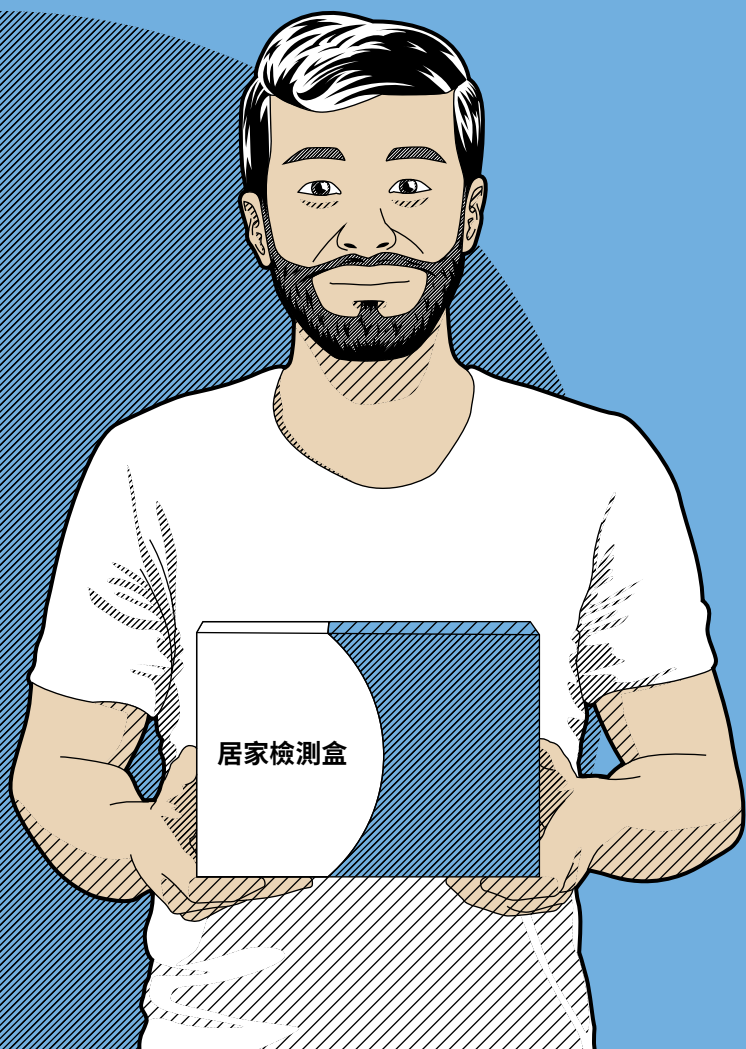


# 如何進行居家 結腸癌檢測





## 簡介

結直腸癌（也稱為結腸癌）是紐約市 (NYC) 致死率最高的幾大癌症之一。定期篩檢可以幫助預防或儘早發現此種癌症，而早期發現更易治療。

結腸癌發病率在 50 歲以下群體中不斷增加。零風險因素者應從 45 歲開始接受篩檢。如果您存在風險因素——例如近親中有人患過結腸癌，則可能需要更早開始接受篩檢，或是更頻繁地接受篩檢。

請與您的健康照護提供者討論您的個人風險，以確定您應該何時開始以及以何種頻率接受篩檢。瞭解自身風險，宜早不宜遲。存在風險因素並不一定意味著您會患上結腸癌，而沒有風險因素也不意味著您不會患上這種疾病。

結腸癌篩檢有不同的方法，包括糞便檢測和結腸鏡檢查。糞便檢測可能更方便，因為不需要預先準備，並且可以在家中完成。此種檢測可在糞便（大便）樣本中發現可能構成結腸癌徵兆的潛血或基因 (DNA)。糞便檢測的選項包括：

- 糞便免疫化學檢測 (fecal immunochemical test, FIT)，可發現大便潛血。建議每年做一次 FIT。
- 高敏感度愈創木脂塗片糞便潛血檢測 (high-sensitivity guaiac-based fecal occult blood test, HSgFOBT)，可發現潛血。建議每年做一次 HSgFOBT。
- 多靶點糞便 DNA 檢測 (FIT-DNA)，可發現可能是癌症徵兆的便血和基因 (DNA) 變化。建議每三年做一次 FIT-DNA。

結腸鏡檢查需在健康照護提供者的診所進行，要做事先準備並預留檢查時間。這是一種使用特殊攝像頭進行的可視檢查，讓健康照護提供者得以直接觀察您的結腸內部狀況，並在檢查過程中摘除所發現的瘻肉。如果增生大到無法在結腸鏡檢查過程中直接切除，健康照護提供者將採樣進行活檢，以確認增生組織到底是惡性腫瘤（癌症）還是良性增生（非癌）。切除瘻肉有助於預防癌症。結腸鏡檢查需每 10 年進行一次，有時會更為頻繁，具體取決於您的個人風險和檢查結果。如果糞便檢測結果呈陽性，則必須進一步做結腸鏡檢查。


