

有脂肪肝 患肝癌风险提高

文：邱玉莲

身体超重、过胖，爱吃高脂肪和高胆固醇的食物，可能会造成肝脏囤积过多脂肪，导致“脂肪肝”和肝硬化，进而演化成肝癌。尤其是很多发展国家都面对肥胖问题，越来越多人因有“脂肪肝”而患肝癌的风险更大大提高。

何俊傑医生谈到肝癌的导因时指出，肝癌是世界名列第三的癌症杀手，而且死亡率极高，很多病人在诊断出肝癌后的一年内就遭夺命。在新加坡，肝癌也是本地男性的第四号癌症杀手。

何医生说，任何导致肝脏慢性发炎或肝硬化的疾病，都可能导致肝癌。硬化的肝会缩小，原本是光滑红润的表面，会变得暗淡粗糙，表面呈粒状。这样的

肝可能会逐渐长出癌细胞，形成癌肿瘤，甚至蔓延到其他内脏，侵袭骨骼和脑部。

“通常，患有肝炎而导致肝癌的风险很高。”何医生说。“但近来的国际研究发现，由于肥胖问题激增，因‘脂肪肝’而演变成肝癌的案例增加，可能会超越B型肝炎而引起的肝癌案例。”

肝癌导因

预防胜于治疗，了解肝癌的导因，更能从防范功夫下手。

在新加坡，除了“脂肪肝”外，常见的肝癌导因还包括：

①B型肝炎

B型肝炎是导致肝癌最常见的导因。B型

肝炎带菌者患肝癌的风险，比一般人高出100倍。如果是带菌者男性，又有喝酒习惯、肝硬化的迹象，风险更高。

②C型肝炎

C型肝炎也会导致肝脏慢性发炎，进而引发肝硬化。

③喝酒

有长期喝酒习惯的人，肝脏容易损坏而导致肝硬化，造成患肝癌的风险提高。

此外，何医生说，虽然在新加坡并不常见，但一些基因或遗传疾病也会导致肝癌。

“有时，有些人没有以上风险，也会患上隐原发性肝癌，即患癌的起因不明。”

肝癌症状

何医生说，患者通常会出现以下症状：

- 没有食欲、体重骤减、上腹疼痛（通常是靠近右边的部位）、容易疲累、腹部肿胀、出现黄疸的症状

何医生说，肝癌可能会扩散到内脏、骨骼和大脑。如果已经扩散到骨骼，患者可能会感到骨头疼痛；蔓延到脑部的话，甚至出现精神失常的现象。

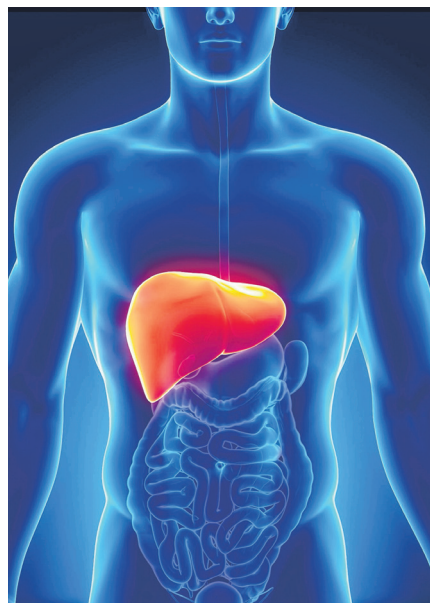
不过，肝癌的危险在于患癌初期根本没有任何症状，等到以上症状开始出现时，往往已经是进入癌症后期，痊愈的希望很渺茫。

何医生说：“由于肝癌不一定有症状，因此高风险的患者，例如B与C型肝炎带菌者，或有肝硬化现象的人，即使没有任何症状，也应该进行定期的检查。万一检查到肝有问题，就能在初期加以治疗。”

肝癌治疗

万一诊断出肝癌，唯一的治疗是动手术切除患癌的部位，或进行肝脏移植。

何医生说，进行肝脏移植是最好的治疗方法，但肝癌患者面对的困难是，要找到适合的肝脏捐赠者并不容易。此外，由于很多肝癌患



▲ 癌风险的最好方法，要预防感染肝炎，保持肝脏的健康，是减低患肝

者的肝已经硬化，也未必适合开刀切除患癌的部分。

“如果癌肿瘤还小的话，医生还能进行射频切除，即利用电流来破坏癌细胞。医生也能在癌肿瘤的部位进行酒精注射，借以杀死癌细胞。”何医生说。

其他治疗方法包括辐射或化疗。医生必须根据病人的病况、健康和需求，决定适用的药物治疗。

如何保持肝脏健康？

何医生说，要预防感染肝炎，保持肝脏的健康，是减低患肝癌风险的最好方法。

“经常运动、保持健康的体重、注重饮食的健康，并定期检查胆固醇，都是预防肝癌的方法。”何医生说。“至于要预防感染各型肝炎，最好的方法就是进行疫苗接种。此外，进行安全负责的性活动、少喝酒，也能预防肝受损发炎。”