

## 能预防患上胃癌吗？

虽然导致胃癌发生的因素目前未经确认，但我们能采取一些措施，减低患上胃癌的风险。

许多发达国家里，富裕的国人有能力购买冰箱并利用其来保持食物的新鲜度，因此这些国家的人民所吃的腌制食品减少了。数据显示，在这些国家，胃癌的发生率过去几年也呈现下跌的趋势。

你可以：

- 多吃水果和蔬菜
- 少吃高盐分和烟熏的食物
- 戒烟
- 了解本身的病历，若曾受幽门螺旋杆菌感染，得定期接受胃镜检查



## 癌症病患能获得什么样的帮助？

CanHOPE是一项由百汇癌症中心推出的非盈利癌症辅导及辅助服务计划。作为整体癌症治疗计划的一部分，CanHOPE与医药和专职医疗人员紧密合作，提供有关癌症的广泛资源和讯息，协助病人及他们的看护者在治疗过程中作出明智的决定。

CanHOPE提供：

- 即时的癌症信息，包括如何预防癌症、癌症症状、风险、检验测试、诊断方法和当前的治疗和研究
- 与癌症相关的转介服务，如检测和研究设施、治疗中心和专科医生咨询
- 癌症辅导和忠告，包括如何控制治疗的副作用、以及癌症的饮食和营养须知
- 为病人及他们的看护者提供心理和社会心理相关的支持
- 辅助小组活动，重点在于提升病人及看护者的知识、技能和意识。
- 有关康复护理和辅助服务的资源
- 慈怀护理服务以提高晚期癌症病人的生活素质

CanHOPE队伍将与病人并肩作战，提供辅助和个人化的护理，致力为每个病人点燃生命的希望。



与CanHOPE辅导员联系：

癌症辅导热线：

(65) 6738 9333

电邮：enquiry@canhope.org

www.canhope.org



## 胃癌

源自胃部的癌症

?

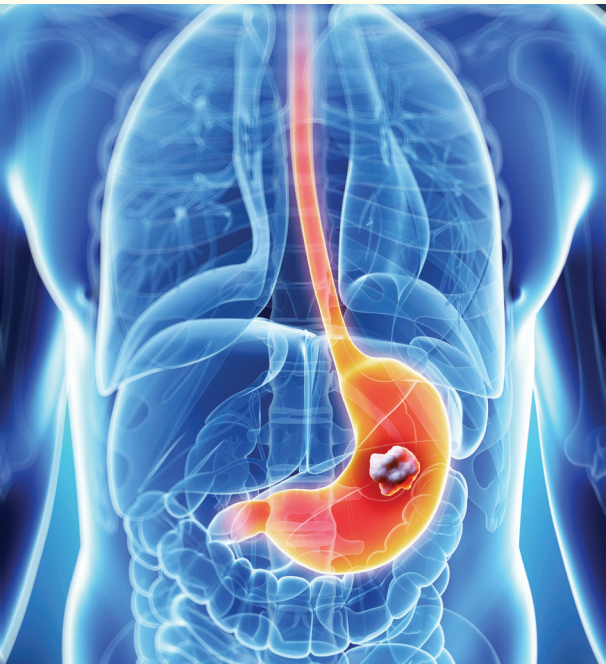


www.parkwaycancercentre.com



什么是胃癌？

胃癌指的是原于胃部的恶性肿瘤。在全球，胃癌是第二最有可能导致男女病患死亡的癌症。胃癌在东亚国家的发生率尤其普遍。在新加坡，胃癌是男性当中，第六普遍的癌症。男性一生中，有50分之一的机会患上胃癌。在新加坡女性当中，胃癌是第八普遍的癌症。每年，新加坡有约300人因胃癌病逝。



胃癌的导因

- 胃癌的真正导因至今仍不明确，但以下因素可能会提高患上胃癌的风险：
- 爱吃高盐分或经验醃的食物
  - 少吃水果和蔬菜
  - 家族内有亲人患过胃癌
  - 受一种寄生在胃部内黏膜的病菌幽门螺旋杆菌（Helicobacter pylori）感染。
  - 长期胃炎
  - 恶性贫血——因为内脏无法正常吸收维生素B12而导致体内红血球下降。
  - 吸烟