與您的健康照護提供者談談，以瞭解該做哪種檢測。如果在家進行糞便檢測，請閱讀下面的故事，瞭解更多資訊。



居家檢測盒



嘿，*MARK*！  
你手上拿的什麼？



嗨，*SANDRA*！這是糞  
便檢測盒，是我的健康  
照護提供者建議我做結  
腸癌篩檢用的。

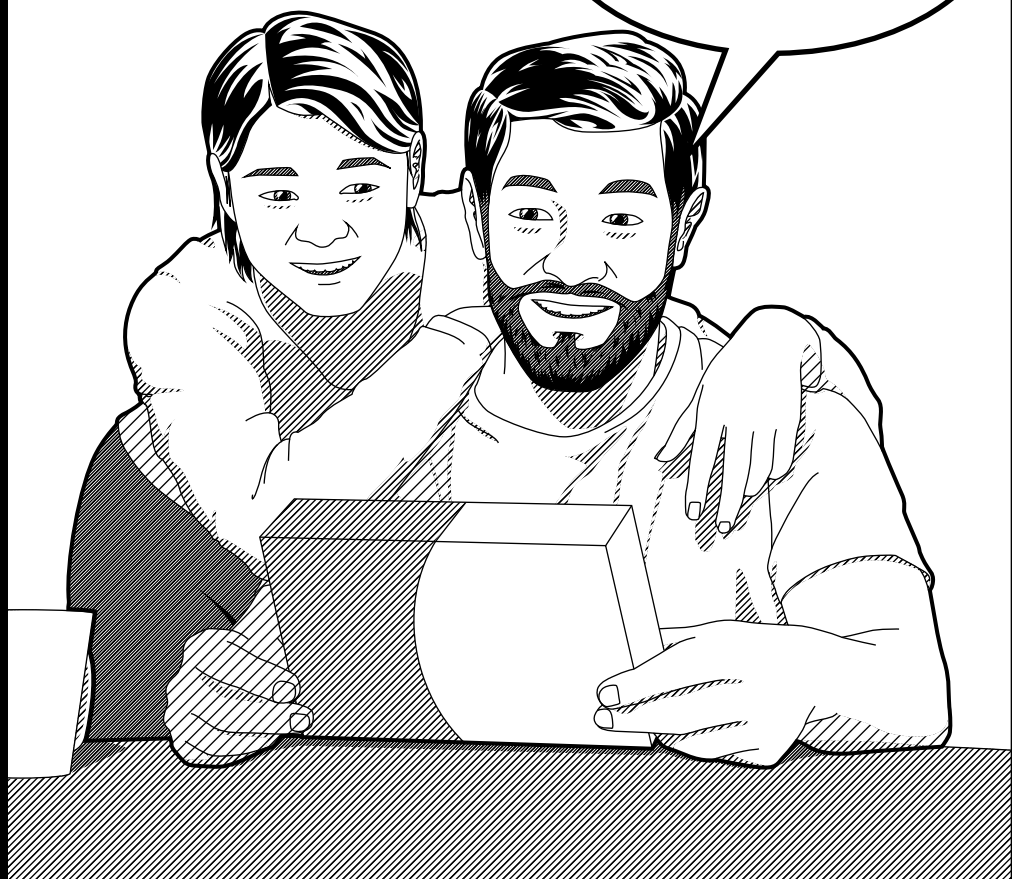



居家檢測盒

我很高興你正採取措施  
預防結腸癌，MARK。  
這個檢測怎樣做呀？

我採集一點自己的大便樣  
本，然後送去化驗。實驗  
室會對樣本進行分析，  
看是否有潛血。


潛血可能是結腸癌  
或其他疾病警訊。



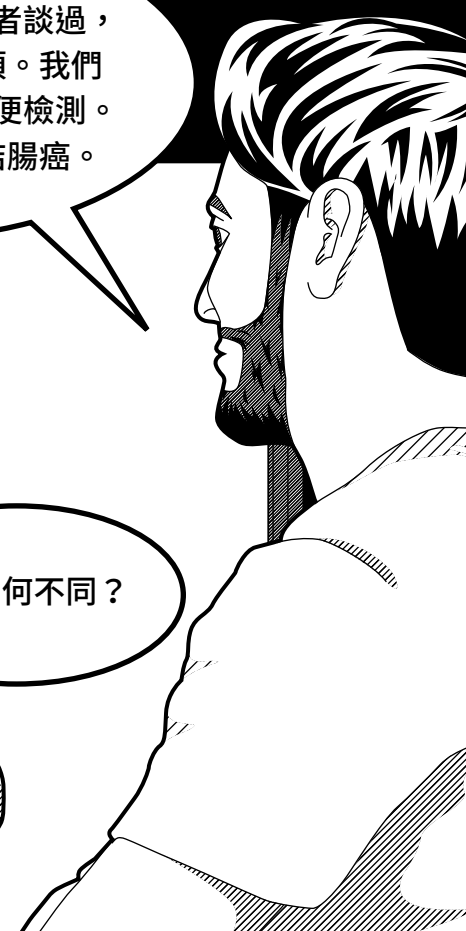


儘早發現癌症聽起來很明智。這意味著更容易治療，對吧？


你是如何決定進行哪項檢測的？



我與我的健康照護提供者談過，比較了不同的篩檢選項。我們談到了結腸鏡檢查和糞便檢測。兩者都可以早期發現結腸癌。



它們有何不同？



我可以在家進行  
糞便檢測。它不  
需要特殊飲食。

而且你不需要為這  
個檢測進行麻醉，  
對吧？

沒錯。  
如果糞便檢測什麼問題  
都沒有，我的檢測結果  
就被認為一切正常。

