



Australian Government

**NATIONAL
BOWELCANCER**
SCREENING PROGRAM



資料冊

檢測工具熱線：1800 930 998

計劃資料熱線：1800 118 868



關於全國腸癌篩查計劃.....	3
腸癌	5
您的檢測工具	9
結腸鏡檢查.....	13
計劃登記冊.....	14
需要協助？.....	20

版權

© 2017 由健康部代表澳洲聯邦政府持有

本手冊受版權保護。您可複印、印刷、下載、顯示及複製本手冊的全部或部分內容用於個人用途，但不可作任何修改。或如您是一家機構的成員，您可以內部使用本手冊的內容，但您或您所屬的機構必須滿足以下條件：

- (a) 不能將複印本或複製本用於任何商業用途；以及
- (b) 在複印本或複製本內保留本版權聲明及所有免責聲明，作為複印本或複製本的一部份。

除《1968年版權法（ Copyright Act 1968 ）》規定的使用權及本版權聲明容許的使用權外，我們保留所有其他權利，包括(但不限於)所有商業權利。

有關複製和其他使用權利的申請和查詢，請致函：Communications Branch, Department of Health, GPO Box 9848, Canberra ACT 2601，或傳送電子郵件至 copyright@health.gov.au

此資料冊提供的資料不可能涵蓋所有情況，只應當作指南使用。本手冊不應取代個人醫療意見。如果您對您的健康狀況有任何擔憂或疑問，請向您的醫生提出。

全國腸癌篩查計劃 (National Bowel Cancer Screening Program)



為什麼您應接受檢測

- 接受檢測可能救您一命
- 檢測有助及早發現腸癌
- 腸癌可以發生而無任何症狀
- 50歲後患腸癌風險大大提高
- 好消息是如果及早發現，10個腸癌個案中有9個可以成功治癒
- 醫生建議50歲至74歲年齡人士每兩年在家中進行檢測



甚麼人應進行檢測？

- ✓ 差不多每一位年齡介於50至74 歲的人士
 - ✓ 不論男女
 - ✓ 甚至是健康人士——腸癌最大風險因素是年齡
 - ✓ 曾做過檢測的人士——醫生建議每兩年篩查一次。
- 如您有症狀或有明顯的腸癌家族史（請參閱第 6 頁腸癌章節），您應儘快與您的醫生討論您需要做何種檢測。
 - 如您在過去兩年內進行過結腸鏡檢查，或因腸道問題正在看醫生，您可能不需要接受檢測。

檢測要找出甚麼？

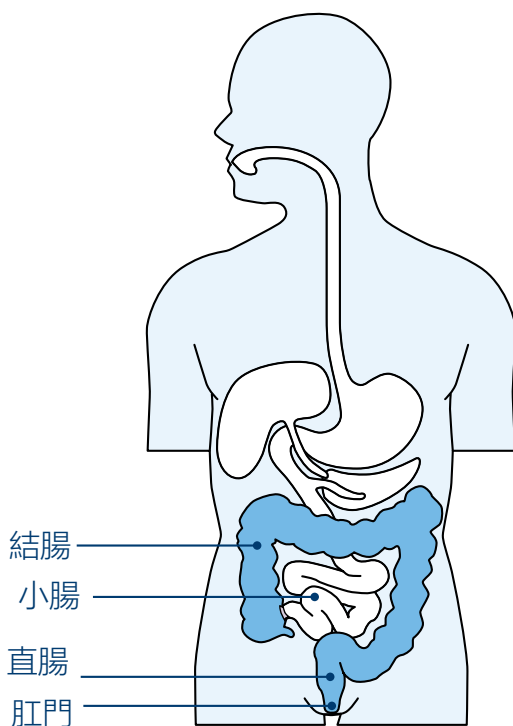
- 篩查檢測是要檢查沒有症狀的人士在排便時(糞便) 有沒有微小的血跡。
- 腸癌或息肉(細小的贅肉)可以在腸道內壁生長，這些生長物往往會釋出微量血液，在未有腸癌症狀之前，可以在糞便中找到。
- 息肉並不是癌症，但隨著時間可以發展成為癌症。它們可以輕易切除，從而降低形成腸癌的風險。
- 如果在您的標本中發現血液，這除了癌症以外，也可能是由於其他因素，您需要約見醫生討論結果。您的醫生可能會建議結腸鏡檢查以查找導致出血的原因（請參閱第13頁的「結腸鏡檢查」章節）。

