 (112) 大腸直腸外科醫師／熊維羆

大腸直腸肛門疾病簡介：大腸癌患者指南（九）

續前文

病史及身體檢查

治療後，醫生會建議在首 2 年每 3 至 6 個月收集一次病史及進行體檢，然後每 6 個月復診一次，直至數年。患有早期癌症的病人經治療後，則可隔較長的時間進行復診。

結腸鏡檢查

在大多數情況下，醫生會在手術後一年內進行結腸鏡檢查。假如檢查結果正常，則 3 年後再做一次。假如第二次的檢查結果都是正常，則以後只需每 5 年檢查一次。

影像檢查

醫生是否建議病人接受影像檢查取決於癌症的分期及其他因素。對於那些癌症復發風險高的病人，在治療後 3 年內可能需要定期接受電腦掃描，可能是每年一次，但假如是曾切除肝癌腫瘤或肺癌腫瘤的病人，則可能需要每年做更多次的檢查。

腫瘤指標的血液測試

癌胚抗原(CEA)和 CA 19-9 都是可在某些大腸癌病人血液中含有的物質。測試其中一種或兩種物質都是對病人有用的。在進行治療前，醫生都會進行血液測試，以測定這些腫瘤指標的水平。如果病人進行手術後，腫瘤指標從起初的高水平回復到低水平，病人可在

復診時再次進行腫瘤指標的測定。假如腫瘤指標的水平回升，則提示癌症有可能復發。相關的測試亦會進行，以確定癌細胞的位置。癌症通常會在首 2 年復發，所以腫瘤指標在這段時期是最有用的。

假如癌細胞真的在身體某處復發，其後的治療將取決於癌細胞生長的位置、你以往曾接受過的療法及你的健康狀況。如你了解更多有關如何治療復發的癌症，可看以下的部分 "Treatment by stage of colon cancer"（“按大腸癌分期進行治療”）及 “Treatment by stage of rectal cancer.”（“按直腸癌分期進行治療”）。

結腸造口病人需知

假如你的身體已開了結腸造口，你可能會因無法進行正常的活動而感到困擾。不論你的造口是暫時的或是永久的，造口治療師（曾受專業培訓，專門幫助造口病人的醫護人員）會教你如何護理結腸造口。我們不時有一些課程或講座提供疾病資訊和支援，你可向我們查詢有甚麼課程或講座在你所處的区域。當你遇到不同的醫生有時，在診斷或治療癌症的過程中，你可能會遇到不同的醫生。不論是哪位醫生替你診治，你都有必要向醫生披露所

有關於你疾病的診斷和治療的細節，並且確保有關資料準確。因此，你應隨時在手上準備好有關你疾病的副本資料。

* 任何活檢或手術的病理報告副本。

* 手術報告（如你曾接受手術）

* 出院時的醫療報告（如你曾住院）

* 放射療法摘要（如你曾接受放射療法）

* 化療藥物清單，包括其劑量及服食日期及時間（如你曾接受化療）

* 所有影像檢查的報告，包括電腦掃描、磁力共振掃描或PET掃描。通常這些資料都可儲存在 DVD 內。

如有需要，你可向醫生提供這些資料的副本，但你也需要為自己保存一份。在接受治療期間或治療後應作出的改變患上癌症及

接受治療往往會令人心力交瘁，但這也是讓你以另一種方式重新檢視你的生命的好時機。也許，你會盤算著如何能長遠地改善你的健康狀況。作出更健康的選擇試想想你患上癌症前的生活，是否有一些損害你身體健康的生活習慣？例如酗酒、暴飲暴食、抽煙或沒有經常做運動。

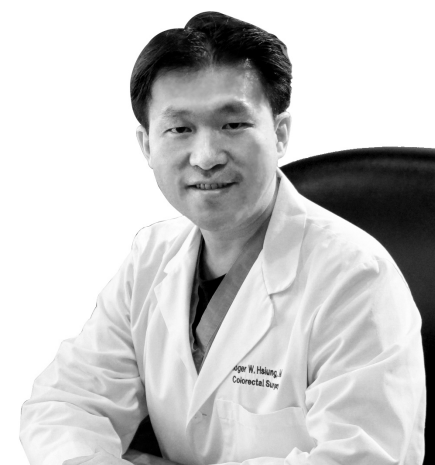
對大部分人來說，發現患上癌症後都會令他們更注意自己的健康，這都是他們以往所忽略的。有沒有一些生活習慣可令你更加健康？例如均衡飲食、多做運動、減少喝酒、戒煙，甚至是保持心境平和、避免壓力也是對你有益的。就趁這個時機檢視一下，有沒有一些生活上的改變能帶給你健康，讓你一生受益？這些改變都能令你的生活素質提升，活得更健康。你可以先從最困擾

你的方面入手。至於你最束手無策的事情，你則應該尋求協助。

吃得健康

要吃得健康，其實已是相當困難。但對於正在接受療程或已完成療程的病人，那更是百上加斤。治療可能會令你的味覺產生變化。噁心亦是一個問題，可能會導致你食慾不振，並在不想減肥時減輕了體重。但你亦有可能因食慾增加而令體重上升。這些都是令病人困擾的事情。

假如治療真的導致你的體重產生變化、飲食習慣或味覺出現異常，你應盡你所能提醒自己這些問題會隨時間好轉。也許，改為每 2 至 3 個小時吃一少份量的食物會令你感到更舒適。如你想獲得更多有關如何處理治療所引起的副作用的方法和意見，你可向癌症醫護



人員查詢，以尋求約見營養師或營養專家。

完成癌症治療後，最好就是能培養健康的飲食習慣。只要你在生活上作出少許的改變，例如多吃一點健康食物，你就會驚覺到這帶來的長遠利益。嘗試每天吃 5 份或以上的蔬果，選擇進食全麥製成的食物以代替白麵粉和糖的製成品。減少或盡量避免進食高脂肉類或經加工的肉類（例如香腸、大紅腸和煙肉）。這些食物盡量不要吃。假如你有喝酒的習慣，則每天最多喝 1 至 2 杯。

待續



大腸直腸診所

熊維羆 醫學博士

Roger W. Hsiung, M.D., F.A.C.S

美國外科手術委員會認證

美國大腸直腸外科手術委員會認證

www.CRCLasVegas.com

電話: 702-586-6688 (精通英、國、粵、西班牙語) 傳真: 702-586-9988

6080 S. Durango Dr., #105, Las Vegas, NV 89113