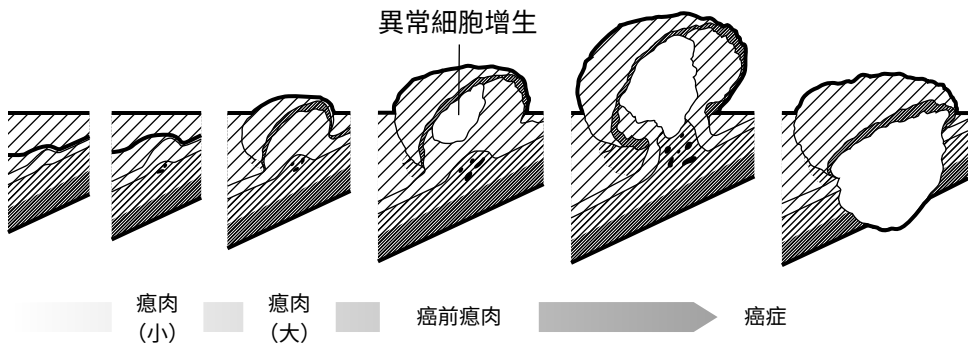
我會繼續每年檢查一次。  
萬一結果不正常，我就  
要進行結腸鏡檢查。



我做過結腸鏡  
檢查，記得嗎？  
結腸鏡檢查也  
可以取出可能癌  
變的瘻肉。



### 瘻肉的不同階段

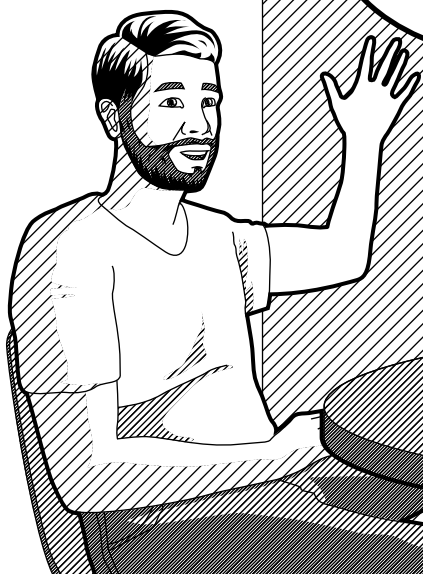


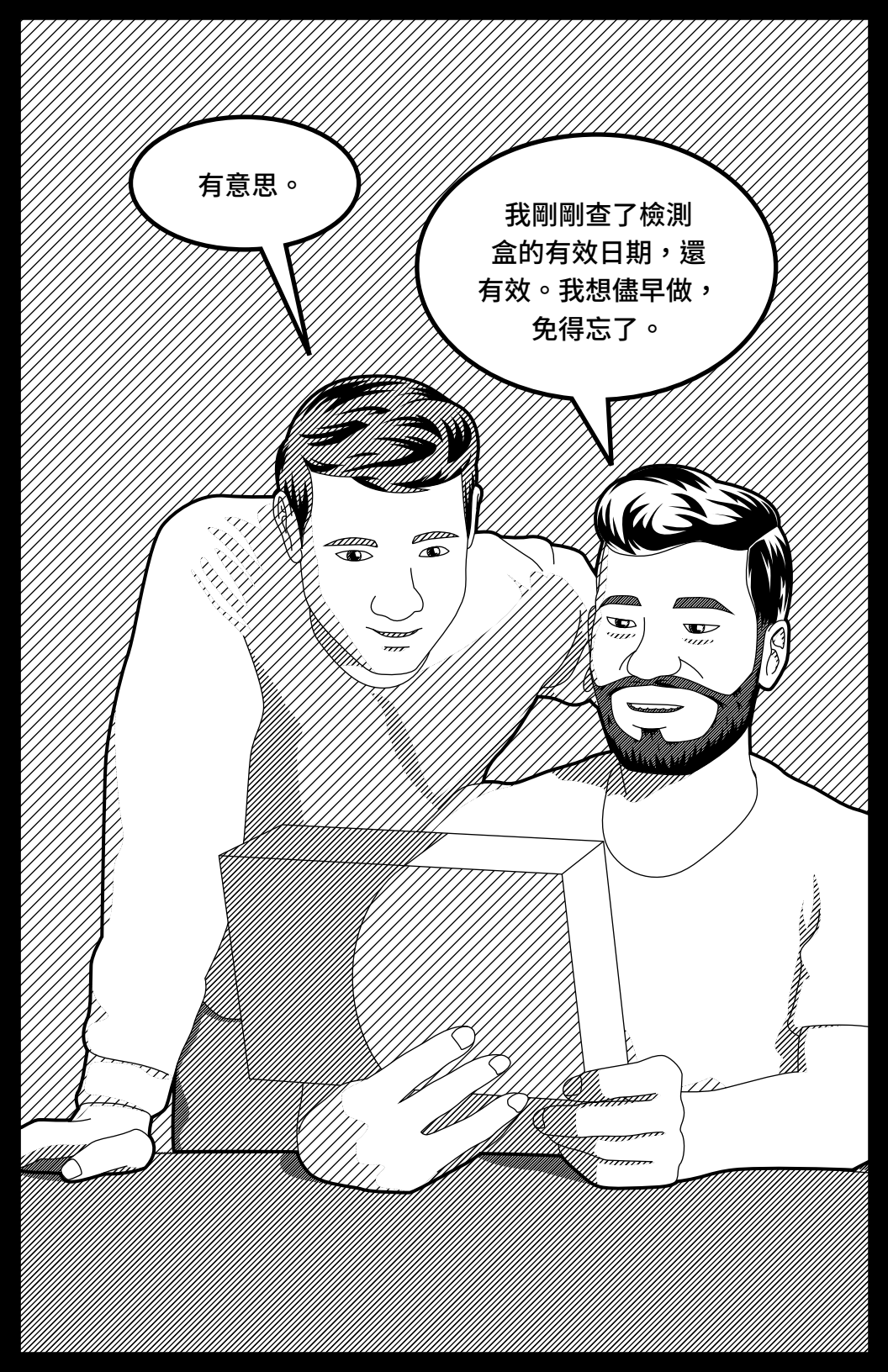


嘿，爸爸。  
你手裡是什麼呀？

嘿，**ANDREW**！  
這是我從健康照護提  
供者那裡得到的結腸  
癌檢測盒。

這是可以從家裡寄回  
去的幾種糞便檢測中  
的一種。





有意思。

我剛剛查了檢測  
盒的有效日期，還  
有效。我想儘早做，  
免得忘了。



需要多長時間？

只要幾分鐘，  
然後我就把  
它寄出去。

知道了。完了告訴  
我哦，我們今天可  
以一起散步去郵寄。

好啊。

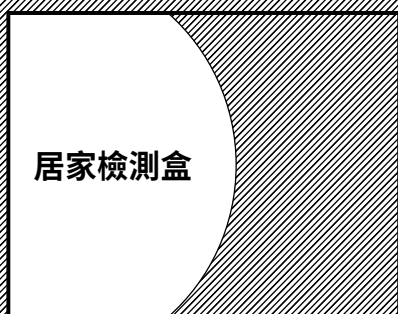
請與自己的健康照護提供者諮詢，決定哪種糞便檢測最適合您，因為這個故事只是展示了多種選擇中的幾個而已。不同檢測之間略有差別，且送回樣本的方式也有所不同。應按檢測盒上的說明進行操作。

