

癌症預防要趁早 腸癌篩檢不可少



# 輕鬆預防 腸保健康

**1 天天五蔬果：**  
降低得到  
大腸癌的機會



**2 每天運動30分鐘：**  
21%-25%大腸癌歸因於  
身體活動不足



**3 二年一篩檢：**  
降低35%大腸癌死亡率

- ◆ 國民健康署補助45到74歲民眾及40到44歲具家族史之民眾，每2年1次糞便潛血檢查，請帶健保卡，赴健保醫療院所檢查。
- ◆ 檢查服務資訊請洽各地衛生局（所）。



衛生福利部 關心您  
Ministry of Health and Welfare

國民健康署

