

## 認識胃癌



### 一、前言

臺灣為胃癌高罹患率地區，根據衛生福利部統計處（2021年）統計，胃癌在國人十大癌症死因中位居第八位，平均年齡在 60-65 歲。

### 二、病因

胃腺癌俗稱胃癌，近年來的研究發現胃癌的成因很複雜，在多重因子反覆影響下造成胃癌。所謂多重因子包括：飲食、遺傳、免疫因素、幽門螺旋桿菌和其他不明原因共同形成。此外下列幾項因素可能和胃癌形成有關：

全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經一般外科醫師專家檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

(一)遺傳—家族內有一人患胃癌，則其他人患胃癌的機會比一般人多 2~4 倍。

(二)血型 A 型的人較其他血型的人較易得胃癌。

(三)萎縮性胃炎—胃酸分泌過低，胃黏膜易形成上皮增生，則胃癌機會增加。

(四)胃腺性息肉(指大約兩公分以上)—有 30~40%會有惡性變化。

(五)曾經因良性疾患做過胃切除手術之病人較一般人患胃癌的比例為 12：1，此稱為殘胃癌，發癌時間約為前次手術後的第 5 年以上。

(六)惡性貧血—發生胃癌的比例較一般高，約佔 6~12%的病例。

(七)幽門螺旋桿菌 (Helicobacter Pylori)：幽門螺旋桿菌感染幾乎都會導致胃炎或胃潰瘍的發生，約有 1% 的

人

發展成胃癌。因此歸於胃癌的第一類致癌因子。

### 三、臨床症狀

早期胃癌病人是沒有明顯的症狀，極易被忽略。最常見的臨床症狀為消化不良、上腹疼痛、輕微的噁心、反胃、胃灼熱

感、腹脹、打嗝、胃口不好、全身倦怠或者是腹瀉等，通常症狀若持續兩星期以上就應該請教專科醫師，作進一步的檢查。

#### 四、診斷

胃癌的診斷主要依據下列方法：

- (一) 消化道內視鏡檢查：除可以觀察胃黏膜變化外，也可以做活體切片送病理檢查，現建議考慮做內視鏡超音波。
- (二) 幽門螺旋桿菌檢測(碳-14 尿素呼氣試驗)：病人必須至少空腹四小時，呼氣入試管收集後送檢，幽門螺旋桿菌與胃癌相對危險性高達 8 倍，臺灣感染率 54-62%。
- (三) 口服鋇劑上消化 X 光攝影：(目前台灣較少做)檢查當天禁食 6~8 小時，檢查時先喝鋇劑，在 X 光透視下變換不同位置，由各種角度，將胃部各種部位顯像，以判斷胃部之病灶，因正確率較低只有 60-70%、檢查費時，多用做胃癌手術前腫瘤範圍評估。
- (四) 腹部超音波及電腦斷層檢查：對於胃癌手術前之分期，侵犯的程度及有無轉移跡象亦有些幫助。可同時探查腹腔內其他病變。

#### 五、治療

- (一)內視鏡黏膜切除術:治療早期胃癌，藉由內視鏡來治療早期胃癌或黏膜下的腫瘤，以避免部分胃或全胃切除，希望能保留原有胃的功能以減少切胃的併發症。
- (二)外科手術：依腫瘤的部位評估施行次全胃(切 1/2-3/4)或全胃切除。靠早期診斷早期接受治療，將腫瘤及其周圍組織及區域性淋巴結切除，根除性切除才可提高胃癌存活率。一個人的胃部經手術切除後，除飲食上注意少量多餐之外，仍可過著正常生活。
- (三)微創手術治療(腹腔鏡或達文西機器手臂)：較通用於早期胃癌的次全切除進行型或全胃切除需依醫師評估。早期胃癌（指癌瘤限制於黏膜層或黏膜下層），其切除手術可藉微創手術減少術後疼痛與住院日數。
- (四)化學治療：為輔助外科手術之治療，可預防癌細胞復發，提高手術存活率。對於不能手術切除或多處轉移的胃癌，亦可達到一定的控制效果。
- (五)放射治療(電療)：以術後輔助為主。