# 如何進行 FIT 檢測

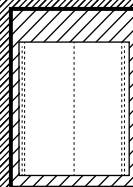


「若有活動性出血，請勿檢測」。我沒有活動性出血。

**1** 打開檢測盒。讓盒子保持清潔乾燥。



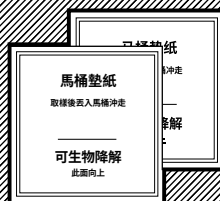
居家檢測盒



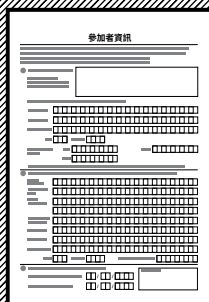
可再密封袋



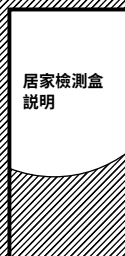
取樣管



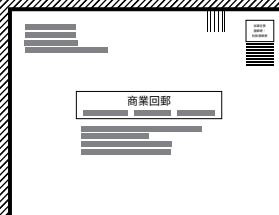
可生物降解馬桶墊紙



患者資訊表



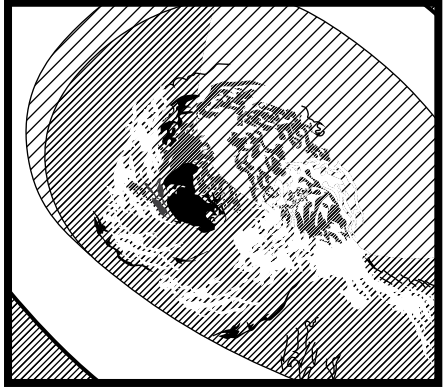
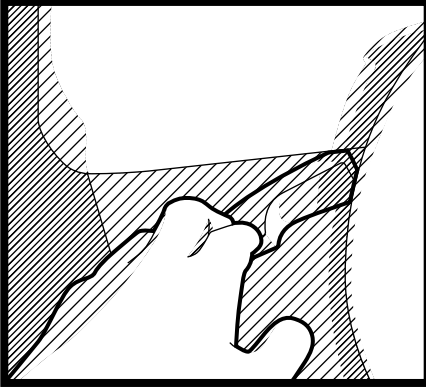
說明



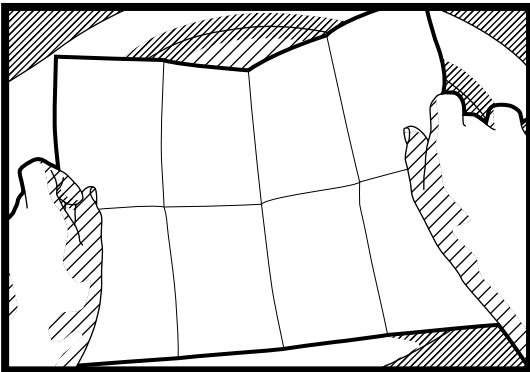
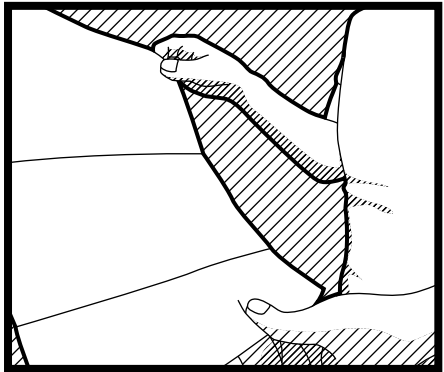
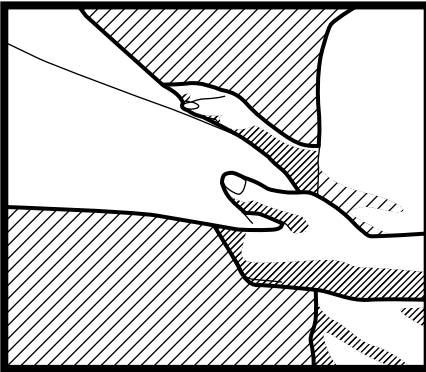
郵寄信封

