

感谢您使用指导手册。

希望对您有帮助。

本手册提供的决策帮助无意取代正式的医疗咨询。

无论您做何决定，请将您的疑问与您的医护服务人员进行讨论沟通。

作者：

阮叔慧医生, 郑苍佑医生, 高宁女士, 卓稔琴医生,
临床副教授陈业川医生

主要调研人员：

阮叔慧医生

所有作者都声明没有利益冲突。

资助方：

SingHealth Polyclinics Research Support Programme -
Seed Funding

参考：

新加坡癌症协会2016

(<https://www.singaporecancersociety.org.sg/learn-about-cancer/types-of-cancer/colorectal-cancer.html>)

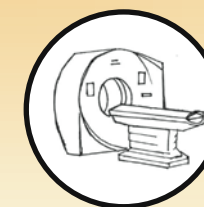
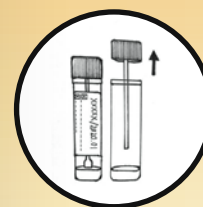


Polyclinics
SingHealth



PATIENTS. AT THE HEART OF ALL WE DO.®

我应该选择 哪种结肠癌 检测方法？



Polyclinics
SingHealth

您好!

您刚从您的医护人员那里获知有关大肠癌筛查的信息。

这本小册子将协助您决定是否有必要进行大肠癌筛查，并回答一些您关心的问题。

1. 大肠癌筛查简介

为什么大肠癌筛查很重要?

- 大肠癌是新加坡最常见的癌症。
- 定期筛查可以识别并切除大肠息肉，防止其发展成癌症。
- 也可以趁早诊断出大肠癌，提高治愈率。

9,807

据统计，在2011-2015年期间有9,807例大肠癌新病例确诊。

每天约有**3名男性、2名女性**
被诊断为大肠癌患者!



什么是大肠癌?

- 大肠癌是指结肠癌和直肠癌。
- 它通常以息肉开始，息肉是大肠或直肠内壁上的生长物。
- 大多数息肉不会发展成癌症。
- 但是，某些类型的息肉会随着时间的流逝发展成癌症，如果发现，应将其尽早切除。

什么是大肠癌筛查?

- 即使您感觉良好且无症状，也建议您进行大肠癌筛查。
- 这是因为大肠癌的早期阶段通常没有任何体征或症状。
- 如果您有以下症状，则需要及早就医、进行进一步评估和检查。



**如果您有大肠癌的体征和症状，
请尽早就医。**

排便习惯改变、无原因的体重减轻、
腹痛或不适、肛门排泄带血。

谁应该成为筛查对象？

- 应筛查所有年龄在50岁及以上的人。
- 但是，如果您存在以下风险因素，则属于高风险人群，应咨询为您提供医护服务的人、再讨论您应作何选择。
 - 具有大肠癌家族病史 (尤其是直系亲属，如父母或兄弟姐妹)
 - 具有大肠癌的个人病史
 - 有炎症性肠病病史 (如：克罗恩病及溃疡性大肠炎)

2. 您有什么选择？

如果您属于一般风险群，有以下多种选择：

不用筛选



粪便检查、
也称为粪便潜血检测 (FOBT)

大肠镜检查



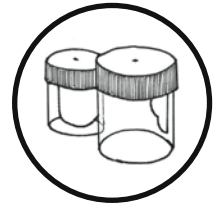
其他：
• 大肠超声波
• 可屈性乙状结肠镜检查



选择 1

粪便检查、也称为粪便潜血检测 (FOBT)

- 大肠和直肠中的息肉及癌症会导致流血
- FOBT可检测粪便中看不到的少量血液
- 可以在家中自行完成
- 需进行两次检查 (在2天内分别取2个样本进行测试)
- 应该每年进行一次FOBT检查
- 可以通过新加坡癌症协会提供的试剂盒或市售的试剂盒进行检查



1. 新加坡癌症协会粪便测试指南

- 免费的粪便免疫化学检测 (FIT KIT)。
- 年满50岁的新加坡人或永久居民有资格获取
- 试剂盒获取点：
 - 新加坡癌症协会总部
 - 佳宁药房
 - 屈臣氏个人护理用品店
 - 余仁生

每个合格的领取人将获得2个测试试剂盒，并且需要在连续2天或1周内的任意2天中分别进行1次测试。

如何使用测试试剂盒



1. 将粪便收集在干净的厕纸上。粪便不得与水或尿液接触。



2. 扭转并拉动卡舌，从试剂盒中取出采样探头。



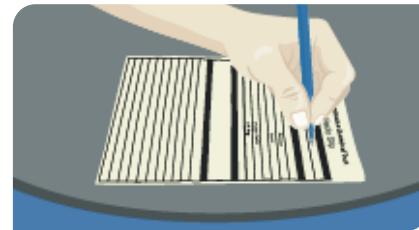
3. 将探头刺入粪便的6个不同区域将采样探头放回测试试剂盒中，扭转将其关闭、以固定卡舌。将试剂盒摇动几次。



4. 用吸水垫包裹测试试剂盒，并将其放入随附的自封袋中。



5. 挤出多余的空气并安全密封。



6. 确保您的所有个人信息正确无误，并且在提供的回条上清楚地标明粪便收集日期。



7. 在收集粪便样本的两天内，使用所提供的商业回邮信封将试剂盒连同回执单一起寄回新加坡癌症协会。

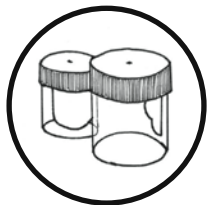


8. 重复步骤1至7，并使用第二个试剂盒收集第二份样本。

示意图由新加坡癌症协会提供

<https://www.singaporecancersociety.org.sg/get-screened/colorectal-cancer/fit-kit.html#user-guide>

2. 综合诊疗所的粪便测试用户指南



1.

