

Source **Nanyang Siang pau**  
Date **20 / 7 / 2010**

健康 心呼吸

主题焦点

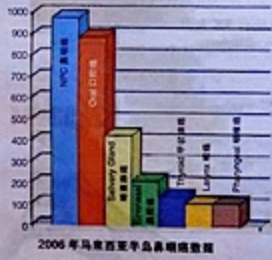
2010年9月16日 星期四

2



# 远离咸鱼 远离鼻咽癌

### 在这许多耳鼻喉的病症当中，鼻咽癌名居首位，属我国男性第2大癌症！



**2006年马来西亚鼻咽癌数据**

癌症类型	数量
鼻咽癌	~900
肺癌	~850
肝癌	~450
胃癌	~350
胰腺癌	~250
前列腺癌	~150
结肠癌	~100

### 什么是鼻咽癌？

鼻咽癌 (NPC) 是一种出现在鼻子后部的癌症。在马来西亚，鼻咽癌相当普遍，它是男性第2大癌症。2006年，马来西亚有981人患上鼻咽癌。

马来西亚耳鼻喉科协会前任主席叶晋耀说，以新加坡来区分的话，华裔的风险最高——每10万人有3.8人患。其次是马来——每10万人有1.2人患，以及东马土著。以马来来区分的话，男性患上鼻咽癌的风险比女性高3倍。患病风险则高于50至70岁。

**鼻咽癌是“耳鼻癌”** (英文称“Head & Neck”) 癌症的其中之一。2006年，共有约2864人患与耳鼻喉有关的问题，仅次于乳腺癌 (3225)、第3与第4大癌症前列腺癌 (2066) 与肝癌 (2046)。

叶晋耀也是博特拉大学讲席医学系耳鼻喉科主任。他指出，鼻咽癌是较深男性第二大问题，目前排名第3，正渐不是数据下降。数据详实程度不同。“与鼻咽癌第一、大肠癌与前列腺癌如今联合一谈，便数出看来越是越大了。不过，在手术领域，耳鼻喉的癌症是喉癌之后最多的。”

**鼻咽癌的初期症状：**

- ◆ 颈部有肿块、颈部疼痛、头痛、耳内或单耳听力失聪
- ◆ 口水带血丝、鼻出血
- ◆ 血清检查 (EBV serology，测试鼻咽癌的 [EB病毒血清学检测]) 可用来诊断鼻咽癌
- ◆ 如果发现有任一症状，即为鼻咽癌等鼻咽癌的信号。

**鼻咽癌的诊断过程：**

- ◆ 确诊：鼻咽内镜镜检查 (Nasal endoscopy) 与活检 (biopsy)
- ◆ 分期：磁共振扫描
- ◆ 基础：化疗与放疗
- ◆ 进展：口鼻放疗之后常见的问题
- ◆ 复发：持续的检查以预防复发

撰稿人：陈品洁

字数：

20.7.2010（二）

封面引言：

每一个人都有“耳、鼻、喉”，我们每日每刻都在用我们的“耳鼻喉”来做事，你可知道，耳鼻喉一旦不好好照顾，带来的癌症有：鼻咽癌、口腔癌、唇癌、鼻癌、副鼻窦癌、喉癌、口咽癌、下咽癌、甲状腺癌和唾液腺癌那么多！

也许很多人不知道，在鼻咽癌患者当中，华裔最多——每10万人便有3.8人患。

也许更多人不知道，鼻咽癌的其中一个风险因素，是过早吃咸鱼——你今天吃多少不关事，你在多年幼时开始吃就关事！

-----

引言：

在这许多耳鼻喉的病症当中，鼻咽癌名居首位，是我国男性第二大癌症！

-----

主文：

他是一个阳光般的青少年，正打算在事业上大展拳脚。30岁那年，医生确诊他患上鼻咽癌（Nasopharyngeal Cancer），当时，他已处于第三期，癌细胞已破坏他的鼻子的一部分；他的颈长瘤。做化疗期间，因为外观改变、缺乏自信与勇气，他辞职了。6个月之后，他的病情又再复发，癌细胞出现在位于颈的鼻咽部分。