**2**

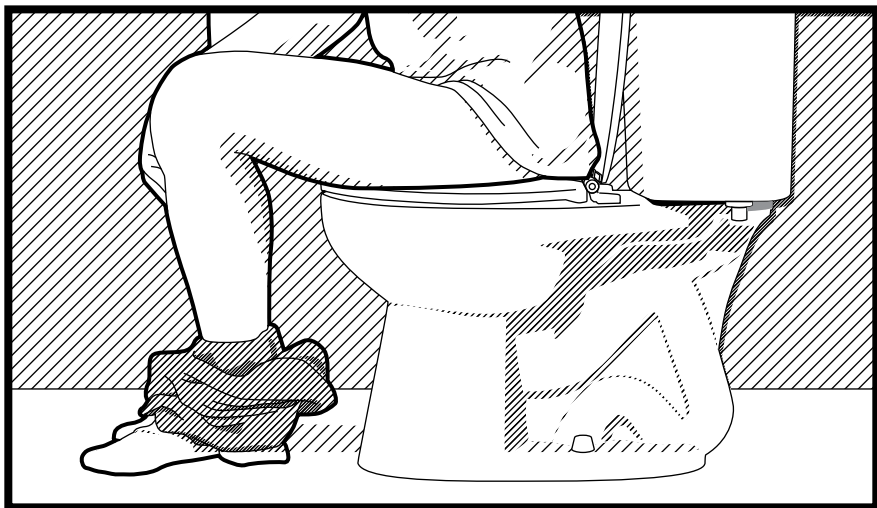
沖洗馬桶兩次。如果您的馬桶中有清潔劑裝置，請將其取出後再沖兩次。

**3**

展開可沖下馬桶的大張紙巾，放入馬桶內水面上。



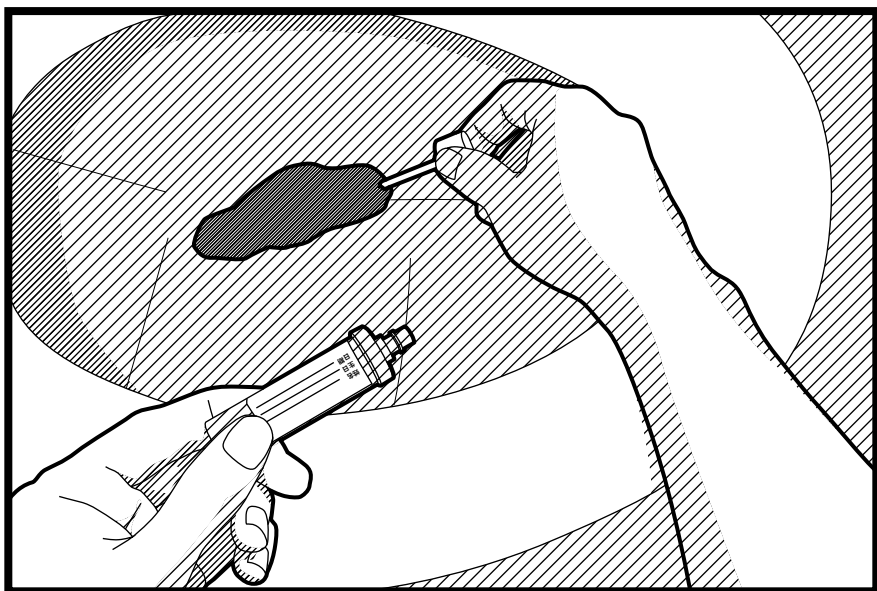
- 4** 正常排便。不要沖馬桶。丟棄用過的衛生紙，但不要扔進馬桶。



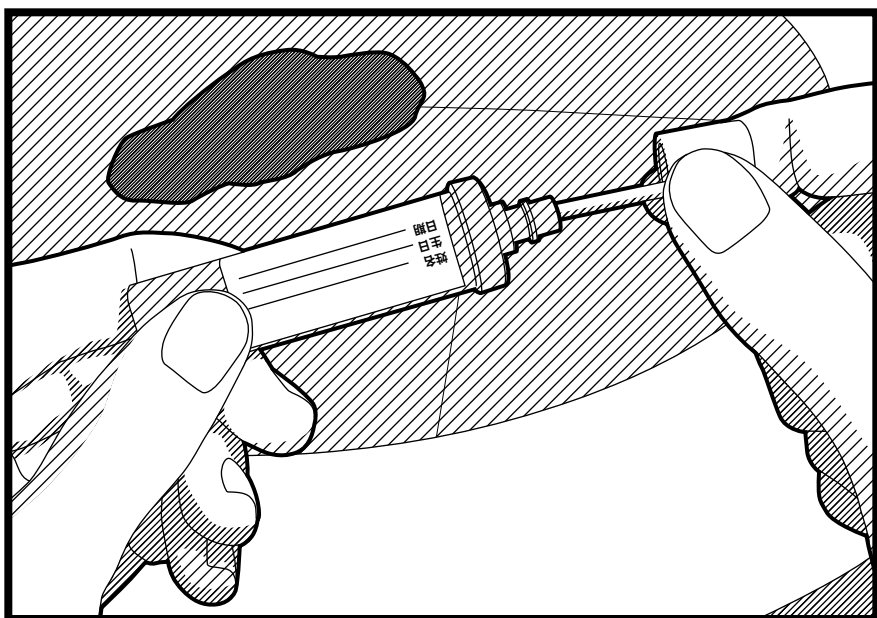
- 5** 用取樣棒的頂端刮一下大便。



- 6** 不要刮取大塊的大便。搖一下取樣棒，甩去任何團塊或水滴。



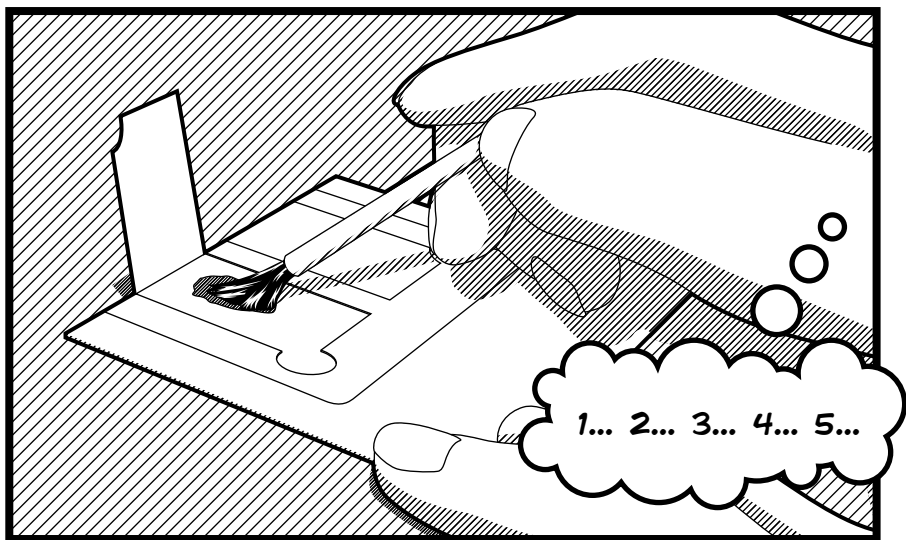
- 7** 將取樣棒放回管中並關緊。管子外面不得粘有糞便。如果有，可以擦掉。





**8**

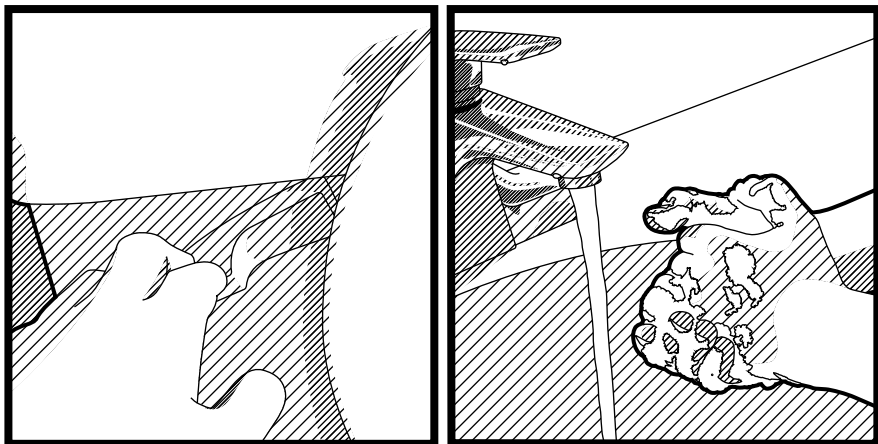
您的檢測盒所提供的也可能是一張卡片和一隻刷子，需將少量大便樣本刷在卡片上的框格內，整個過程大約需要五秒鐘。不要把糞便刷到框格以外。如果有，應擦掉。