您将获得2个粪便
样本收集瓶

2.

将粪便收集在干净的厕纸
(可以在家中自行完成)

3.

粪便不得与水或
尿液接触

4.

扭转并从瓶子上
取下盖子

5.

使用附在盖子上的勺子
收集一些粪便样本

6.

在另一天重复上述步骤
以收集第二份粪便样本

7.

将两个粪便样本瓶
都送回综合诊疗所

选择 2

大肠镜检查

- 针对大肠的最准确评估和及诊断黄金标准
- 通过肛门内窥镜直接观察和检查大肠和直肠
- 允许切除息肉
- 必须由诊所/医院中的专科医生进行检查
- 每10年检查一次
- 需要您在大肠镜检查前三天进行少渣饮食
- 要求您在大肠镜检查前一晚喝清肠液
- 需要在大肠镜检查的前一天晚上为肠道检查做准备：
喝润肠通便溶液、且须多次去厕所清肠
- 检查时需保持镇静



选择 3

其他



大肠CT扫描

- 使用CT扫描对大肠和直肠进行微创成像检查
- 每五年检查一次



可屈性乙状结肠镜检查

- 与大肠镜检查相似，但仅检查大肠的下半部分
- 检查前需要灌肠
- 每五年检查一次

3. 对您的选择进行比较：

优缺点都有什么？

通常涉及什么？

无需筛选

- 监测大肠癌的体征和症状
- 如果您出现任何症状，请尽早就医

粪便测试/
FOBT

- 每年做一次
- 在家收集粪便样本，在不同的2天收集2个样本
- 将样品邮寄到实验室或返回就医诊所
- 如果测试呈阳性，则需要进一步安排结肠镜检查

结肠镜检查

- 每10年做一次 (根据检查结果，可能会做得更频繁)
- 在专科诊所或医院进行结肠镜检查

其他：结肠/
可屈性乙状
结肠镜检查
的CT扫描

- 每5年进行一次
- 在专家诊所或医院进行检查

费用是多少？

有何益处

有哪些风险和副作用？

无需筛选

无额外支出

- 您不必经历粪便测试呈阳性的压力和焦虑
- 100个没有大肠癌的人里面，只有不到10人的FOBT呈阳性

- 可能延迟对癌前息肉或大肠癌的早期诊断和治疗

粪便测试/ FOBT

- 新加坡癌症协会免费提供测试试剂盒
- 在综合诊所进行的粪便测试费用约为 \$6-7元
- 最经济的选择

- 筛查可降低罹患并死于大肠癌的风险
- 测试呈阳性的100人中有4-6人罹患大肠癌
- 在您方便的时候，即可在家轻松进行
- 您不需要使用通便药物

- 如果测试呈阳性，则需要进行结肠镜检查以排除癌前息肉或大肠癌的可能

结肠镜检查

- 政府及医保补贴后，新加坡人和永久居民只需要支付现金大约 \$50- \$650元

- 筛查可降低罹患并死于大肠癌的风险
- 癌前息肉可在结肠镜检查过程中切除
- 您不必像做粪便测试一样，频繁地进行测试

- 需要进行肠道准备
- 检查过程中使用镇静剂的风险
- 结肠镜检查过程中若出现结肠破裂 (2500例中有1例) 和大出血 (1250例中有1例)，需要紧急手术

其他：结肠/可屈性乙状结肠镜检查的CT扫描

结肠CT扫描

- 政府及医疗保健补贴后，新加坡人和永久居民只需要支付现金大约 \$300- \$600元

可屈性乙状结肠镜检查

- 政府及医保补贴后，新加坡人和永久居民只需要支付现金大约 \$100- \$400元

- 筛查可降低罹患并死于大肠癌的风险
- 您不必像做大便测试一样，频繁地进行测试

结肠CT扫描

- 需要进行肠道准备
- 需要摄入造影剂
- 可能漏掉不到1厘米的息肉
- 使您遭受辐射的风险

乙状结肠镜

- 需要灌肠
- 仅检查结肠的左侧，结肠右侧病变可能被忽略

4. 您最关心什么？

您的身心和医学事实一样重要

✓ 在合适的选项中打勾

这对你有多重要？	不重要	较为重要	重要	很重要	非常重要
能够在家中而无需去诊所/ 医院进行检查					
能够在家中依自己方便进行检查，而无需去诊所/医院					
每年进行一次检查，而非每5至10年一次					
不必喝通便药物，也无需花时间清理肠道					
进行结肠镜检查及其他手术具有潜在风险					
结肠镜检查/其他手术费用较高					

如果您大多选择重要和非常重要，请考虑进行粪便测试 (FOBT)

如果您在不重要/ 较为重要处勾选了更多，请考虑进行结肠镜检查/其他程序

4. 您的决定是什么？

您是否已经决定进行筛查？

是的，我想做粪便测试

从试剂盒获取点收集免费的测试试剂盒 (请参阅第5页)

或者

拜访您的主要医疗保健服务人员

是的，我想做结肠镜检查或其他检查

请拜访最初为您提供医护服务的工作人员，以获取推荐信，供您在医院进行测试。

未定

如果您还没准备好做决定的话

我们鼓励您继续咨询您的医护服务人员。