



# 「定期篩檢、及時鏡檢」 兩步驟揪出潛「腸」危機 早期大腸癌 5 年存活率達 9 成以上

整理／公關部 資料來源／衛生福利部

**根** 據國民健康署 2020 年癌症登記最新資料，大腸癌發生人數為 1 萬 6,829 人，發生年齡中位數為 67 歲，較 108 年 66 歲晚 1 歲，而男性大腸癌的發生率比女性高出 1.5 倍。另根據癌症篩檢資料庫資料顯示，2023 年截至 8 月 30 日大腸癌篩檢人數為 103.9 萬人，高於 2022 年同期 87.2 萬人；其中，2023 年男性篩檢人數 42.4 萬人，女性 61.5 萬人，女性篩檢人數較男性多。

依癌症登記資料統計，發生大腸癌者有近 9 成（88%）為 50 歲以上的族群，且發生率隨年齡增加而升高，為降低大腸癌的發生率及死亡率，國民健康署提供年滿 50 歲至未滿 75 歲之民衆，補助每 2 年 1 次定量免疫法糞便潛血檢查。國民健康署吳昭軍署長呼籲，為了揪出潛「腸」危機，請民衆積極執行兩步驟：1. 定期篩檢、2. 及時鏡檢；第一步

驟要定期接受癌症篩檢做糞便潛血檢查，第二步驟當糞便潛血檢查結果呈現異常時，要儘速接受大腸鏡檢查，以早期發現早期治療，把握治療黃金期。另也特別提醒男性民衆，努力工作打拼之餘，也請注意身體健康，定期進行大腸癌篩檢。

## 定期糞便潛血檢查 在家即可輕鬆採檢

科學實證研究顯示，定期接受篩檢，可減少 29% 晚期大腸癌發生率，及有效降低 35% 大腸癌死亡率。大腸癌早期並未有明顯症狀，糞便潛血檢查目的就是為了在尚未出現臨床病兆前，找出可能之腸道病變或罹患大腸癌之徵候，以及早發現及早治療，降低潛「腸」危機。民衆可利用全民健保行動快易通 APP 查詢，確認是否符合篩檢資格（首頁 >

貼心提醒），亦可了解近 3 次檢查情形（首頁 > 檢驗檢查結果 > 癌症篩檢結果 > 大腸癌篩檢）；另可透過全國癌症篩檢活動暨醫療院所資訊查詢網站查詢住家附近的癌症篩檢活動或醫療院所資訊，就近至鄰近醫療院所領取採便管，以採便棒刮取糞便並儘速送回醫療院所，糞便潛血檢查沒有侵入性，檢查前不必限制飲食，在家就可輕鬆定期篩檢。

## 糞便潛血檢查結果異常 應儘速做大腸鏡檢查

我國實證資料顯示，糞便潛血檢查結果為陽性者，若超過 6 個月不做大腸鏡檢查，罹患風險會增加 30%；而超過 1 年以上才做大腸鏡檢查，罹患晚期大腸癌的風險則增加 2.8 倍。然而篩檢結果為陽性的民眾也請勿驚慌，根據資料顯示，早期大腸癌診療的存活率高，5 年存活率達 9 成以上，但第 4 期大腸癌 5 年存活率則不到 2 成，所以早期發現、早期治療，以避免進展成晚期大腸癌，提高存活率。國民健康署提醒，篩檢結果異常時，請儘速至醫療院所安排大腸鏡檢查，如檢查發現息肉，可同時進行切除，就可以儘早阻斷癌前病變的發展，避免惡化為大腸癌。

## 良好的飲食及運動習慣 降低罹患大腸癌的風險

大腸癌的風險因子包含肥胖、缺乏運動、抽菸以及大腸直腸癌家族史等。國際癌症研究總署指出，每天攝取超過 50 克的加工肉品或 100 克的紅肉（豬肉、羊肉、牛肉），會增加 17% 罹患大腸癌的風險；美國國家癌症研究所指出，在高溫下燒烤的肉片或產生的肉汁，滴到火裡產生火焰及煙霧時，會形成致癌物質 — 多環芳烴（Polycyclic aromatic hydrocarbons, PAHs），隨之附著於食物的表面；另世界衛生組織指出，21% ~ 25% 的大腸癌可歸因於身體活動不足。國民健康署呼籲民眾應建立良好飲食及運動習慣，以降低罹患大腸癌的風險。



衛生福利部  
國民健康署

## 採便有撇步 在家輕鬆做

### 採便 8 撇步

- 

1 持健保卡至健保特約醫療院所領取採便管
- 

2 在採便管外標籤上寫下姓名、採便日期與時間。
- 

3 旋轉管蓋後，將採便棒向上拔開。裡面的水勿倒掉。
- 

4 在坐式馬桶內斜鋪衛生紙，避免糞便掉入水中不易採集。
- 

5 坐上馬桶解便 (也可以在報紙上解便後取得檢驗樣本)。
- 

6 如圖示，在整條糞便上以輕劃方式重複來回刮取檢體。微量就足夠檢驗，太多反而不好。
- 

7 將沾有檢體的採便管插回管內並用力蓋上。
- 

8 送回醫療院所，回家等待檢驗報告。

「由於糞便中的血液在室溫下會被破壞，採便後請儘速送回醫療院所；如無法於當日送檢者，務必先存放於冰箱冷藏保存。」