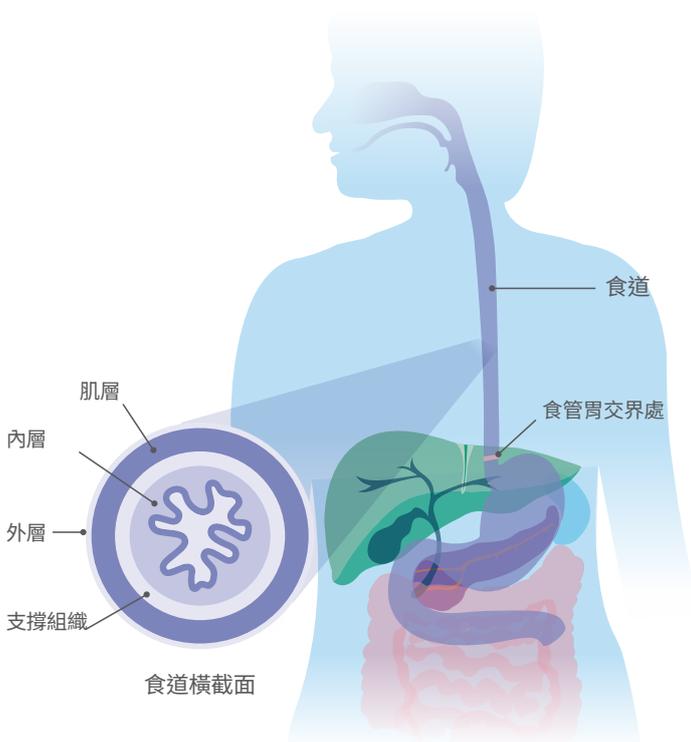


什麼是食道癌？

食管是一個形似管狀的器官，它是消化系統的一部分。食管在吞咽後將食物和液體從口腔輸送至胃部。

當食管內的異常細胞不受控制地生長時，就會發生食管癌。食管癌的類型包括：

- **腺癌**，這是最常見的食管癌類型，起源於產生和分泌黏液及其他液體的細胞——腺癌多見於食管下段，靠近胃部
- **鱗狀細胞癌**，起源於食管內壁的扁平細胞——這種癌症在食管上段和中段更為常見。



症狀

食道癌的早期症狀可能很輕微，很容易被忽視。常見症狀包括：

- 吞咽困難或疼痛
- 持續的胃灼熱或消化不良
- 吞咽時有哽噎感或食物卡住
- 不明原因的體重減輕
- 不明原因的極度疲倦（疲勞）
- 持續咳嗽或聲音嘶啞
- 上腹部不適，尤其是進食時
- 黑便
- 嘔吐物中帶血。

原因和風險因素

大多數膽道癌的發生原因不明，但已知某些因素會增加患病風險。這些因素包括：

- 衰老——此病在 50 歲以上人群中更為常見
- 性別——男性比女性更易患食管癌
- 吸煙會顯著增加患病風險
- 頻繁飲酒
- 肥胖
- 胃酸反流——胃食管反流病長期存在可能會導致巴雷特食管，進而可能發展成癌症
- 飲食方面——水果和蔬菜攝入量低可能會增加患病風險
- 某些疾病，如巴雷特食管、賁門失弛緩症（一種吞咽障礙）以及其他食管疾病也會提高患病風險。

診斷

為了診斷食管癌，醫生可能會採用多種方法，包括以下幾種：

血液檢測

作為初步檢查的一部分以及後續的定期檢查，您需要進行血液檢測。

內鏡檢查/胃鏡檢查及活檢

內鏡是一根細長且柔軟的管子，末端裝有小型攝像頭。醫生會將其從您的喉嚨插入，以查看食管和胃部是否有異常區域。在此過程中，醫生還可能會取一小塊食管組織進行活檢。活檢樣本將被送至病理學家處，以檢查是否有癌症跡象。

電腦斷層掃描 (CT)

CT 掃描使用 X 射線構建您食管及其周圍器官的三維圖像。通常還會掃描胸部和盆腔區域，以檢查食管外是否有癌症跡象。

正電子發射斷層掃描 (PET)

