

# 胃癌

## 壹、前言

胃癌的好發年齡以 40~60 歲佔大多數，男性比女性來得多；男性罹患率為女性二倍，大多屬於腺癌。胃位於人體的上腹部，上承食道，下連十二指腸，是人體重要的消化器官之一。胃癌可以在胃的任何部位發生，它包含了許多不同種的組織型態，但絕大多數的胃癌是由胃黏膜上皮細胞癌化生成的腺癌 (Adenocarcinoma)，約佔所有胃部癌症的 90% 到 95%，一般所稱的胃癌即指胃腺癌。就流行病學的角度而言，胃癌在全世界的罹病率正逐年緩慢下降中。在台灣亦有相同的趨勢，不過到目前為止，胃癌仍是台灣常見的癌症之一，且居十大癌症死因的前幾位。

胃癌確實的致病原因並不是很清楚，許多的因素被認為可能與胃癌的發生有關，這些因素包括如：遺傳因素、性別、老化、飲食習慣(進食燻魚、烤過的食物、亞硝酸鹽醃製的食物、添加防腐劑的食物、攝食過量的紅肉)、煙、過量飲酒、萎縮性胃炎、胃腺性息肉、惡性貧血、幽門螺旋桿菌感染、曾經接受次全胃切除術。

## 貳、症狀

由於胃癌病人沒有特定的臨床症狀，因此大部分病人被診斷出來時，已是晚期胃癌了。早期的胃癌很難單從症狀上與胃炎或消化性潰瘍作鑑別診斷，病患可能出現消化不良或上腹脹氣，胃部不適或輕微悶痛、噁心或食慾不振等症狀。隨著癌症侵犯程度的加劇，病人可能進一步出現吞嚥困難、嘔吐、咖啡狀嘔吐物、胃痛、血便、體重減輕等較嚴重的情況。但如果症狀持續存在一段過長的時間，需懷疑是否罹患胃癌的可能性，若能提高警覺，儘早得到正確的診斷，多半會有很好的預後。

## 參、診斷及檢查

- 一、胃內視鏡檢查:胃內視鏡診斷胃癌，其敏感性和特異性都很高，若再加上胃病理切片檢查，正確診斷率可高達95%以上。
- 二、上消化道X光攝影比內視鏡檢查，更能看到胃整體的結構，尤以幽門附近腫瘤對於病灶的範圍及黏膜下的腫瘤易顯現。非侵入性病人接受度高，但是上消化道X光攝影不能作切片檢查，無法得到組織學確證。

### 三、檢驗檢查

- (一) 血液檢查：血紅素及血比容值降低。
- (二) 糞便檢查：評估是否有潛血或胃持續出血。
- (三) 腫瘤指數：癌胚抗原（CEA）升高。

四、加上腹部超音波、內試鏡超音波及電腦斷層檢查，對於胃癌手術前之分期、侵犯程度及有無轉移跡象亦有幫助。

### 肆、治療照護

#### 一、手術治療

胃癌手術後飲食攝取原則-採用低油飲食，少量多餐。餐前 30 分鐘先吃小點心，刺激腸道之後再進食。飲食方面須注意多攝取富含鐵質的食物，食物溫度宜適中，食用水溶性纖維。患者術後飲食衛教如下

#### (一) 體重減輕：

在手術過後的 3~6 天內，病人是以靜脈注射來供給營養。初期，可能會有暫時性消化不良的問題，因此必需改變飲食習慣。剛開始宜從液體食物開始，再來是軟質的食物，最後才是正常的固體食物，而少量多餐，高蛋白、低脂肪的食物，是減輕胃部負擔及增加營養吸收的好方法。

#### (二) 傾倒症候群：

主要是因為食物和液體太快進入小腸，而使高濃度的碳水化合物在小腸內迅速被消化、吸收，使血糖呈現過度增高，促使胰島素分泌過量，因而發生反應性低血糖的情形。因此在手術後初期應需嚴格限制甜食，而後再慢慢增加醣類的攝取。另外，為了減緩胃排空的速度，進食時，可採半坐臥的姿勢，餐後向左側躺 30 分鐘，以減緩食糜太快通過腸道的速度。

