

国立癌症中心院长建议：

逐步全面禁烟

◎林言
癌症新知

“癌症新知”系列即将结束，特别情商新加坡国立癌症中心院长苏启智教授，为我们总结新加坡在防治癌症方面至今所取得的进展，以及对未来该如何遏制癌症造成更大伤害的展望。

新加坡国立癌症中心院长苏启智教授建议，有关当局应该采取更大力度防止烟草对全民健康造成的伤害。他建议，设定一个禁止卖烟给下一代的出生年限，比如1995年以后出生的新加坡人，都不再获准买烟。

11种癌症因烟瘾引起

苏教授说，如果能严格执行这样的条例，就能逐年减少未来的烟民数目，以致最后烟民不再有来源。

“吸烟对健康的威胁太大了，单是癌症便有11种是烟瘾引起的。”

苏教授列出的11种癌症是：肺癌、口腔和咽喉部位的癌症、食道癌、胃癌、肝癌、胰癌、膀胱和肾癌、乳癌、子宫颈癌、前列腺癌、血癌。

他指出，每年死于癌症的人数，比死于肺病、爱之病和疟疾的合计人数还要多。

他透露，新加坡的第一杀手是癌症，占了每年死亡总人数的近30%。但是，这个比例肯定还要上升，不久就会达到其他发达国家的死亡率，占死亡人口的近半数。

他解释，新加坡人寿命延长，以及经济趋于繁荣所导致的生活方式的差异，都是造成更多人最终死于癌症的原因。在经济较落后的国家，更多人死于传染病，癌症死亡率只占16%至20%。

苏教授说，癌症的祸害不只是夺走性命，还会显著影响染病者和亲属的心理健康，破坏他们的生活素质。

他也语重心长地指出：“癌症的发生率不断上升，财政上的支出不只显示在医药费上，也会对社会的各方面发展造成严重损失。”

癌症发生率3落3起

苏启智教授透露，随着新加坡社会的转型，癌症种类的发生率也改变。

他指出，与20年前相比，肝癌、胃癌和子宫颈癌的比率已下降，相对的，大肠癌、乳癌和前列腺癌的比率显著上升。

他在受询时解释，医学界至今还没有搞清楚改变的所有原因，不过，有三个因素却是比较确定的。

“少走动、少运动的生活方式；不生育、少生育的婚姻状况，以及多吃红肉的进食习惯，显然对于癌症的发生产生一定的影响。”

4种癌症治愈率显著提升

苏启智教授指出，新加坡癌症中心自成立以来致力于研究和引进癌症的新疗法，因此，至今已有4种癌症的治愈率取得显著进步。

●儿童血癌：40年前，最常见的一种血癌——急性淋巴细胞白血病的5年存活率只有10%，现在已提升至80%至90%。

●鼻咽癌：5年前的5年存活率是55%，现在结合化疗和电疗的新疗法，存活率已上升至70%。

●乳癌：现在的5年存活率已达到85%，要比以前的40%提升不少。

●大肠癌：30年前的10年存活率是19%，10年前的统计已提高至40%。

3种癌症治愈率有望提高

苏启智教授透露，国立癌症中心目前正在进行有望提高三种癌症治愈率的临床试验：

●头部和口腔癌：

要给700名已经完成手术的病人，进行临床试验。一组只接受化疗，另一组除化疗外，同时接受电疗和抗体治疗。希望能提高后期癌症病人的65%治愈率10至20个百分点。目前有12个国家的20个机构一起参加试验，新加坡已从今年11月开始，是领头羊。

●大肠癌疫苗：

丹麦制成的大肠癌疫苗，即将在新加坡首先展开临床试验。

●防止大肠癌复发：

国立癌症中心将与英国牛津大学合作，邀请2000名已经接受手术治疗的大肠癌病人，定时服用阿斯匹灵（Aspirin）药片6个月，希望能证明这种曾经广为民众服用的退烧止痛药片，有助于防止大肠癌复发。

苏启智教授强调，医院所进行的临床试验不是把病人当试验品，其实调查显示，因为临床试验有严格的品质管理，病情都能取得较好进展。

与癌共存

苏启智教授说，对于某些癌症，医生和病人都应把它们当成慢性病看待，也就是不期望能治愈这些癌症，而是要与癌症“共存”。

他解释，癌症在治愈后的首两年复发的几率最高。有些癌症如肝癌和大肠癌，在治愈后，癌细胞还可能在同一个器官的另一个位置冒出头来。有些肿瘤虽然是在不同器官发生，如乳癌和卵巢癌，其病原却一样。

“虽然很多病人来到中心求治时已经处于后期，病情却还是可以获得缓解。”

他以自己治疗的癌症病人为例，有个患上唾液腺癌的病人活了15年，后来癌细胞才转移到肺脏；另外有个病人在手术后9年乳癌才复发。

他说，患癌并不意味着性命已来到终点，如果病人具有与癌细胞作长期斗争的心理准备，确实有助于战胜癌症。

3种化验 2种疫苗 可防多种癌症

国立癌症中心院长苏启智教授说，抽烟对身体的祸害不计其数，因此，他劝告国人不要抽烟，也敦促亲友戒烟。

他给读者提出有助于远离癌症的其他建议如下：

●通过定期检查防患于未然：

*乳房X光照像：能及时发现乳癌。

*子宫颈涂片检查：能及早发现子宫颈细胞的癌前病变。

*粪便潜血化验：有助于发现大肠里有无长癌。

●种疫苗有效预防癌症发生：

*乙型肝炎疫苗：可防止大部分肝癌发生。

*人类乳头状瘤病毒疫苗：能预防子宫颈癌发生。

●喝酒须适量。

●健康饮食。

●多运动。

●身体有任何不适超过两周，应看医生。

（“癌症新知”系列结束）



苏启智教授：吸烟对健康的威胁太大了，单是癌症便有11种是烟瘾引起的。