腸道的功能

腸道是消化系統的一部份。身體的這一部份分解食物，並通過排便將其排出體外。

您的腸臟有 3 部份：

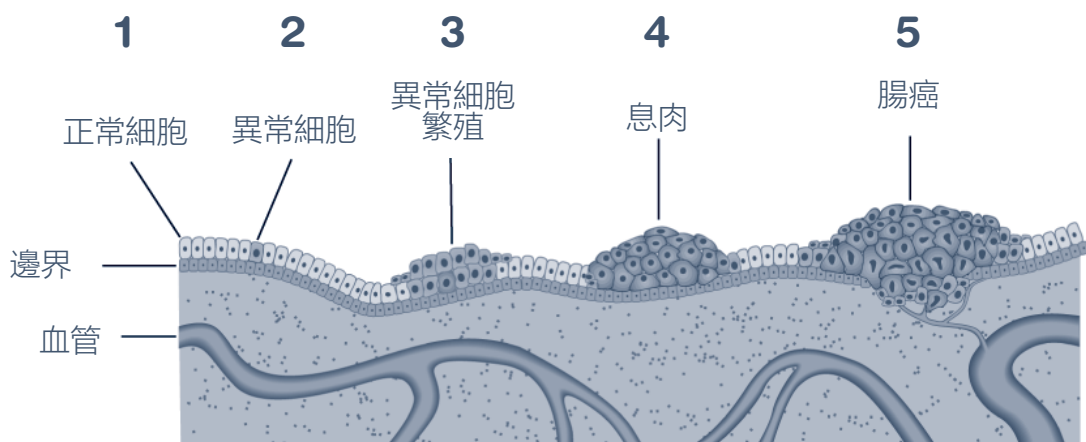
- 小腸——從分解的食物中汲取養份
- 大腸（結腸）——主要吸收水份
- 直腸——儲存糞便，直到它通過底部（肛門）排出體外。



何為腸癌？

- 腸癌最常發生於大腸（結腸）內
- 大多數腸癌由腸道內壁內的細小贅肉（名為息肉）演變而成
- 並不是所有息肉都會變成癌
- 切除息肉可降低您患腸癌的風險。

腸癌的階段



那些是腸癌症狀？

腸癌可以在沒有任何症狀下發生，因此每兩年篩查一次非常重要。症狀可以包括：

- 尿液、糞便或座便器中有血液
- 您的如廁習慣最近持續變化，例如糞便較軟、嚴重便秘和/或您需要比平常更頻繁大便
- 不明原因的疲倦或體重減輕
- 胃痛。

知曉症狀：

- 如果您注意到任何這些症狀，這並不代表您患有腸癌，但與您的醫生討論非常重要。
- 腸癌可能影響50歲以下人士，所以您應確保所有家人和朋友都知道這些症狀，並且如果他們有疑慮便要與醫生討論。

第5頁和第6頁插圖改編自原始插圖，鳴謝維多利亞癌症委員會 (The Cancer Council Victoria) 提供原始插圖。

您患腸癌的風險可能會增加，如果您：

- 超過50歲
- 體重過重
- 飲食中含有大量紅肉和加工肉類（如煙肉、香腸）
- 飲食中只含小量蔬菜、水果、豆類和全穀食物（如全麥麵包、糙米）
- 吸煙
- 飲酒
- 患有炎症性腸病（例如克隆氏症或潰瘍性結腸炎）
- 之前在腸道內有良性腫瘤
- 有明顯的腸癌家族史。