#### (三) 腹瀉：

有些胃癌的病人在切除手術後會出現一些腹瀉的情形，這是因為神經性的損傷，尤其是迷走神經主枝切除者，發生率會較高。建議您儘量不要進食含乳糖的食物，其症狀會隨著時間而改善，但如果術後腹瀉嚴重且持續不止，則應儘快找醫師求治。

#### (四) 貧血：

胃切除後，鐵質、維生素 B12 和葉酸會有吸收不良的情形，而容易出現貧血的現象。因此建議多攝取含鐵質的食物，如：瘦肉、貝類、全穀類及綠色蔬菜等來補充身

體所欠缺的養分。

## 二、化療期間

一般化學藥物可經由口服和靜脈注射方式給予，較常見副作用一般以腸胃道副作用為主，以下列出常見副作用及處理，以供患者和家屬了解居家照護事項。

### (一)噁心和嘔吐：

1. 嘔吐後應馬上漱口，以消除異味與保持口腔清潔。
2. 在起床前後和運動前可以吃蘇打餅干類的食物，減少噁心感。
3. 避免同時食用冷、熱的食物，容易造成嘔吐。
4. 食用清淡、少油、酸味或鹼味較強食物，例如：稀飯、果汁、酸梅。
5. 少量多餐，避免長時間空腹，選擇高熱量食物攝取。
6. 可以聽音樂、看書或電視、聊天..等方法來轉移注意力。

### (二)腹瀉：

1. 多攝取水份，以維持水份平衡，防止脫水。
2. 少吃油膩、油炸或刺激性食物。
3. 避免食用牛奶或奶類製品。
4. 食用纖維量少的食物，例如：稀飯、白吐司等。
5. 如果腹瀉嚴重，應採用清流飲食，例如：米湯、果汁、清肉湯等。
6. 選擇清淡的食物，採少量多餐的進食。
7. 保持肛門外清潔、乾燥。

### (三)便秘：

1. 多補充水份和果汁，以維持水份平衡。
2. 選擇富含纖維質的蔬菜、水果、全穀類等。
3. 放鬆心情及做適度的運動。
4. 養成定時的排便習慣。

### (四)白血球減少：

1. 避免接觸生病的人，到公共場所應戴口罩。
2. 養成進食前洗手的習慣。
3. 每日應沐浴，指甲剪短，保持清潔。
4. 使用軟毛牙刷刷牙和非刺激性漱口水，可減少產生傷口，以降低感染的機會。

5. 家中應保持整潔，室內暫不放置鮮花、盆栽和垃圾筒應加蓋。
6. 多攝取高蛋白質食物，採熟食勿攝取生食。
7. 多吃富含維生素C的水果，如：柳丁、葡萄柚、檸檬等，以增加抵抗力及減少出血。水果以可削皮、可剝皮為主，也應該清洗乾淨後才攝取。

(五) 紅血球減少(貧血)：

1. 攝取營養豐富及鐵質的食物，如：葡萄乾、蛋黃、肉臟類、瘦肉、貝類、綠色青菜。
2. 改變坐臥姿勢時，動作宜緩慢，勿劇烈運動，避免頭暈而跌倒。

三、當發現有下列情形，即應立刻就醫或掛急診。

- (一) 發燒(腋溫超過 38 度)、發冷或顫抖。
- (二) 嘔吐厲害以致無法進食，超過 3 次以上。
- (三) 嚴重腹瀉或便秘。
- (四) 正常水份的攝取下，仍然沒有小便的情形。
- (五) 血尿或血便(黑便)，流血不止或大面積的瘀青。
- (六) 呼吸急促，暈眩、臉色蒼白或煩躁不安。
- (七) 任何其他不尋常的疼痛。
- (八) 突然間的嗜睡或倦怠感厲害。