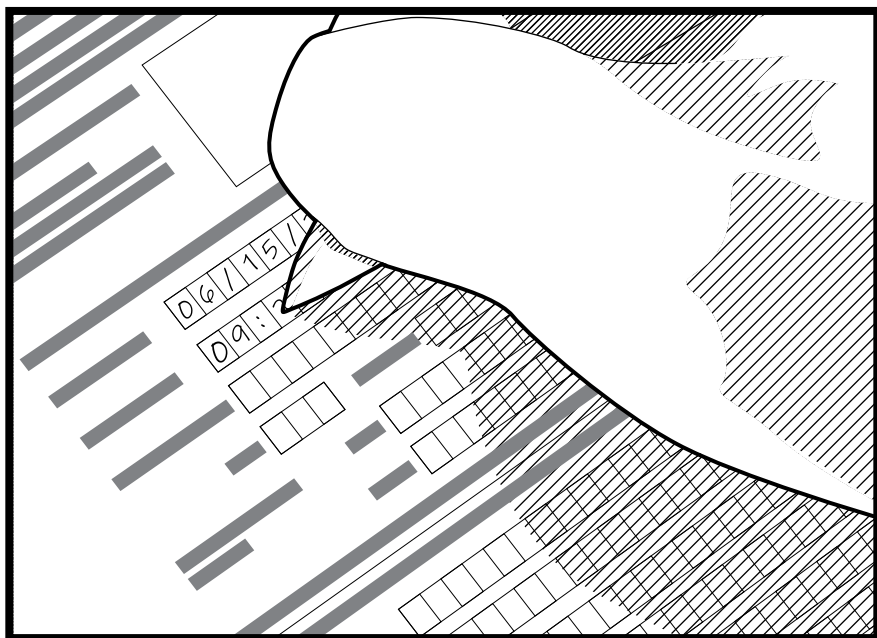
您的檢測盒內可能還有另一支取樣棒或刷子，用來採集第二份樣本。如是，請用相同的方法重複取樣。

**9**

沖馬桶。用肥皂和水洗手 20 秒。



**10** 填寫所有標籤或表格，包括填入您的姓名和取樣日期。

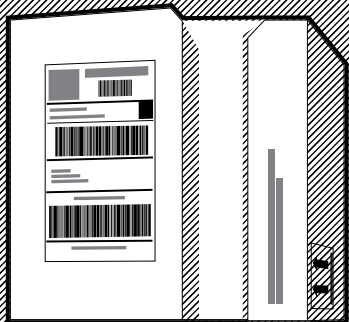


**11** 將樣本放入信封並封好信封。



# 如何進行 FIT-DNA (COLOGUARD) 檢測

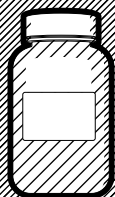
另一類檢測是多靶點糞便 DNA 檢測，亦稱 FIT-DNA (Cologuard)，可以測出可能是結腸癌徵兆的大便潛血及基因變化。



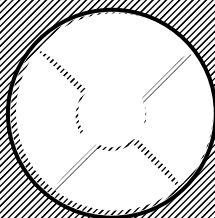
裝有袋子的郵寄盒



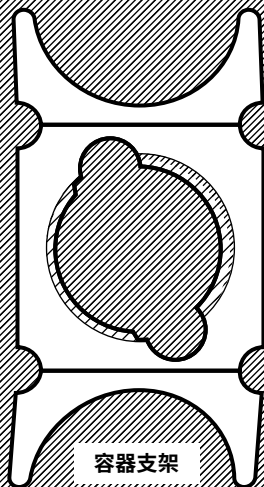
取樣管



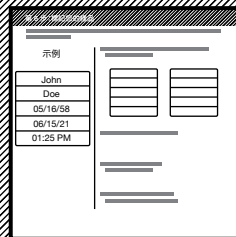
液體防腐劑



樣本容器



容器支架

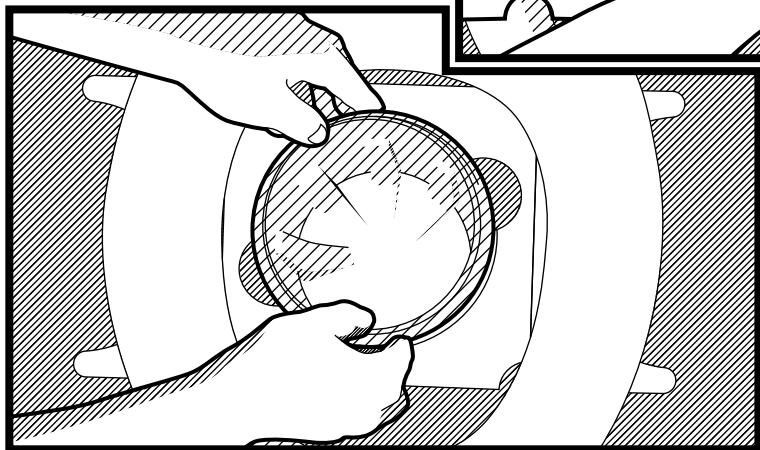
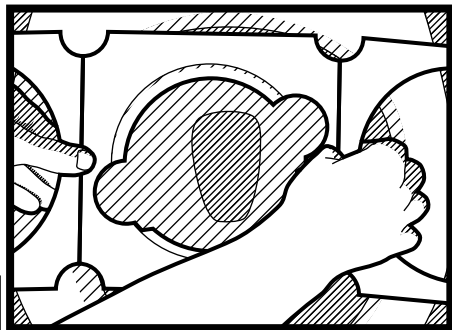