虽然癌细胞再度复发的机会只有5%，可是他却是不幸的一个。所幸的是，他一直密切复诊，使癌细胞得以第一时间获侦察，并以手术切除之。如今，他的病情已控制下来，还跟朋友一起合股开了一家电脑公司，准备重振旗鼓，再战江湖。

另一边厢，有一个医生，他年28岁时发现自己患上鼻咽癌。开始时，他与家人都无法接受这个事实，总在问：为什么是我？所幸的是，他亦依时复诊，使自己的病况一直受到良好控制。如今，他们已更勇敢、更开明的面对一切。

医治鼻咽癌的方法是第一期与第二期需电疗法；第三期与第四期，需电疗法与化疗。鼻咽癌初期可用电疗与化疗来医治；绝大多数病人即90%可活过3年。

小题：什么是鼻咽癌

鼻咽癌（NPC）是一种出现在鼻子后面的癌症。在马来西亚，鼻咽癌相当普遍，它是男性第三大癌症。2006年，西马共有981人患上鼻咽癌。

马来西亚耳鼻喉外科协会候任主席叶育耀，也是博大大学讲师兼医学系耳鼻喉科主任说，以种族来区分的话，华裔的风险最高——每10万人有3.8人患，其次是巫裔——每10万人有1.3人患，以及东马土著。以性别来区分的话，男性患上鼻咽癌的风险比女性高3倍。患病的风险群介于50至70岁。

鼻咽癌是“耳鼻喉”（英文称“Head & Neck”）癌症的其中一中。2006年，西马共有2884人患与耳鼻喉有关的问题，仅次于乳癌（3525）。第3与第4大癌症是大肠癌（2866）与肺癌（2048）。

叶育耀说，鼻咽癌曾是我国男性第二大问题，目前排第3，主因不是数据下降，而是计算法略有不同。“向来乳癌排第一，大肠癌与直肠癌如今联合一组，使数目看起来比较大了。不过，在手术领域，耳鼻喉的癌症是继乳癌之后最多的。”

小题：为什么会患上鼻咽癌？

叶育耀说，最多患上鼻咽癌者是华裔，其次是巫裔、东马土著、印裔。

除了烟、酒、常常咀嚼烟草与槟榔之外，这可能与基因有关，也可能是因为华人常吃咸鱼或腌制品。

那.....我们岂不是不可再吃在咸鱼炒饭了？

叶育耀说，未必。“患上鼻咽癌的原因不在于你现在吃多少，而在于你在多小的时候开始吃。如果你在香港、中国、渔村长大，打从婴儿时期便开始吃这些腌制品，那么你的风险会比较高。”

还有一个患癌的可能性，则与“木削灰尘”有关。“很多木匠与家具业者患上鼻咽癌，可能是因为某些木料的化学物质有致癌的风险。”

小题：躲在后面的癌细胞

因为鼻咽癌的癌细胞多会躲在鼻子的后面，是人的肉眼所无法窥探的。是以，

叶育耀促请人们在发现自己有鼻咽癌症状时，马上咨询耳鼻喉医生。对于没有症状的人，EB病毒血清学检测（Epstein-Barr Virus Serology）是一个很好的筛选测试来显示我们对鼻咽癌的风险。如果EB病毒血清学检测（Epstein-Barr Virus Serology）显示阳性，马上咨询耳鼻喉医生。或者耳鼻

喉医生发现鼻咽肿瘤，医生将会做活体检查来确定鼻咽癌。)

然而，一般人要在发现自己有不名症状时，总会先“头痛医头，脚痛医脚”，神经痛去找神经科医生，其他部位则找普通医生，结果由一个医生转介绍去另一个医生，却耽搁了不少时间。

“虽然MRI可以看到癌症状，可是若没有无法确认，何况鲜少有人会去做MRI。这使到70%的病人用了6个月的时间，才真正找到病因，才能对症下药。”

