

# PooPoo實驗室



大腸癌篩檢-糞便潛血檢查

進入實驗室一探究竟

# 實驗室成立宗旨



大家好,我是PooPoo博士,這個實驗室是由我一手打造的,知道我為什麼創造這個實驗室嗎?

由於飲食西方化,從民國95年開始,大腸癌已成為本國癌症發生人數首位,死亡率位居第三。

然而事實上,大腸癌並沒有那麼可怕,延誤診斷和治療才會造成傷害。透過早期篩檢早期治療,大腸癌可以降低20%的死亡率,因此定期接受糞便潛血檢查,可以有效地降低大腸癌的死亡率哦!

# 高風險族群

在介紹糞便潛血檢查之前，我們要先來介紹高風險族群



## 家族史

二等親內(父母, 兄弟姊妹)中有人罹患過大腸癌

## 年齡

癌症可能發生在任何年齡, 但大多數年齡皆超過50歲

## 大腸癌 病史

之前有罹患過大腸癌, 二次罹癌的機率將會提高

## 飲食

飲食習慣為高脂肪、高熱量、低纖維會增加癌症的機會

## 特殊腸道 疾病

- (1) 瘻肉: 瘻肉是生長在結腸和直腸管壁內的良性組織, 但多數的大腸癌是由瘻肉變化而來
- (2) 潰瘍性結腸炎: 結腸或直腸黏膜慢性反覆性發炎會導致罹癌的風險提高

\*癌症是由一種或多種的危險因素而造成, 有上述情況發生不一定表示會得到大腸癌, 但罹癌的機率會大大的上升。

## 步驟一

# 找對服務窗口

那接下來就由我來告訴大家要怎麼做糞便潛血檢查囉!



攜帶**自身健保卡**，至**健保特約醫療院所**檢查並領取採便管。

此外，由於大腸癌多發生在**50歲**以後，因此國民健康署每年都有補助我們實驗室讓**50-74歲**的民眾每兩年免費篩檢一次!



## 步驟二

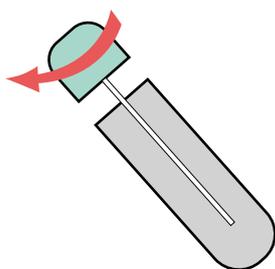
# 進行採便



提醒您採檢前, 不用特別限制飲食哦~

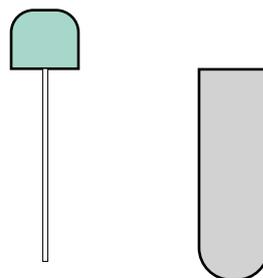
## 採檢順序

1



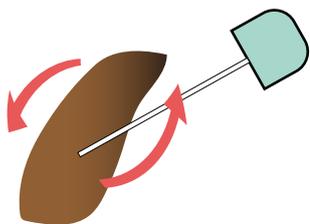
將採便管的管蓋轉開

2



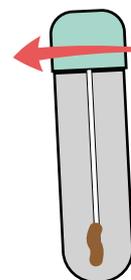
將採便棒拔出  
且不要倒掉保存液

3



用採便棒在糞便表面來回刮取  
微量即可檢驗

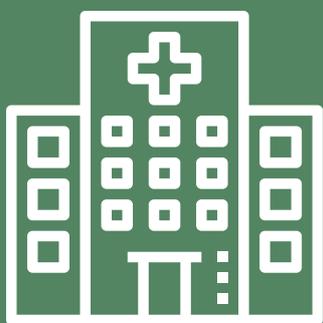
4



將蓋子旋緊蓋上  
並送回實驗室  
或先存放於冰箱保存

# 送回實驗室

民眾可將採便管送至



醫療院所



當地衛生局



合約藥局

最後就是等待結果啦!



## 步驟四

# 結果出爐

### 篩檢陽性

民眾不用驚慌，糞便潛血檢查並非百分之百正確，建議至大腸直腸外科、腸胃肝膽科、消化腸胃系內科或一般外科，進一步接受大腸鏡的檢查。

### 篩檢陰性

陰性的民眾就請維持良好的生活習慣來預防大腸癌。

1. 多吃五蔬果，盡量減少攝取加工肉品以及紅肉
2. 維持良好的運動習慣避免肥胖
3. 維持兩年一次的篩檢

# 篩檢陽性後之大腸鏡檢查

篩檢確診為陽性後，建議**提早**進行大腸鏡檢查，  
罹患大腸癌的**風險越低**

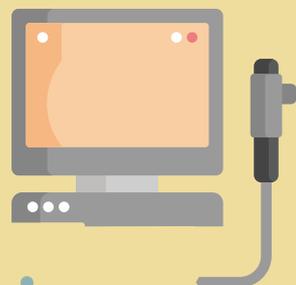
大部分的瘰肉都能在做大腸鏡的同時進行切除，並在後續持續進行專業醫生的**定期的追蹤與治療**。

因此定期的糞便篩檢與陽性篩檢後的大腸鏡檢查可以有效的**降低大腸癌的風險**。

接下來讓PooPoo博士告訴你大腸鏡篩檢前的注意事項



**大腸鏡**  
Colonoscopy(n.)

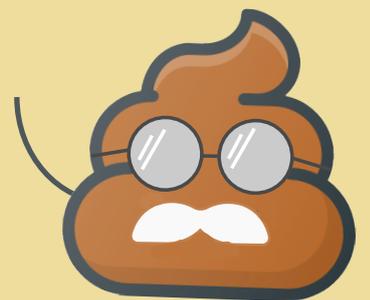


# 大腸鏡檢查前之注意事項

大腸鏡能否檢查清楚，跟腸胃的乾淨程度有很大的關係，因此在檢查前有幾點要注意。

1. 在兩~三天前採用低渣飲食，避免累積太多糞便
2. 前一天服用瀉劑
3. 服藥後攝取足夠的水分(2000cc以上)

在未接觸到大腸鏡檢查之前，很多人不知道什麼是低渣飲食，因此接下來就來告訴大家，怎麼吃才是低渣飲食！



# 低渣飲食

1. 忌食用奶類及乳製品
2. 肉類：去皮之肉類及絞肉
3. 蛋類：除油炸、煎外之蛋類皆可
4. 豆類：除油炸之豆製品及未加工之豆類皆可
5. 全穀根莖類：精緻穀類及其製品  
(如：米飯、麵條、吐司等)
6. 蔬菜類：嫩的葉菜類，菇類及去皮的瓜類
7. 水果：少纖維之水果(如：哈密瓜，木瓜等)
8. 油脂類：除堅果類皆可
9. 勿食用刺激性調味品

此外，低渣飲食非健康之飲食方式，應在檢查完成之後，  
恢復正常之飲食



# 貼心小提醒

此外，早期大腸癌並無太多症狀，需要接受篩檢才能發現，民眾如果在日常生活，出現下列症狀，請**盡速就醫**：

1. 大便中有**血**
2. 大便中有**黏液**
3. 排便習慣改變 (**一下子腹瀉，一下子便秘**)
4. 大便變**細小**
5. 經常性**腹瀉或便秘**
6. 不明原因**體重減輕**
7. **貧血**
8. 腫瘤較大，可**觸摸到腫塊**

很重要要注意哦！



以上就是我們實驗室還有大腸癌篩檢的介紹，  
大家有沒有更了解了呢！



就讓PooPoo博士來守護你的健康！

資料來源-衛生福利部國民健康署

<https://www.hpa.gov.tw/>