說明資料

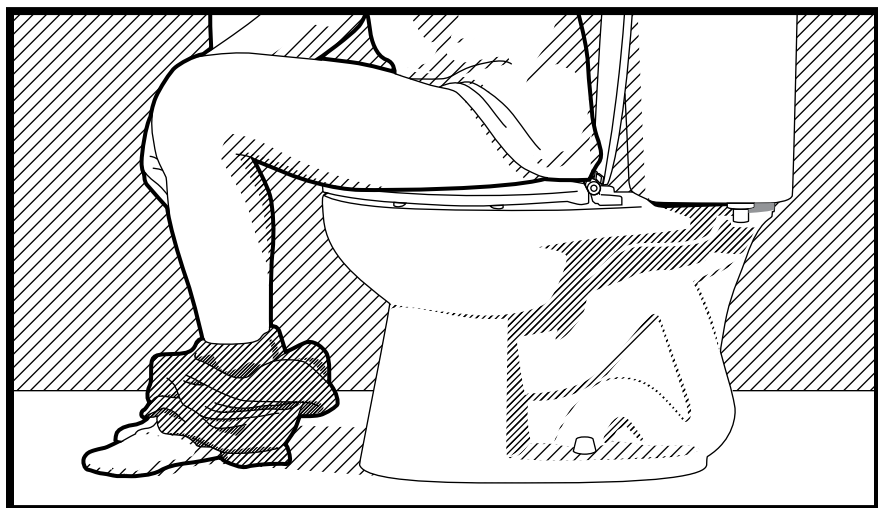
樣本標籤

註：保留袋子和盒子。過後您需要用它們來儲存和寄送大便樣本。

- 1** 將支架放在馬桶座圈下面。將打開的樣本容器放入支架中。

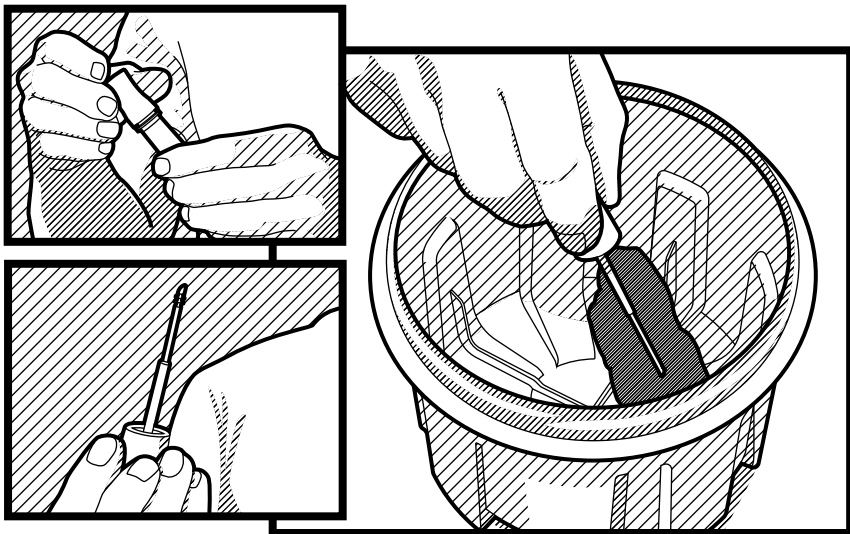


- 2** 正常排便。

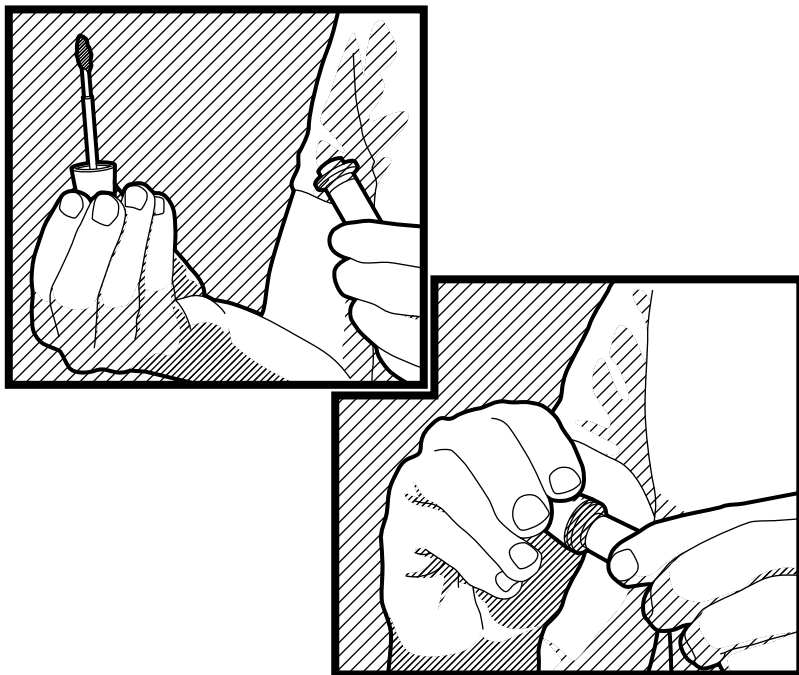


**3**

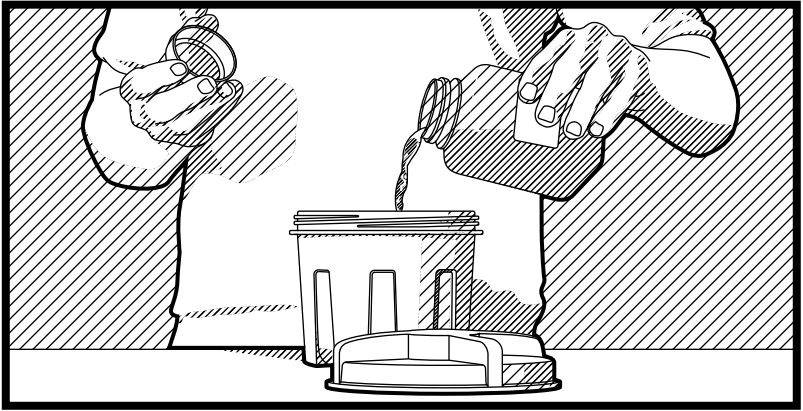
用取樣棒的頂端刮一下大便。確保大便蓋住取樣棒頂端的凹槽。不要刮取大塊的大便。

**4**

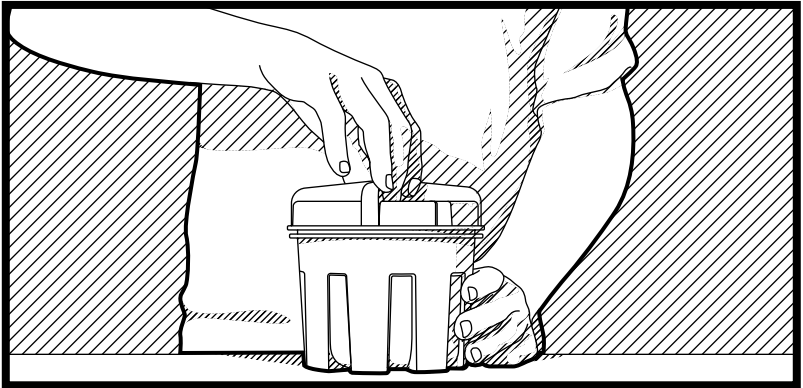
將取樣棒放回取樣管中。將其關緊。



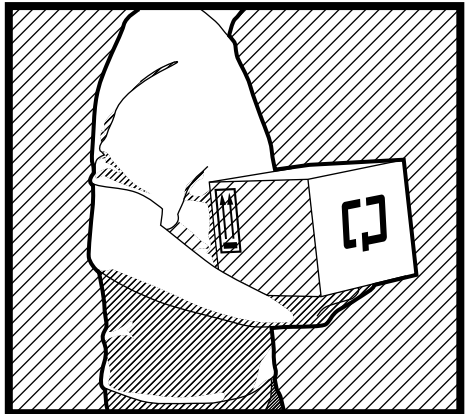
**5** 將防腐劑倒入裝有大便的容器中。



**6** 將其關緊。容器外面不得粘有大便。如果有，將其擦掉。



**7** 按照盒中給出的地址，用 UPS 郵寄。您無需支付郵費。





這麼快！


是的。說明  
寫得很清楚。

你什麼時候  
必須寄出？



24 小時之內。

將樣本寄去做分析也  
很重要，所以我想盡  
快寄出。



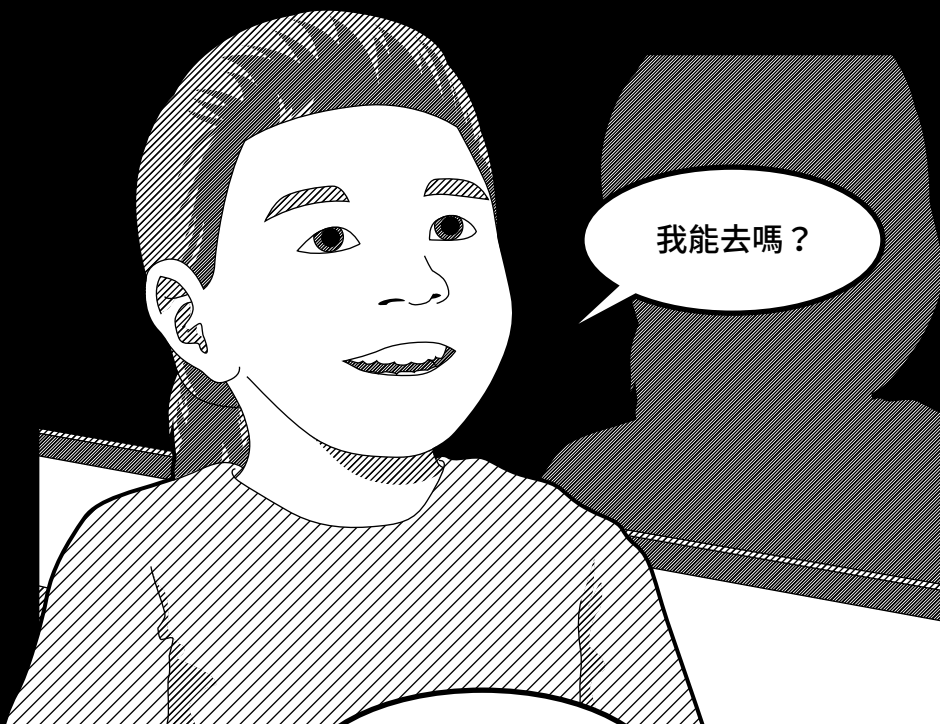
我們現在就去吧。  
順便鍛煉一下。

好的。散步從  
來都是好事。


你知道體育鍛  
煉也有助於預  
防結腸癌嗎？

它對所有人  
都有好處。









你怎麼知道自己  
是否有結腸癌？

如果檢測結果為陰性，  
就表明我沒有結腸癌。  
檢測可能遺漏一些病例，  
但這種情況很少見。

我每年還得再做一次檢測。  
假如我用 *FIT-DNA*  
檢測，每三年重複一次  