胃癌症状

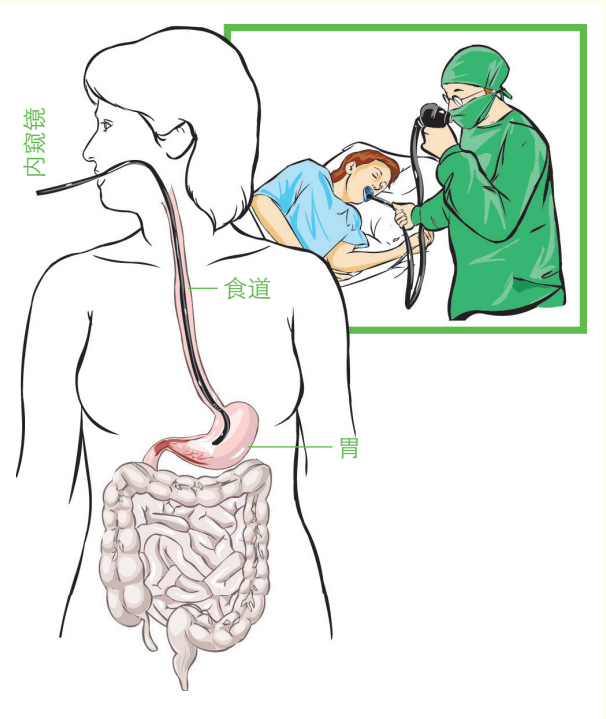
胃癌初期阶段的症状很少，甚至没有任何症状。这是为什么初期胃癌检测难度颇高的原因。

胃癌病人可能会没胃口进食，体重无故下降及长期感觉腹部疼痛。然而，胃痛或消化不良（腹部上方感到疼痛或不适）也是一些普通病症如胃酸倒流或胃炎的病状。因此很多人，甚至是医生，都无法在遇到这些症状时马上把初期胃癌列为可能病因。

这就是胃癌通常很迟才被诊断的最大原因。虽然病人在胃癌晚期不常出现症状，但可能出现的症状包括呕吐及排泄物成暗黑色，这是出血的症状。

胃癌的诊断

- 诊断胃癌的检测包括：
- **胃窥镜检查**—这是最普遍的胃癌检测法。进行检测时，医生将内窥镜（一条有拍照和照明功能的可弯曲管子）从病人的嘴巴引入，直通胃部。这能让医生看到病人胃部内的情况。



- **活体组织检查**—这项检验在胃镜进入胃部时进行。进行活体组织检查时，医生会先取出一小部分出现异常的细胞组织样本，再把样本交由另一名医生利用显微镜研究该组织。
- **胃部图像检查**—通过照超声波和电脑断层成像扫描等，取得病人身体内部的图像，以诊断癌症是否扩散到别处。

医生也会通过呼吸、验血和其他测试，检查病人是否感染幽门螺旋杆菌。

治疗

- 医生通常运用以下其中一种疗法，或是多管齐下，医治胃癌：
- **动手术**—这是唯一治疗胃癌的有效疗法。手术过程中，医生可能会切除部分或整个胃。即使病人的病情已进入晚期，胃癌无法治愈，医生还是会为病人动手术，以避免癌症并发症如胃阻塞或癌症引发的出血等出现。
  - **放射治疗**—手术后，病人可能会同时接收放射治疗和化疗，以杀灭仍残留在体内的少量癌细胞。这是因为这些癌细胞太小了，因此在手术过程中没被看到。对进入癌症晚期的病人，接受放射治疗或有助于减轻胃阻塞的情况。对于那些无法动手术的病人，接受放射治疗也可制止因癌症而导致的出血情况。
  - **化疗**—化疗法使用药物杀灭体内的癌细胞并缩小肿瘤。为病人完成手术后，医生可让病人只接受化疗或化疗、放疗并施。对于那些处在胃癌晚期且无法动手术的病人，接受化疗或可以减轻症状所带来的不适，或延长生命。
  - **肿瘤靶向治疗**—每5名胃癌病人中就有约1人的癌细胞表层有过多的人表皮生长因子受体2（HER2）。拥有过多表皮生长因子受体2的肿瘤称为 HER2-阳性。药物曲妥珠单抗（赫赛汀）[Trastuzumab (Herceptin)]是人工制成的抗体药物，专门打击HER2蛋白质。对有些晚期且有HER2-阳性胃癌的病人来说，化疗加上曲妥珠单抗药物的服食，比单接受化疗，更能延长生命。