## 六、胃癌手術後的飲食照顧

胃癌病人手術後胃容積減少，因此需要特別注意飲食調理，並建立新的飲食習慣。術後初期為預防傾倒症候群（發生於胃部分切除與空腸吻合手術後，於食物直接進入空腸內，未在

胃內與消化液做適當的攪拌、稀釋，所以空腸內有未完全消化的高滲透性食物，導致水分由血流中滲入空腸。發生的時間在進食後約 30 分鐘內，病人會有持續性上腹部疼痛、心悸、噁心、眩暈、冒冷汗、飽脹感及無力症狀，持續約 20-60 分鐘)，應少量多餐，逐漸增加食量；飯後平躺片刻再散步一會，可減輕噁心、反胃等症狀。此外，日常飲食應注意以下幾點：

- (一)少量多餐。因為胃容積減少，故採用少量多餐的方式可以支持病人所需的營養。
- (二)避免刺激性的食物，如咖啡、濃茶或辛辣食物等。
- (三)進餐時，正餐可採固體或乾燥食物為主，避免喝水及喝湯，或可在兩餐間或餐後一小時攝取水分(乾溼分離)。
- (四)飲食儘量以細碎及軟質的食物為主、以保護胃腸黏膜。
- (五)多攝食維生素 C，像是新鮮水果奇異果、火龍果等等，維生素 C 的主要作用是抗氧化劑，能夠阻斷硝化反應的進行，減少亞硝酸及亞硝胺的產生，並可幫助鐵的吸收。
- (六)胃部分切除會影響維生素 B 群和鐵的吸收，可多攝取高蛋白質、低糖的飲食如攝取新鮮蔬菜穀物與肉類、雞蛋、牛奶、海鮮、菠菜、黃豆等等。

(七)少吃高纖維及易產氣的食物。多纖維的食物及容易產生氣體的食物要少吃，如豆類、馬鈴薯、地瓜等，這類食物不易消化，且會刺激腸胃的蠕動和痙攣。

(八)飲食的冷熱要適中。

## 七、結論

癌症發生的原因尚未明朗化，研究指出經常吃煙燻、鹽漬、發霉或化學污染的食物，可能會破壞腸胃道功能造成胃黏膜損傷，增加癌變機率，應減少食用。近來資訊發達且經媒體宣傳，大家對胃癌已有認識，提醒了我們對胃癌的警覺性。對於胃病有徵兆者，或是高危險群的病人(無胃酸、慢性萎縮性胃炎、胃腺性息肉、惡性貧血、作過胃部切除手術及胃幽門螺旋桿菌感染)，應及早就醫，使早期發現胃癌的機會大大增加，和醫師好好配合、則必能提高治療的希望。

## 八、參考資料

衛福部統計處(2022年6月30日)·110年國人死因統計結果。

<https://www.mohw.gov.tw/cp-16-70314-1.html>

李京錚、王照元(2020)·淺談胃癌微創手術治療·*腫瘤護理雜誌*，20(2)，17-20。[https://doi.org/10.6880/TJON.202012\\_20\(2\).03](https://doi.org/10.6880/TJON.202012_20(2).03)

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 胃腺癌俗稱胃癌。

是 否 不知道

2. 可使用消化道內視鏡做活體切片送病理檢查來診斷胃癌。

是 否 不知道

3. 飲食不用避免刺激性的食物，如咖啡、濃茶或辛辣食物等。

是 否 不知道

4. 放射線治療及化學治療為胃癌術後輔助治療方式。

是 否 不知道

5. 胃癌手術治療後，因胃容積減少，應採少量多餐方式進食。

是 否 不知道