

肝癌

別讓人生變黑白

撰文◎清和病房護理師 陳怡婷

肝癌常見病因與生活息息相關，我們卻不一定知道致癌原因，一起看看沉默的器官會對身體發出什麼警告吧！

常聽到關於肝癌的廣告臺詞：「肝若好，人生是彩色的；肝若歹，人生是黑白的。」根據我國衛生福利部國民健康署資料顯示，每年死於慢性肝病、肝硬化、肝癌約有一萬三千人，肝癌甚至為主要癌症死因的第二位，慢性肝病、肝硬化為主要死因的第九位。

一、何謂肝癌

肝癌是泛指肝臟的惡性腫瘤，為通用的說法，肝癌涵蓋各種肝臟本身所長出來的原發性肝癌，以及由其他器官轉移到肝臟的轉移性肝癌。肝臟器官由許多種類的細胞所組成，最主要的成分是肝細胞，其他還有膽管細胞、血管

細胞、平滑肌細胞、脂肪組織、淋巴組織等，在臺灣以器官別來區分，肝癌是十大癌症排行的前一、二位，其中肝細胞癌占了約90%，膽管癌占約不到10%，其餘則皆更少。

二、肝癌常見症狀

肝癌早期常無明顯症狀，隨著腫瘤大小影響，可能出現以下症狀：

- 上腹部有硬塊、腹部疼痛、腹部積水
- 疲倦、食欲不振、體重減輕
- 黃疸（皮膚和眼白變黃）、出現茶色尿、下肢水腫
- 噁心、嘔吐

三、肝癌常見原因

目前肝癌最主要的高危險因子是慢性肝炎及肝硬化，除此之外還有其他相關的危險因子，根據分析整理出的危險因子如下：

- 慢性肝炎病毒感染、非酒精性脂肪肝：B型肝炎、C型肝炎是主要的致癌因素，長期感染可能引起肝硬化，增加肝癌風險。
- 肝硬化：長期肝損傷引起，增加肝癌風險。
- 抽菸、酗酒：會造成肝細胞損傷，引發肝硬化，增加肝癌風險。
- 黃麴毒素：受污染的食物（如發霉的穀物）產生的黃麴毒素，可能導致肝癌。
- 遺傳性疾病：血色素沉著症、威爾森氏症。

四、肝癌診斷

- 血液檢查（肝功能、肝炎標記及胎兒蛋白）
- 影像檢查（電腦斷層或核磁共振）
- 血管攝影（血管攝影是用來確定肝癌的常用方法，但具有侵襲性）
- 病理組織診斷

五、肝癌治療

- 外科手術：須評估肝臟功能，若剩下的肝組織不能維持正常的肝臟功能，或已經發生轉移，則不考慮手術。
- 射頻燒灼術：經由超音波導引在肝腫瘤內插入電極針，使能量由電極針釋放出來，讓局部組織的凝固性壞死。
- 放射治療
- 經動脈導管肝臟腫瘤化學栓塞術：將化學藥物注入供給腫瘤營養的肝動脈內，能夠阻斷腫瘤氧氣及養分的供給，以達到腫瘤壞死的效果。
- 免疫療法：使用人體免疫系統攻擊癌細胞。

- 肝臟移植

六、肝癌護理衛教

- 養成良好生活習慣，維持理想體重。
- 均衡攝取六大類食物，挑選新鮮食物，若發現發霉應盡速丟棄。
- 避免過度飲酒。
- 定期進行健康檢查，早期發現早期治療。
- 注射疫苗服用抗病毒藥物。

保持健康的生活方式，包括均衡飲食、適量運動、避免過量飲酒，對保護肝臟相當重要，定期檢查肝功能，對肝病家族史或長期酗酒者來說特別重要；早期發現異常可以早期治療，積極預防肝臟疾病，減少肝癌的發生風險，有助於維護長期健康。 

