

測試有局限 並非百分百準確 衛防：乳癌普查未必好

提起普查，大家都會想起人口的統計調查。而癌症的全民普查是指由政府推行大規模人口癌症篩查，在一大群表面看來健康、沒有癌症症狀的人口中有系統地進行簡單測試，從而識別已患癌或患癌風險較高的人士，以便及早安排適當治療。現時香港已推行「子宮頸普查計劃」，並計劃在明年推行「大腸癌篩查先導計劃」，究竟香港應否為所有沒有症狀的婦女推行全民乳癌普查？ 本報新聞部報道

衛生署衛生防護中心監測及流行病學處非傳染病部高級醫生伍秀賢接受《成報》訪問時稱，乳癌篩查目的就是在未出現任何乳癌症狀前，及早發現患上乳癌的婦女，以便及早治療，避免癌症惡化。乳房X光造影是一種常用的篩查方法，利用X光拍攝乳房影像。檢查過程中，乳房須放於兩塊儀器夾板之間，擠壓乳房令乳房組織平均分布，令影像更清晰。檢查期間婦女可能會感到短暫不適或痛楚。

伍秀賢醫生指出，乳癌篩查亦有潛在的風險。所有篩查測試都有局限，並不是百分百準確，亦會出現假陽性和假陰性結果。

錯誤結果帶來不必要焦慮

「假陽性結果」即是實際上沒有癌症，但測試結果卻錯誤地顯示患上癌症。這樣會引起接受測試的人士產生不必要的焦慮，並驅使他們作進一步具風險的檢查，可是到頭來只是虛驚一場。

相反如篩查中出現「假陰性結果」，也即是指實際上有癌症，但測試結果卻錯誤地顯示沒有患上癌症。外國研究指出，每五位患乳癌的婦女，在進行乳房X光造影篩查時，約有一位未能被檢測出有乳癌。婦女即使發現症狀，可能會以為自己沒有患癌而延誤求醫。假陰性結果較常見於年輕和乳房組織密度較高的婦女。



■據外國研究估計，乳房X光造影會增加30%的過度診斷和不必要的治療。(網上圖片)

另外，篩查可能會發現一些不會擴散或不會惡化為侵入性癌的癌細胞，所以治療這類未必比不治療好。然而醫生一般不能確定那個會惡化或那個不會惡化。

應了解篩查的好處與風險

她指出，婦女在考慮接受乳癌篩查時，應清楚了解篩查的好處和潛在風險，以作出知情的選擇。要注意的是，篩查是在沒有任何癌症症狀之下進行，如果發現任何症狀，應該立即約見醫生作進一步檢查。

伍秀賢醫生補充，全民普查必須以事實、科學證據和公眾利益為基礎，並審慎考慮及普查對社會來說是否利多於弊。研究指出在一些已推行全民X光造影乳癌普查的國家或地區，雖然乳癌死亡率有輕微甚至沒有下降，但同時出現過度診斷而導致不必要的治療的情況。

香港政府轄下的「癌症預防及普查專家

工作小組」建議所有婦女，不論是一般或較高風險，都應該關注乳房健康，留意自己有沒有乳癌的早期症狀。如發現這些症狀，便應立即求醫。至於全民乳癌普查，專家工作小組總括：到目前為止，未有足夠證據支持或反對本港一般婦女進行全民乳房X光造影普查。

建議婦女關注乳房健康

另一方面，專家工作小組建議患乳癌風險較高的婦女，如帶有BRCA1或BRCA2基因突變、有家族乳癌或卵巢癌病史、或有個人的風險因素(例如：在30歲前胸部曾接受放射治療、曾患乳癌或良性乳房疾病)，應諮詢醫生意見，以了解清楚應否接受乳癌篩查，開始篩查的年紀及每次篩查相隔的時間。政府會繼續檢視及討論本港及國際間的最新科學證據，以便制訂適合本地有關癌症預防及普查措施的建議。



■降壓雜菜湯對高血壓一族有莫大益處。(網上圖片)

每日食療 【本報港聞部報道】高血壓是全球最主要致死病因之一，並常被稱為「隱形殺手」。一般而言，患者初期沒有明顯病徵，令患者延誤求醫或忽視療程，可引致嚴重併發症，如心臟病、中風，甚至死亡。要預防或治療高血壓，市民可從食療入手。

降壓雜菜湯對高血壓一族有莫大益處。夏日炎炎，冬瓜清熱利尿、生津止渴、潤肺化痰和解暑，並含有多種維他命，可調節和平衡人體內新陳代謝的功能。而草菇能降低膽固醇、利尿益脾，可提高人體免疫力。銀耳則滋陰潤肺，止咳化痰、有助增強病人體質，幫助消化，令人安眠入睡。

至於芹菜對於高血壓和因高血壓引致的相關疾病亦相當有效，但宜連莖葉一起食用，因芹菜葉的胡蘿蔔素、維生素C、維生素、蛋白質和鈣均含量高，比莖部的含量超出數倍，營養價值極高。由於各人體質不同，病情輕淺不一，建議在食療前徵詢註冊中醫師的意見為佳。

降壓雜菜湯 消暑又養生

降壓雜菜湯做法

材料	分量(2至3人)
冬瓜	1斤
草菇	3兩
芹菜	4兩
雪耳	5錢
豬肉碎	3兩
薑片	少許

豬肉調味料

鹽	適量
---	----

製作程序：

1. 先把草菇出水備用，然後把雪耳先用水浸約半小時，再去掉頭部。
2. 其後，把豬肉切碎後用鹽拌均勻，並把芹菜切寸長及把冬瓜切粒備用。
3. 接着可於鑊中加入水、冬瓜和雪耳，但要注意水位須高過食材，才可煲至軟身。
4. 最後，再加入草菇、豬肉碎、芹菜和薑片，煲10至15分鐘便完成。