

活得好
天天健康

40% 癌患者 65 岁或以上

老化是致癌因素之一

文/ 庄秀慧 zhuangxh@sph.com.sg

在我国，约40%癌症患者是65岁及以上的人士。一些老年人认为，如果患癌就要认命，因为治愈的可能性不大。事实是否如此？且听本地专科医生的解析。



顾问医生
冯湘玲

新加坡国立大学癌症中心肿瘤科顾问医生冯湘玲接受《活得好》访问时说，人体老化也是其中一个致癌因素。

她进一步解析，正常细胞癌变的根本导因是细胞突变和基因组变化（genomic changes）。随着年龄增长，人体累积越来越多突变的细胞，致使癌症生长的风险更高。

虽然癌症与老化之间的相互关系，还有待进一步研究，但研究人员表示，改变生活方式，如戒烟、少饮酒和增加体力活动，一般可降低患癌风险。此外，一些较罕见的癌症，在年轻人士和小孩当中较常见。

由此可见，年长者患癌的几率虽然比年轻人高，但，老年人无需过度担忧。



先进医学进步，年长人士即使患癌，一般无需感到过度担心。（档案照）

疗效与年龄无关

一些年长癌症患者担心年龄的关系，导致治疗效果较差或有更大的副作用。其实，这是没有必要的担忧。

研究显示，年长患者接受癌症治疗，受益程度一般和年轻患者无异。

冯医生表示，现在医学界已有老年肿瘤学（Geriatric Oncology），一个专科领域，旨在使用“综合老年评估”（Comprehensive Geriatric Assessment, CGA），根据各自的患癌年长人士的病况，体力、营养和心理等综合情况，来为他们量身订制适合的疗程。

根据研究，CGA被证实可修改高达20%年长病患的治疗决策；通过改进的治疗方式来降低治疗的副作用，使患者安全地接受更高的治疗剂量，以达到更好的治愈率。

活得好
天天健康

预防患癌

根据年龄筛检癌症

文/ 庄秀慧 zhuangxh@sph.com.sg

人都不愿患上癌症，为预防患癌，专科医生建议，即使没有任何明显症状，所有人都应根据年龄，接受癌症筛检。若被确诊患癌，越早发现，治愈的可能性越高。



顾问医生
冯湘玲

新加坡国立大学癌症中心肿瘤科顾问医生冯湘玲接受《活得好》访问时说，患者即使没有任何症状，癌症筛检能验出癌前病变或癌症初期，并及早治疗，增加治愈率。虽然一些癌症筛检可能带来轻微不适，但一般上都是安全的。

针对所有国人，全国癌症筛检的方针如下：

1) 宫颈癌：建议26岁及以上，且性活跃的女性，定期每三年接受一次子宫颈抹片检查。

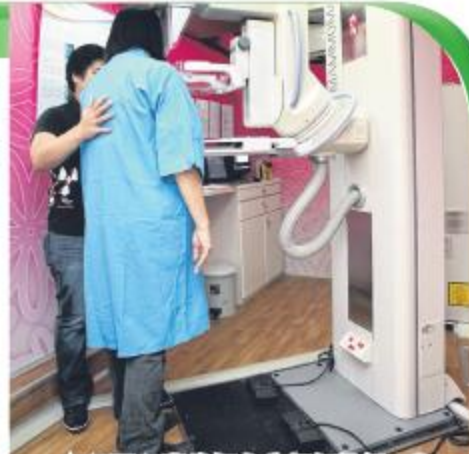
2) 乳腺癌：建议40至49岁的妇女每年接受一次乳房X光检查，50岁及以上的妇女则每年两次；也鼓励妇女从30岁开始自我检查乳房，看是否有肿块或异样。

3) 结肠直肠癌：建议所有50岁以上的男女至少进行一次粪便免疫化学检验 (Faecal Immunochemical Test, 简称FIT)

有家族史或息肉病史的患者，建议在更年轻时做结肠镜检查。若不确定，应咨询医生的建议。

患癌风险因素：

- 人体老化。
- 抽烟。
- 接触到致癌物质，如环境化学物质、辐射、过度晒太阳等。
- 遗传性癌症 (占5%至10%)



▲40至49岁的妇女应每年进行一次乳房X光检查。(档案照)

新加坡国立大学癌症中心将在3月24日 (星期六) 举办癌症意识丝带挑战活动 (免费入场)。节目包括：‘Dunk the Doctor’ 筹款活动、免费游戏食品摊、提供粪便免疫化学检验器给50岁以上者，以及为首15名符合条件的新加坡女性在乳房X光摄影检验流动巴士提供乳房X光检验 (拨电67737888或电邮CancerApplLine@nuhs.edu.sg预先报名)

时间：早上9时至中午12时

地点：Canopy @ JLink (靠近裕冰坊；JCube购物中心和裕廊区域图书馆)

预知更多详情，电邮：ncis_events@nuhs.edu.sg