

活得好
天天健康

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。

预防患癌

根据年龄筛检癌症



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。

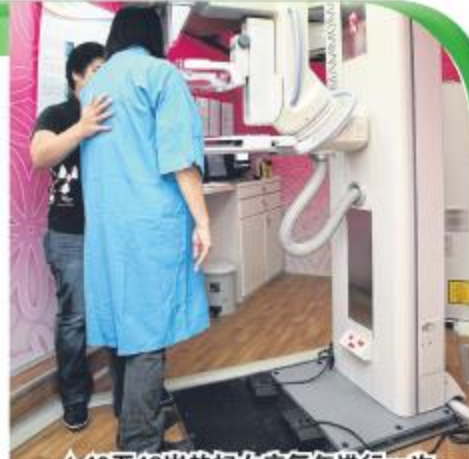
2) 乳腺癌：建议40至49岁的妇女每年接受一次乳房X光检查，50岁及以上的妇女则每年两次；也鼓励妇女从30岁开始自我检查乳房，看是否有肿块或异样。

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