所幸的是，鼻咽癌的存活率是相当高的，有90%的病人从确诊与医治开始，3年后还生存下来，远甚于其他癌症的60%存活率。

叶育耀说，在初期阶段，即是第一期、第二期或第三期，电疗和化疗便可医治鼻咽癌。一旦进入第4期，便恐已进入肺、骨等以外的地方，造成——病变移植 (metastasis)，届时要医治就比较棘手了。

=====

#### ●最新发明鼻咽癌医治法

#### 鼻咽内窥镜切除手术 (Endoscopic Nasopharyngectomy)

至今，马来西亚特别是吉隆坡中央医院与古晋医院总共做了约20个手术，单是叶育耀本身则做了约10个手术。

#### 医治法：光动力疗法 (Photodynamic Therapy)

首先，需把光动力治疗药物“ Foscan” 注射入病人体内，让病人躺在黑暗的房里96个小时，以确保药已遍布全身。96小时一过，就已激光方法把瘤杀死。“ Foscan” 药只会在见到光时发挥作用而已，否则它是静止的。这种医治法的好处是不必动手术，可一直做，因为它不含辐射物质（电疗和化疗则不能，须等两三年才能重做）。它是一次性的：一边200秒（大约3分钟多），另外一边也是200秒，统共的光照时间不过是4至6分钟而已。这项疗法是由叶育耀与队伍，我国卫生部及癌症研究基金会 (CARIF) 所研发的最新疗法。

=====

副文：

#### ●最新发明鼻咽癌侦察法：

名称：PCR定量技术 (Quantitative PCR)

说明：侦察血液里的EB病毒蛋白（EBV）与脱氧核糖核酸（DNA）。以前用活体PCR定量技术，现在则用这种，准确性更高：有97%的敏感度、93%的准确性。在血液里侦察病毒。香港与中国也有类似的方法，我国也有自己研发的产品，唯未获临床认可。

2.

名称：血液侦察病毒法（Narrow-Band Imaging）

说明：可看到不寻常的血管，侦察出最初期的瘤，一旦确诊，便做活体检查。上述两种侦察法也是叶育耀与其博大大学和我国中央医院团队所研发的成果。

-----

鼻咽癌的初期症状：

- 颈部有肿块、双重视线、头痛、耳鸣或单边耳朵失聪
  - 口水含血丝、鼻溢液
  - 血液检查（EBV serology，筛选鼻咽癌的EB病毒血清学检测）可用来侦察病毒
- 注：如果你有任何一种症状，须马上咨询耳鼻喉专科医生。

-----

鼻咽癌的医治过程.....

确诊：做鼻内窥镜检测（Nasal endoscopy）与活检（biopsy）

期间：做电脑断层扫描

医治：电疗与化疗

并发症：口干是电疗之后常见的问题

复诊：频密的检查以防旧病复发

-----

2006年“头与颈”癌症人数

1. 鼻咽癌（Nasopharyngeal Cancer）：981
2. 甲状腺癌（Thyroid Cancer）：891
3. 口腔癌（Oral Cancer）：428
4. 喉癌（Laryngeal cancer）：216
5. 唾液腺癌（Salivary Gland Cancer）：142
6. 咽喉癌（Pharyngeal Cancer）：113
7. 鼻腔癌（Sinonasal Cancer）：113

## 2006年马来半岛头与颈的癌症男女患病病例

1. 鼻咽癌：3.2: 1
2. 甲状腺癌：0.3: 1
3. 口腔癌：0.8: 1
4. 喉癌：5.5: 1
5. 唾液腺癌：0.8: 1
6. 咽喉癌：2.2: 1
7. 鼻腔癌：1.6: 1

=====

文件名称：r:\leader\tanpc\head&neck2.txt

撰稿人：陈品洁

字数：

(pg 4)