甚麼是明顯的腸癌家族史？

明顯的腸癌家族史是如果：

- ⇒ 一名近親（父母、兄弟、姐妹或子女）在年輕時（55歲以下）患有腸癌；或
- ⇒ 在家庭中超過一名近親在任何年歲時患有腸癌。

如果您認為自己有明顯的腸癌家族史，請與醫生討論您患病的風險以及適合您的檢測方法。

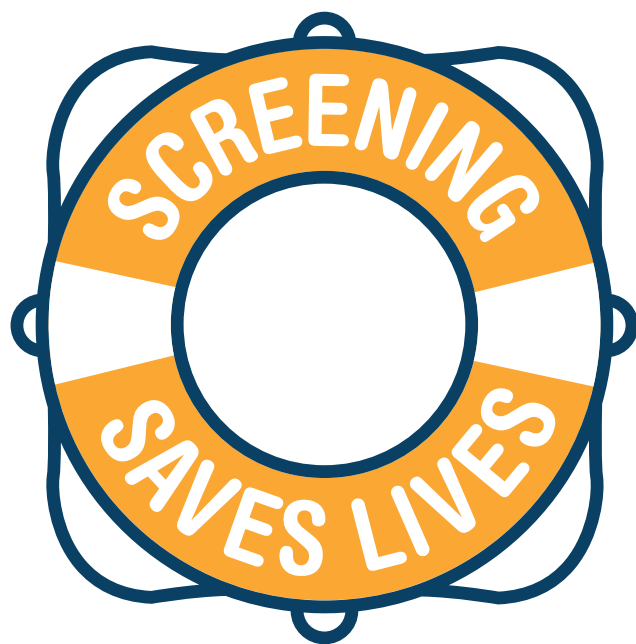
80%腸癌患者沒有家族腸癌史



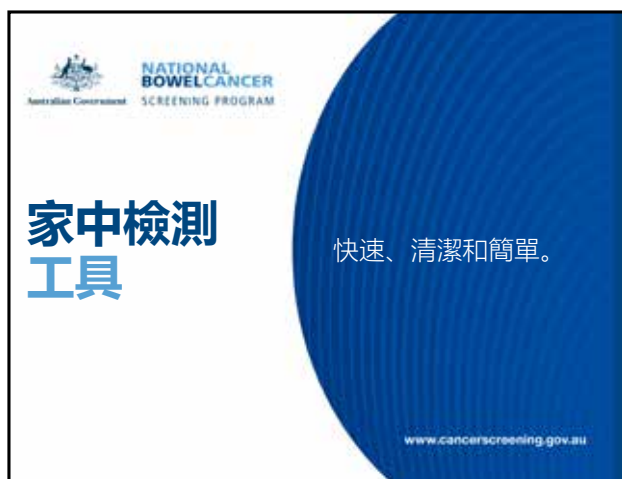
您可以降低您患腸癌的風險

雖然不可以完全預防癌症，但您可以通過以下方法降低患腸癌的風險：

- ✓ 健康飲食
 - ⇒ 節制食用紅肉（每週少於500克），避免進食加工肉類
 - ⇒ 多吃穀類、蔬菜、水果和豆類
 - ⇒ 避免高熱量食物和含糖飲品
- ✓ 多做運動，每天至少鍛煉30分鐘，減少安坐時間
- ✓ 減少喝酒份量
- ✓ 不吸煙
- ✓ 每兩年篩查一次，以助早期查出腸道變化，以便容易治療。



因為在出現症狀之前，
它可以檢測到腸癌



提醒您使用檢測工具的提示

- 把它放在可以看到的地方，以提醒您去做（例如放於您的洗手盆枱面或座便器上）。
- 定下您承諾採集標本的日子（例如下週星期一和星期二）。

檢測工具涉及甚麼？

此免費篩查檢測快速、清潔和簡單——並且您只需在家中進行。您不必改變您的飲食習慣或服用的藥物。檢測涉及從兩次不同的排便過程中使用採集棒收集兩個小標本。然後將標本寄往計劃實驗室，檢測尋找微小、肉眼看不見的血跡。

