

飲食與健康

正子造影中心 黃宗祺 放射師 / 核子醫學部 彭南靖 主任

在以前的印象中，總覺得癌症是中年以後的產物，年輕人是不會有這方面的困擾，但是由於飲食及生活習慣改變，癌症有年輕化的現象，尤其是大腸癌的發生年齡隨著不良的飲食有明顯下降的趨勢。幾年前曾看到一則新聞：「有一位30多歲的女性上班族，因為長期外食，常吃鹽酥雞和燒烤，結果大腸長了13顆息肉，而且還是大腸癌的零期。」高鹽肉類與油炸食物經常吃會導致健康出現問題這是不爭事實，然而真實癌症影像的呈現卻是那麼的令人震撼，以下就是正子中心真實的一個案例。

31歲的Y小姐，由年輕外表很難相信她罹患了大腸癌，他來到本中心接受正子造影是為了確定病灶位置以及有無轉移，以利後續治療計畫的進行。正子造影檢查結果是在乙狀結腸部分有一處很大的腫瘤（如附圖紅色圈選處），幸好鄰近的淋巴結沒有葡萄糖代謝異常的現象，這意味著主要的病灶就集中在該處，而目前並沒有向外擴散的現象。其實Y小姐血便現象已經好幾個月了，就在過完農曆年時到家附近的診所做大腸內視鏡檢查發現這個惡性腫瘤；我們進一步了解她的飲食習慣時發現：由於工作的關係，Y小姐都很晚才吃飯，習慣上就是晚餐連消夜一起吃，他最愛食物就是珍珠奶茶和鹽酥雞；這個高油、高鹽、高糖、少纖維的肉類飲食組合，加上吃完倒頭就睡的習慣，幾年下來培養出了這個大麻煩。

Y小姐手術後狀況良好，所幸及時摘除病灶，只要定期追蹤應該沒有立即的大麻煩，但如果不是及時發現與治療，後果是不堪設想的，我們在此建議：三等親曾罹患大腸癌以及愛吃油炸食物的民衆，最好每3年進行1次健康檢查，而生活作息方面要均衡飲食並少吃高油高糖高鹽的食物，也要養成良好的運動習慣，如此才能夠擺脫大腸癌的侵擾。



● 附圖說明：Y小姐的全身正子造影圖，紅色圈選處為葡萄糖代謝異常區域，亦即癌細胞集中處，其分布在乙狀結腸處。