



本港頭號 殺手癌—— 肺癌

本港空氣污染嚴重，易損害港人呼吸健康，而肺癌已是本港頭號癌症，死亡率極高，即使能及早發現，亦只有10-20%患者能再活多5年，故及早護肺，預防肺癌危機，實在刻不容緩！

空氣污染、吸煙 成肺癌元兇

空氣污染會損害肺部，如石油、煤等燃燒後會產生有害物質，增加肺癌發病率。香港空氣污染嚴重，亦易損害港人肺部健康。而年齡增長、常吸入煮食油煙(如:家庭主婦)、有家族肺癌病史、常接觸輻射物等，亦是肺癌高危族。此外，香煙內的尼古丁正是形成肺癌的毒物，高達90%肺癌與吸煙有關，可令肺癌風險上升13倍，即使是二手煙，亦令患肺癌風險增加1.5倍。

肺癌無徵狀 一級隱形殺手

5-10%肺癌患者可全無徵狀，而且一般檢測(如驗血、抽痰、照X光等)亦未必一定能檢測得到，而是要利用低劑量胸腔電腦掃描(Lung Low Dosage CT Scan)，才能檢測出來，而此檢查帶有一定的輻射量，日常亦未必人人會作此檢查，故這是不少肺癌患者到後期才被確診發現的原因之一。

肺癌常見 7 種徵狀：

1 持續咳嗽6-8個星期或以上

2 消瘦、胃口下降

3 指甲拱起

4 聲沙或咳血

5 氣促

6 肺部常受感染(如:肺炎)

7 頸部淋巴核凸起

* 如癌細胞持續擴散，可轉移到腦、肝、骨及其他重要器官，令死亡率大增。

治療方法副作用多

現時肺癌常見的治療方法包括手術、化療及放射性治療。手術只適用於早期，癌細胞未有擴散轉移的患者，一般需要切除半邊肺，以減少復發機會。而化療及放射性治療多用於較後期的患者，或用於手術後以預防癌細胞擴散。但此類治療副作用很多，包括噁心、吞嚥困難、毛髮脫落等，亦可令正常細胞受損，及降低白血球數量，增加感染機會，可引發多項嚴重併發症。

魚鯊烯(Squalene)護肺防病變

預防勝治療，如有吸煙，請立即戒煙，但二手煙、空氣污染仍避無可避，故平日可多攝取有助護肺排毒的營養，以防肺癌危機。

《國際癌症期刊》刊登的研究便指出，魚鯊烯能抑制煙草內的有害物，引起的肺部細胞癌變，並能增加肝臟對致癌物的解毒能力，有效減低患肺癌機會，是重要的護肺營養。再配合定期作肺功能檢測，以了解自身肺部健康，及早作出防禦及改善，自然大大減低患各項肺病機會。

DAGE (AKGs) — 癌症治療輔助營養

即使不幸患上肺癌，配合充足的營養，亦有利癌症治療，提升生存率。國際研究便發現，鯊魚肝臟中含有一種珍貴免疫營養 — DAGE (AKGs)，能有效調節白血球水平及保護細胞，減少癌症治療引起的副作用，並且能令腫瘤指數下降70%，及減低肺癌轉移的機會，是輔助癌症治療的重要營養。

資料提供：

陳亨利醫生 簡介

- 香港大學內外科全科醫學士
- 香港家庭醫學院院士
- 香港醫學專科學院院士(家庭醫學)