取得準確結果——安全儲存您的標本

檢測可以非常準確地找到血跡。但是，如果延遲了標本檢測時間或標本長時間暴露於高溫時，血液可能會分解，難以檢測。這可能會導致不準確的結果。

兩個標本收集時間盡可能接近，將它們冷藏於雪櫃中，並且儘快寄出，對取得準確結果非常重要。

為什麼要把標本冷藏於雪櫃中？

雪櫃為您的標本提供最穩定的環境，由於有保護包裝，不會有污染雪櫃內其他物品的風險。請不要把標本置於冷凍櫃內。

取得結果



您的結果將在您寄出標本後數週內，郵寄給您和您的醫生（如果您有指定）。

陰性結果



如果您的標本中沒有發現血液，您的檢測結果將是陰性，現在不需要採取進一步的行動。但是，這並不意味您沒有或者永不會患上腸癌，因為一些腸癌不會出血或者只會間歇出血。本計劃中使用的測試可檢測到85%的腸癌。這就是為什麼每兩年篩查一次如此重要，還有如果您在得到陰性結果後出現症狀，與您的醫生交談同樣重要（請參閱第6頁腸癌章節內的症狀）。

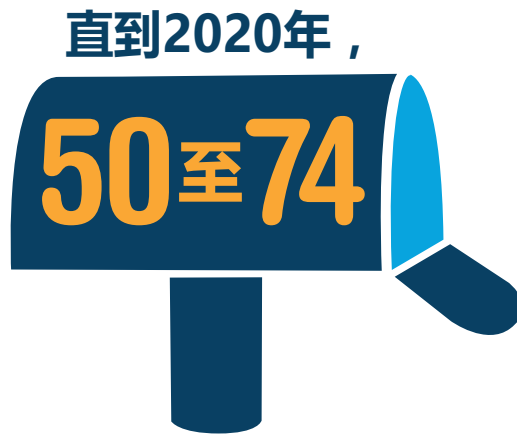
陽性結果



如果在您的標本中發現血液，您的檢測結果將是陽性，您需要與您的醫生討論。陽性結果可能是由於癌症以外的狀況（如息肉，痔瘡或腸道炎症），但重要的是要調查原因。您的醫生可能會建議進一步檢查，以查明出血原因，通常是做結腸鏡檢查。

計劃提供的是甚麼檢測？

檢測為免疫化學大便潛血試驗(iFOBT)。



歲人士將會每兩年收到免費檢測工具郵件

現在不需要檢測或不想參加計劃？

參加計劃與否是您的選擇。

您可以推遲檢測（暫停）或選擇從本計劃中刪除（選擇退出）。請致電 **1800 118 868** 的計劃資料熱 (Program Info Line) 線或填寫本手冊底部的表格（第17頁）。

- 如果您 **暫停** 參加計劃，您可以選擇希望重新加入的日期。您可以暫停您的參與長達一年。
- 如果您選擇 **退出** 本計劃，您將不會收到本計劃的其他免費檢測工具或信件。計劃登記冊內您的記錄不會再儲存有關腸道篩查的進一步臨床資料。

您可以隨時重新加入計劃。

有關如何管理您的個人資料的信息，請參閱第14頁「計劃登記冊」章節或瀏覽www.cancerscreening.gov.au/nbcsp-privacy

如果您不想參加，應如何處置檢測工具？

將不要的檢測工具放入垃圾箱。不要將未使用的工具退還或給予其他人。

如果您知道有人想要檢測工具，應怎麼做？

如果您認識的50歲至74歲人士想要參加檢測，他們可致電計劃資料熱線 **1800 118 868**，或瀏覽www.cancerscreening.gov.au/bowel取得更多資料。



如果您的檢測結果為陽性，即在排便時有血液，您的醫生可能會轉介您進行結腸鏡檢查。

甚麼是結腸鏡檢查？

結腸鏡檢查是一項當您在鎮靜（睡著）的情況時，查看腸內的程序。醫生在直腸插入一支細長、連接微型相機的軟管，尋找息肉或癌細胞生長。和所有的醫療程序一樣，當中有風險，也有好處。然而，及早發現癌症的好處遠遠超過結腸鏡檢查的潛在風險。在進行結腸鏡檢查之前，先與醫生討論風險和好處非常重要。