在進行 PET 掃描時，會將少量放射性染料注入靜脈。

這種掃描能夠檢測出非常小的活躍細胞區域。

磁共振成像 (MRI)

磁共振成像 (MRI) 掃描使用磁鐵和無線電波來構建食管及其周圍區域的詳細橫截面圖像。

腹腔鏡檢查

這是一種在全身麻醉下進行的小手術。在腹部做小切口，將一端裝有攝像頭的長管（腹腔鏡）插入，以檢查癌症是否已擴散到腹部的其他部位。

分期

一旦確診，您可能需要接受進一步的檢查以確定癌症擴散的程度。這被稱為分期，醫生會根據檢查結果來建議治療方案。

下表概述了食道癌的分期。

| 分期 | 癌症所在位置 |
|----------|----------------------------|
| 1 | 癌症僅出現在食管內壁。 |
| 2 期和 3 期 | 癌細胞已向食管壁更深處擴散，並蔓延至附近的淋巴結。 |
| 4 | 癌症已擴散至身體的其他部位。這也被稱為“晚期癌症”。 |

治療

治療方案取決於癌症的分期，以及您的整體健康狀況和偏好。常見的治療選擇包括以下幾種：

外科手術

在早期階段，腫瘤可以手術切除。這可能需要切除部分或全部食管。切除食管下部和胃上部的手術稱為食管胃切除術。

放射治療

放射治療使用高能 X 射線來摧毀癌細胞。它可以單獨使用，也可以與其他療法結合使用。

化療

使用藥物來殺死癌細胞或阻止其生長。化療可以在手術前進行以縮小腫瘤，也可以在手術後進行以消滅任何殘留的癌細胞。

化療通常在醫院或癌症診所透過靜脈滴注的方式給藥。對於晚期癌症，化療通常是主要的治療方法。

免疫療法

這種療法有助於您的免疫系統更有效地對抗癌症。免疫療法已被證明對某些類型的食管癌與化療配合使用效果良好。

靶向治療

這些藥物針對癌細胞的特定特徵。例如，有些藥物可能針對某些腫瘤中發現的特定基因突變。

臨床試驗

臨床試驗能讓新的治療方法得到檢驗，並為患者提供可能比現有療法更有效的治療手段。

請詢問醫生是否有適合您的臨床試驗。





與食道癌共存

食道癌的診斷可能會讓人感到不知所措。以下是一些應對建議。

保持知情

瞭解自己的病情和治療選擇。知識能賦予您力量。

疼痛管理

請與醫療團隊討論如何管理疼痛和其他症狀。

營養支援

諮詢營養師，他們可以幫助解決飲食相關的副作用並維持體重。

許多人發現緩解飲食相關的症狀對自身感受的改善作用最大。

身體健康

癌症及其治療會對您的身體產生影響。

體育活動有助於緩解症狀。您能承受的運動量取決於您的身體狀況以及是否正在接受治療或從治療中恢復。

運動生理學家或物理治療師可以幫助您保持活躍。

情緒健康

尋求支援，與朋友和家人交流，或者參加互助小組。癌症輔導服務可以為您提供支援，並提供不同的策略幫助您應對。簡單的放鬆技巧也有幫助，比如深呼吸或聽舒緩的音樂——這些在家中都很容易做到。

實際支持

接受他人提供的幫助，如有需要就主動尋求幫助。

妥善處理工作或財務狀況，以免它們成為額外的壓力源。

與雇主商量休病假、減少工時或居家辦公的事宜。瞭解自己是否有資格獲得任何財務援助或福利。

降低風險

雖然沒有絕對的方法可以預防食道癌，但一些生活方式的選擇有助於降低患病風險。這包括：

- 定期體檢——如果您有風險因素，請與醫生討論監測和預防措施
- 保持健康體重——力求飲食均衡和定期鍛煉
- 保持健康飲食——多吃水果和蔬菜，少吃加工食品
- 控制胃酸反流——如果您有慢性胃酸反流，應諮詢醫生尋求管理方法
- 限制飲酒——減少飲酒量可降低患病風險
- 戒煙——如果您吸煙，請尋求幫助戒煙。