

## 大腸直腸癌

源於大腸部位的癌細胞稱為大腸癌，源於直腸的部位稱為直腸癌。大腸直腸癌通常與飲食習慣有較大的關係。

大腸直腸癌位置之分佈在直腸及直腸結腸交接處共約佔 40-50%，乙狀結腸約 16-20%，盲腸、升結腸及肝彎(即右側大腸部分)約 10-18%。總而言之，分佈在乙狀結腸以下的約佔 60-70%，而降結腸以下者即佔了約 70-80%。

### 【危險因子】

1. 年齡。
2. 飲食。
3. 瘰肉。
4. 病史：個人史、家族史。
5. 潰瘍性大腸炎(罕見)。

### 【常見症狀】

大腸癌的症狀與許多胃腸道疾病的症狀都很相似，像是腹痛、便秘、腹瀉、排便習慣改變等，並沒有特殊專一的症狀，因此發現大腸癌的重要方法就是定期健檢：大便潛血反應和專業人員評估過後的大腸鏡檢查是不錯的篩檢方式。

### 【中醫病因】

1. 外感濕邪，脾失健運，則內外之水濕日久不去，可引發本病。
2. 飲食不節(過食生冷，或暴飲暴食)，恣食膏粱厚味、酒酪之品，損傷脾胃，滋生水濕，化熱而下迫大腸，損傷腸絡而演化為本病。
3. 情志致肝氣鬱結，木克脾土，脾失健運，水濕內生，鬱而化熱，下迫大腸。
4. 正氣虧虛：先天不足或年高體虛之人，脾虛腎虧。腎脾與水濕的運化也有密切的關係，兩臟虛損導致水濕內停，日久也可導致本病的發生。

### 【中醫衛教】

1. 保持精神愉快，建立樂觀正向的態度亦有助於病情。
2. 改變不良的飲食習慣，食物選擇以少油，少動物性脂肪，多蔬果為原則。
3. 若是有大便不通或排氣脹氣嚴重的情形時，需特別注意減少粗纖維的攝取量，此時飲食上應注意少蔬多果。食用太多蔬菜可能會增加排氣量，嚴重時會形成糞石堵塞在腸道。
4. 不應擅自服用補品，如：人參，服用任何食補前都應諮詢專業中醫師。

### 【藥膳】

#### 二豆羹

- ◆ 配方：白扁豆 100 克，新鮮豌豆 250 克。
- ◆ 做法：先將新鮮豌豆取出，淘洗乾淨，備用。再將白扁豆洗淨後放入鍋中，加水蓋過白扁豆，浸泡 15 分鐘後，用大火煮沸，再改用小火慢煮 1 小時，待白扁豆熟爛，倒入豌豆，繼續用小火煮 30 分鐘，再加適量太白粉勾芡成羹，即可服用，服食時可視需要酌加紅糖。

# 臺北市立聯合醫院林森中醫院區 癌症中西醫照護

## 【穴位按摩】

	經絡	取穴方法	主治
曲池	大腸	曲肘成直角，當肘橫紋外端，與 肱骨外上裸連線中點。	清熱、涼血，可至治胃腸 疾病。
合谷	大腸	手背虎口部位，第二掌骨中點，向 食指骨側按壓痠脹處	腹痛、便秘、打嗝
足三 里	胃經	膝眼下4橫指幅、脛骨外側約一拇 指寬的凹溝處	健脾和胃、幫助消化
氣海	任脈	將肚臍至陰部分成5等分，肚臍下 方1.5等分處	下腹痛、便秘、消瘦、乏力、 疝氣、失眠、腸炎
關元	任脈	將肚臍至陰部分成5等分，肚臍下 方3等分處	下腹左右疼痛、上吐下瀉， 疝氣、失眠、手腳冷
天樞	胃經	肚臍旁三指併攏寬，腹直肌中	腹痛，腸鳴腹脹，消化不良