您需要支付結腸鏡檢查的費用嗎？

公共醫療病人可以免費做結腸鏡檢查。如果您以私人醫療病人身份接受結腸鏡檢查，您可能需要支付費用。您應該在結腸鏡檢查前諮詢醫生有關任何費用。

如果在結腸鏡檢查中發現了東西，會怎樣？

如果發現息肉或其他生長物，醫生通常會立即將其取出並送到實驗室進行癌症檢測。

如果發現腸癌，您可能需要接受手術。如果早期發現，全面康復的機會很高，大多數人能夠回復正常的生活習慣。通過此計劃發現的大多數癌症個案處於早期階段。

如果結腸鏡檢查沒有顯示甚麼，那會怎樣？

如果沒有發現息肉或癌細胞生長，那麼當您下一次符合資格時，本計劃將會向您寄出另一套檢測工具。與此同時，如果您出現任何症狀（請參閱第6頁的腸癌章節），您應該去看醫生。



計劃登記冊保留甚麼資料？

計劃登記冊保留個人資料如：

- 您的Medicare號碼
- 您的聯絡資料
- 您的計劃檢測結果
- 您指定的醫生的姓名
- 進行計劃篩查檢測後，您可能會進行進一步檢測（例如結腸鏡檢查）的結果。

這些資料將用於什麼地方？

這些資料將用於：

- 提醒您要使用檢測工具做檢測
- 協助您取得跟進和獲得醫療服務
- 邀請您在將來再做一次檢測
- 聯絡醫療服務提供者索取您的檢測結果
- 監察和評估此計劃及其對澳洲腸癌的影響。

我的資料將會交給誰？

保存在登記冊中的個人資料可能會交予在本計劃下提供服務的醫療和其他專業人員，例如：

- 您指定的醫生
- 專科醫療人員
- 負責檢測您的標本的病理檢驗實驗室
- 州和領地健康部門的僱員和合約服務提供者
- 澳洲政府健康部(Australian Government Department of Health)
- 澳洲健康和福利研究所 (Australian Institute of Health and Welfare)
- 獲授權的第三方服務提供者
- 您指定任何獲授權的第三方。

隱私

您的個人資料和檢測結果保存在計劃登記冊中，受《1988年隱私法 (Privacy Act 1988)》保護，將按照該法例規定的澳洲隱私原則處理。

可在計劃網站取得更多資料：

www.cancerscreening.gov.au/nbcsp-privacy



**早期發現的腸
癌個案可以
成功治癒**

For information in your language go to www.cancerscreening.gov.au/translations
or call the Translating and Interpreting Service on 13 14 50.

MACEDONIAN

За информации на македонски јазик одете на www.cancerscreening.gov.au/translations или јавете се на Службата за писмено и усмено преведување на 13 14 50.

NEPALESE

त्रको माथिल्लो भागमा उल्लेख गरिए बमोजिम नेपालमा जानकारीको लागि www.cancerscreening.gov.au/translations मा जानुहोला अथवा ट्रांसलेटिङ्ग एण्ड ईन्टरप्रेटिङ्ग सर्भिस को १३१ ४५० मा सम्पर्क गर्नुहोला।

PERSIAN

برای کسب اطلاعات به فارسی، به آدرس www.cancerscreening.gov.au/translations مراجعه کنید یا با خدمات ترجمه کتنه و شفاهه شماره 13 14 50 تماس بگیرید.

POI ISH

Informację o programie w języku polskim znaleźć można na stronie www.cancerscreening.gov.au/translations, lub dzwoniąc do Telefonicznej Służby Tłumaczy pod numer 13 14 50.

PORTUGUESE

Para informações em português acesse www.cancerscreening.gov.au/translations ou ligue para o Serviço de Tradutores e Intérpretes discando 13 14 50.

PUNJABI

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ www.cancerscreening.gov.au/translations ਉੱਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ ਅਨੁਵਾਦ ਦੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ (Translating and Interpreting Service) ਨੰ 13 14 50 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

RUSSIAN

За информацией на русском языке перейдите на сайт:
www.cancerscreening.gov.au/translations или позвоните в
Службу письменного и устного перевода TIS по тел. 13 14 50.

SERBIAN

За информације на српском, погледајте www.cancerscreening.gov.au/translations или назовите Службу преводилаца и тумача на 13 14 50.