就行了。



我的健康照護提供者會與我聯絡。這可能意味著我有結腸或直腸癌，也可能是其他問題。

接下來，我就需要做結腸鏡檢查，找出問題所在。






我記得媽媽做過  
結腸鏡檢查。他們  
用一個微型攝像頭觀  
察她的結腸內部。

是的，她  
的結果一  
切正常。





我希望你的檢測結果  
是陰性，沒有任何  
結腸癌跡象！

我也希望如此！  
重要的是我正在  
關注自己的健康。

## 關於結腸癌風險的事實

### 結腸癌的風險因素包括：

- 年齡增長——約 90% 的病例發生在年齡 50 歲及以上群體中\*
- 有結腸癌或腺瘤性瘻肉的個人或家族病史
- 患有遺傳性症候群，例如林奇症候群或家族性腺瘤性瘻肉 (familial adenomatous polypos, FAP)

### 下列生活方式的改變可能降低結腸癌患病風險：

- 減輕體重，如果您超重或肥胖的話
- 增加身體活動，少坐多動
- 少吃加工肉類，多吃水果蔬菜
- 少喝酒，不吸煙
- 減少或停止使用煙草。如需戒煙或戒除電子煙支持，請致電 866-697-8487。

今天就與您的健康照護提供者談談您的結腸癌風險和篩檢事宜。

如需詳細資訊，請造訪 [nyc.gov/health/coloncancer](https://nyc.gov/health/coloncancer)。如需閱讀篩檢相關的故事，請點按 **Sandra 的故事** 和 **Mark 的決定**。

---

\*風險因素為零者應該從 45 歲開始接受篩檢，因為 50 歲以下群體中的結腸癌發病率一直在持續增加。存在風險因素的人員可能需要更早開始接受篩檢。大多數保險計畫都承保結腸癌篩檢，然而承保範圍可能不盡相同。應在篩檢前與您的健康照護提供者和保險公司確認保險承保範圍。如果您沒有保險，也可能有資格獲得低收費或免費承保。請致電 **311** 獲取免費的投保援助。

