



防癌！您做好準備了嗎？

/ 沈安麗

您曾經有親人罹患癌症而去世的不幸經歷嗎？或是您的朋友、朋友的朋友是癌症患者？是的，這樣的消息經常在我們周邊發生，因為根據統計，每4-5人就有一人是因為癌症而死亡的。自民國71年起，17年來癌症始終高居國人的十大死因寶座，且發生的百分比約在25%。而一般人認為最危險的「意外事故」，則僅佔十大死因的10%而已。

在1971年美國政府發佈了一項癌症專案「國家抗癌宣言」，經過25年的努力，終於在1990到1995年，癌症發生率每年呈1%的下降趨勢。而台灣從民國71年到84年，每10萬人口的癌症粗發生率，男性比率自93.2上升到184.32，女性自77.17上升到154.21，幾乎上升一倍。粗死亡率，男性亦自95.6上升到152.13，女性自60.26上升到89.00。衛生署在88年5月發表的87年，國人十大死因統計中，民國87年每天就有80人死於惡性腫瘤（癌），平均每17分58秒有一人因癌症身故，這些統計數字，未來是不是也可能包括了我？包括了你？

幸而醫學的進步，現在已經發現有部份的癌症是可以預防的，部份治療也隨著技術的進步，可達到早期預防，早期診斷和及早治療的效果。

在預防上特別著重飲食的控制，譬

如不過量飲酒、不抽煙、不吃檳榔、少吃醃漬、煙燻食物、減少脂肪攝取、多吃新鮮蔬果及纖維含量高的食物等等，都有助於維持身體的健康。再加上定期檢查，時時注意身體的變化，亦有助於及早發現，及早治療。

而萬一罹患了癌症，因醫療的進步，目前國人的癌症治療平均存活率已達25%。美國則已可預期達到50%，所以癌症已非絕症。只是可惜的是，全民健保雖然已經在癌症病患治療上每年花掉了100億，卻仍然無法全部含蓋所有的治療開支，譬如您希望住到較好的病房、採用更好的藥物，讓病人感覺較舒服的止吐劑、看護費用等等，都是健保所無法支付的，更不要說立即而來的薪水中斷、家庭收入頓失等等問題，因此需要商業保險來補強。

商業的防癌保險目前大部相當人性化，其主要內容大約均具備一經罹患立即給付金、住院日額補助、出院日額補助、手術醫療金、門診治療金等，因為採定額方式給你，無需收據，和健保完全不衝突，使患者和家屬可以在金錢無慮的情形下，安心養病。

癌症雖然可怕，但卻是可以預防和治療的，但亦需要每一個人自覺性的保護自己，並預先做好萬全的準備。