SPANISH

Para obtener información en español, visite www.cancerscreening.gov.au/translations, o llame al Servicio de Traducción e Interpretación, en el 13 14 50.

TURKISH

Türkçe bilgi için www.cancerscreening.gov.au/translations adresini ziyaret edebilir veya 13 14 50'den Yazılı ve Sözlü Çeviri Servisi'ni arayabilirsiniz.

VIETNAMESE

Muốn biết thông tin tiếng Việt, truy cập www.cancerscreening.gov.au/translations, hoặc gọi cho Dịch vụ Thông Phiên dịch (TIS) qua số 13 14 50.

選擇退出表格

如果您不希望參加本計劃，請填寫此表格。

ID號碼

(可於您的邀請信上方找到此號碼)

姓

出生日期

名

女

☐

男

☐

請提供選擇退出計劃的原因：

☐

定期做結腸鏡檢查

☐

正在接受癌症治療

☐

擔心隱私問題

☐

定期做大便潛血(FOBT)篩查

☐

對篩查過程感到不自在

☐

不感興趣

☐

醫生建議不要參加

☐

其他

我明白選擇退出後：

- 我再不會收到任何提醒信件，將來也不會獲邀參加篩查，除非我通知計劃我希望參加。
- 如果我已退出該計劃，但之後決定使用所提供的FOBT檢驗參加本計劃，我將被視為計劃參加者。即是說我的檢測結果將記錄在計劃登記冊內，此外如果需要，會給我發出提醒信。

簽署

日期

請注意：此表格必須由受邀參加本計劃的人士簽署，或由其授權的第三方代表簽署。如果是代表受邀人簽署，請提供您的姓名和聯絡資料。

授權第三方姓名：

授權第三方聯絡電話號碼：

工作電話：()

家庭電話：()

(手機號碼)

在填妥此表格後，請將其從本手冊上撕下，寄往計劃登記冊，地址如下（無需貼郵票）：

**NBCSP Register
Reply Paid 83245
Canberra BC ACT 2610**

暫停申請表

如果您希望暫停參加本計劃，請填寫此表格。

ID號碼

(可於您的邀請信上方找到此號碼)

姓

出生日期

名

女

男

☐

尋求醫生意見

☐

患病

☐

最近已接受腸癌篩查

☐

旅遊

☐

最近已接受結腸鏡檢查

☐

其他

我希望暫停參加此計劃，直至（請選擇其中一項）：

☐

（請填寫您希望重新開始參加本計劃的時間。這時間距離您獲邀參加的時間不可超過一年。）

☐

我下一次符合計劃參加資格之時

簽署

日期

請注意：此表格必須由受邀參加本計劃的人士簽署，或由其授權的第三方代表簽署。如果是代表受邀人簽署，請提供您的姓名和聯絡資料。

授權第三方姓名：

授權第三方聯絡電話號碼：

工作電話：()

家庭電話：()

(手機號碼)

在填妥此表格後，請將其從本手冊上撕下，寄往計劃登記冊，地址如下（無需貼郵票）：

NBCSP Register
Reply Paid 83245
Canberra BC ACT 2610

需要協助？

如果您需要更多資料，以下的機構可以幫助您。

如您希望...	機構	聯絡資料
<ul style="list-style-type: none">取得更多有關本計劃的資料	全國腸癌篩查計劃資料熱線	1800 118 868 www.cancerscreening.gov.au/bowel
<ul style="list-style-type: none">就如何使用檢測工具提出問題	檢測工具求助熱線	1800 930 998 或於以下網址觀看短片： www.cancerscreening.gov.au/bowel
<ul style="list-style-type: none">獲取傳譯服務	翻譯與傳譯服務	13 14 50 www.tisnational.gov.au
<ul style="list-style-type: none">獲取翻譯本和信件	全國腸癌篩查計劃	www.cancerscreening.gov.au/translations
<ul style="list-style-type: none">因聽力障礙需要獲取協助服務	電傳打字機 (TTY) 服務	1800 810 586
<ul style="list-style-type: none">與受過訓練的員工討論癌症找出本地社區中的癌症服務	癌症協會	13 11 20 www.cancer.org.au