



養和杏林手記

2015年7月24日

《戰勝癌魔》

| 撰文：梁憲孫醫生



養和醫院綜合腫瘤科中心主任、
血液及血液腫瘤科專科醫生

文章刊於 2015 年 7 月 24 日《信報財經新聞》健康生活版《杏林手記》專欄

癌症乃全港頭號殺手，與心血管疾病叮嚀馬頭；全民談癌色變，急欲尋求有效方法自保，免遭毒手。

正常細胞分裂，一變二，二變四，四變八……每次細胞分裂，細胞核內的基因密碼即時複製一份；偶有差池，即引致基因密碼出現誤差，後果可能很嚴重。多做多錯，細胞繁殖速度愈快，基因密碼出錯的機會愈大，因而有較大機會變成癌細胞。

癌細胞有多項特性，包括繁殖失控、生長迅速、延遲死亡，拒絕成熟、改變形態、失去正常功能、新增異常功能、移離本位和血管增生等，十足一個壞孩子。細胞改變其基本特性，皆因負責控制某項功能的基因有誤，出現失控情況，變成癌細胞。

癌變不一定是隨機現象，多種因素增加細胞癌變機會，這些因素可分為「先天遺傳」和「後天環境」兩大類。

癌症大多不會直接由父母遺傳子女，但細胞內的遺傳基因，卻會決定細胞如何面對外來環境的轉變，在接觸某些致癌因素後，會否引致癌變。先天和後天因素關係密切，互相影響。

改善生活降三成

「EB 病毒」(Epstein Barr Virus)屬致癌病毒的一種，全球九成以上人口曾受感染，但只有極少數人患上與「EB 病毒」有關的癌症。在非洲地區，EB 病毒與當地流行的「伯基特淋巴瘤」(Burkitt's Lymphomas)有極密切關係。同一病毒與部分「何傑金氏淋巴瘤」(Hodgkin's lymphoma)有關；在歐美國家，何傑金氏淋巴瘤乃常見的一種淋巴瘤。在南中國一帶，兩種鼻腔內的腫瘤近 100%帶有「EB 病毒」，這包括「鼻咽癌」(nasopharyngeal carcinoma)及「鼻腔 NK 細胞淋巴瘤」(nasal natural killer cell lymphoma)。同一病毒，在不同的地方，對不同的人種，產生不同的影響，有不同的結果。

專家估計，改善生活習慣，可降低患癌機會三成以上；戒酒戒煙，少紅肉，高纖維低脂肪，還要控制體重，並要有適量運動。世界衛生組織已把煙草和酒精一同定為一級致癌物質，吸煙酗酒肯定增加患癌機會。

香港人患乳癌和大腸癌的數字近年大幅上升，估計很大程度與生活習慣有關；延遲生育、高脂低纖飲食及超重皆增加患乳癌機會。大腸癌同樣與飲食習慣有密切關係，高纖低脂有利防癌。

肺癌大多與吸煙有關，感謝特區政府努力控煙，有效減少煙民人數，這有助降低香港人患癌機會；但數字顯示年輕和女性煙民比例增加，而二手煙和二手煙的影響亦不容忽視，情況仍有隱憂。

全港一成人口屬乙型肝炎病毒帶菌者，血液中「乙肝病毒表面抗原」呈陽性反應，患肝癌風險大大增加；帶菌者應徵求醫生意見，看看是否有需要服用抗乙肝藥物，降低患肝硬化及肝癌風險。全港新生嬰兒接種抗乙肝疫苗，可以有效預防乙肝病毒感染，減少將來患肝癌機會。

預防治療新希望

丙型肝炎病毒感染同樣增加患肝癌風險，患者可服用抗丙肝藥物清除病毒，減少患肝癌機會。全港逾半市民乃「幽門螺旋菌」帶菌者，他們患胃癌和胃淋巴瘤的機會增加；服用降胃酸藥加抗生素殺菌，可降低患癌風險。還有生殖器官的「人類乳頭病毒」感染，患子宮頸癌風險大增，接種疫苗可有效防感染防癌。

早期癌症治癒機會較高，子宮頸癌是好例子；定期進行子宮頸抹片檢查，可發現早期癌變，及早治理可增加痊癒機會。

全港大腸癌個案近年大幅飆升，香港特區政府決定推行的「大腸癌篩查先導計劃」，資助長者接受「大便隱血」及「大腸鏡」篩查。摘除大腸瘻肉，可防止癌變；外科手術切除早期大腸癌，治癒機會高。

全港乳癌數字近年快速增加，高危一族可定期接受「乳房 X 光造影」及超聲波乳房檢查，利用「活檢」確診乳癌，及早確診。

如有癌症病徵，醫生或會先安排掃描或內窺鏡檢查。先進掃描技術包括電腦掃描、磁力共振及正電子掃描，準確偵測癌蹤；並可鎖定目標後，進行「活檢」確診，同時清楚癌細胞的擴散情況。

準確的病理分析非常重要，觀察細胞形態，分析細胞表面抗原分布及基因變化，皆有助癌症確診及分類。以淋巴癌為例，有一百幾十種，低毒性淋巴癌生長較慢，而高毒性的腫瘤則生長快速；每種淋巴癌的預後和治療方法都不一樣，準確病理診斷非常重要。

早期癌症可用外科手術切除，例如肺癌、乳癌和大腸癌。放射治療對醫治鼻咽癌非常有效，治癒機會高。治療各類血癌一般使用化療，包括白血病、淋巴瘤和骨髓癌，個別血癌病人或需接受骨髓移植增加治癒機會。

新一代治癌方法為病者帶來新希望，這包括標靶藥物及免疫療法。標靶藥物副作用較少，並可與化療一起使用，療效更佳。

近年醫學界發展各式免疫療法，包括免疫細胞療法，如 CAR-T 對付急性 B 淋巴細胞白血病；還有抗 PD-1 及抗 CTLA-4 藥物，刺激病者自身免疫系統抗癌。抗癌之路仍遙，大家還需繼續努力！

| 撰文：梁憲孫醫生

養和醫院綜合腫瘤科中心主任、血液及血液腫瘤科專科醫生