耳鼻喉癌症面面观

### ●口腔癌（Oral Cancer）

口腔癌是指出现在口或舌的癌症。口腔癌是马来西亚第三大耳鼻喉癌症。单单在2006年，我国便出现428个口腔癌病例。最常见的部位是舌头、脸颊、口底。

当一个人出现口腔溃疡（ulcer）超过两个星期时，他便要怀疑这是否是口腔癌。人之所以会有溃疡，是因为吃到细菌、口腔卫生没做好、或者是胃酸倒流。一些人没有胃酸倒流，可是夜里却有咳嗽情况，或者是白天喉咙痕痒，感觉有东西塞着、多痰，那么他也要尽快求医。

“当女性需接受子宫颈癌疫苗时，男性也需接受类似的疫苗，因为一些男性因为有口交习惯，导致他们患上口腔癌，唯这个建议暂未做过临床试验。”

医治口腔癌的最好是手术切除患癌部分。譬如说，如果一个人的癌细胞在舌尖旁，医生可切除那个部分，再让病人进行语音复健。

口腔癌病人最多者是印裔，其次是华裔、巫裔，男女同等几率，最常见的年龄在60至80岁。患病原因可能是喝酒、咀嚼槟榔、嚼烟草、营养不良、缺乏口腔卫生、口交导致人乳头瘤病毒（HPV）传染。

初期症状：

嘴痛或舌溃疡  
有不痛的肿块  
嘴内有红斑或白斑  
说话困难  
下唇或下巴麻痹  
难戴假牙  
颈肿

注：若有上述症状，须即刻求医，疑似癌症是喉癌。

=====

### ●喉癌（Laryngeal cancer）

喉癌的癌细胞会出现在声带（喉）。在我国的耳鼻喉癌症中，喉癌名列第4。单是在2006年，我国共有216个喉癌病例。

喉癌会破坏声带。患病的原因是烟与酒。

喉癌的初步表现是声音嘶哑或变声、声音嘈杂与呼吸困难、吞咽困难。当一个人的声音改变，如变得沙哑或粗超过两个星期时，意味他会局部失声。

医治方法是手术切除喉头，并装置人造声带。“巫裔与印裔担心的是失声，华裔则担心不能吃。事实上，这些问题都能解决。如果是小细胞，医生会以镭射去除；除非病情严重，医生才会切掉整个声带。”

患喉癌最多者是印裔，其次是华裔、巫裔；男性比女性高5倍，最多患者的年龄层是60至80岁。喉癌的医治法是电疗或手术，喉癌的后期是失声，无论如何，病人须定期检查以免旧病复发。无论如何，喉癌初期的医治多有良好反应，在割除整个声带后，病人可以慢慢恢复声音。迟发现者的生还率较低。

-----

### ●咽癌（Pharyngeal Cancer）

咽癌的位置是食道的上端。这个部位包括口咽（在口腔后头）与下咽（在喉咙的上端与周围）。任何族群都有患咽癌的风险，男性比女性高2倍，最多患咽癌者年介于60至80岁。患咽癌的风险因素是：烟、精、咀嚼烟草或槟榔、口交传染人乳头瘤病毒。

咽癌的初期症状是长期喉咙痛、疼痛或无法吞咽；耳朵痛、颈肿、口水有血丝。

癌症初期的医治效果非常好。即使术后，说话与吞咽能力也能恢复过来。癌症后期即使积极治疗，生存率不高，。

-----

### ● 鼻腔癌 (Sinonasal Cancer)

鼻腔癌是长在鼻子或鼻窦。这个癌症虽在我国并不普遍，可是它的肿瘤增长迅速却极快。鼻腔癌的患者最多的是巫裔和华裔，印裔较少。鼻腔癌的男性风险比女性高，最多年龄层是60-80岁。它的风险因素是：常常接触木粉尘、常常接触铬镍、常常接触鞋子与布料工厂的化学物质、抽烟、口交传染人乳头瘤病毒。

鼻腔癌的初期症状是鼻塞、鼻出血、脸痛或麻痹、复视觉 (double vision)、头痛 (若有任何一种症状，须即刻求医)。

鼻腔癌初期可以治愈。病情后期即使加重治疗也积重难返。