



養和杏林手記

2019年9月27日



養和醫院家庭醫學專科醫生

## 《年年驗身 點先可以真正放心？》

| 撰文：關俊文醫生

文章刊於 2019 年 9 月 27 日《信報財經新聞》健康生活版《杏林手記》專欄

曾經在門診遇過一位病人，中年男士，不煙不酒，因咳嗽帶血而求診。一問之下，原來他已經咳嗽超過 3 個月，我好奇他為何拖延數月而不求醫。原來他期間曾做身體檢查，報告完全正常，以為身體無大礙，而且當時沒有咳出血，故遲遲未求醫。其後我安排他做進一步檢查，最終發現他患上肺癌，他感到十分意外，慶幸經過治療後已完全康復。

原來驗身報告正常並不代表身體健康，聽起來很矛盾，但這正是大眾需要注意的地方。正確認識健康檢查的功用，才能有效保障大家。

### 例行體檢找潛伏疾病

例行健康檢查的原意就是透過簡單安全的方式，在未有病徵出現前找出潛伏的疾病，盡早展開治療，從而增加治療的成功率，提高痊癒的機會，保障健康。如果像以上那位中年男士便不適合，因為他已咳嗽逾 3 個月，他應該到家庭醫生求診而非做身體檢查。

要達至最佳效果，身體檢查包括的病患應該是常見的、可在早期有效醫治，並且能以安全及簡單的方法偵測出來，以及需要定時和連續檢查。參考國際醫學文獻，大多建議定期檢查血壓、糖尿病、膽固醇和血脂、身高體重指標（BMI）等。這些檢查只需要簡單的量度或是血液檢查等低風險的測試，便可以知道有沒有出現上述常見的健康問題，更可幫助評估常見而又致命的心血管病的長遠風險，以便盡早作出治療。

在本港，衛生署會為 25 至 65 歲以上有性經驗的女士提供子宮頸抹片檢查。這個檢查本身很簡單，風險也很低，亦可以定期進行。它可以查出子宮頸癌這個居於女士第八常見癌症的前期病變，及早處理癌前病變，有助預防子宮頸癌。

大腸癌是香港癌症第二號殺手，雖然暫時未有足夠證據支持全面推行大腸癌普查，但衛生防護中心建議 50 至 75 歲人士可以考慮每一至兩年接受一次大便隱血測試，或是每 5 年接受一次乙狀結腸鏡檢查，又或是每 10 年接受一次大腸鏡檢查的其中一個方式作例行檢查。如有直系親屬於 60 歲或之

前確診大腸癌，或是帶有遺傳性腸病基因的人，更可考慮提早接受檢查，確保若患病的話可以及早發現。

此外，骨質疏鬆、乳癌及其他癌症也是常見的例行檢查項目，不過，如何做例行檢查最好，在醫學界暫時未有全面共識，筆者建議市民先向醫生查詢，因應個人情況再作安排。

雖然健康檢查的技術已十分成熟，但所有檢查本身都不是百分百準確，有機會出現所謂「假陽性」(false positive)和「假陰性」(false negative)的現象。「假陽性」即是接受檢查的人本身沒有相關的病，但檢查結果卻出現「陽性」。「假陰性」即是接受檢查的人其實是有相關的病，但結果卻呈「陰性」。

### 最好由醫生解讀報告

以照肺片為例，這檢查的敏感度(sensitivity)整體而言只有75%左右，特異度(specificity)約為85%。即100個肺癌病人進行測試，只能找出75位病人；而100個人照X光片發現肺部有懷疑肺癌的陰影，其實只有85個人真的患有肺癌。這令「假陽性」病人擔心不已，白白承受額外檢查的風險，而「假陰性」病人則有機會掉以輕心，錯過及早治療的機會。故專業的醫生除了影像掃描外，還會考慮病人其他狀況，例如年齡、生活習慣、家族史、其他化驗結果等，才能斷症。

為令病人能從健康檢查得到最佳保障，建議在進行例行健康檢查前，最好先由醫生作全面評估，平衡風險利弊，再決定檢查項目。尤其是如果市民本身有患病風險，例如家族病歷、其他長期病患等，都可能影響檢查的選擇和對檢查結果的判斷。

若選擇套餐式驗身服務，也必須確保該醫療機構會安排醫生分析和解說驗身報告，才可以保證結果能夠轉化為正確的健康訊息，切勿自行解讀以免錯判健康情況。

若市民在選擇健康檢查服務時遇到困難，可以向家庭醫生查詢，他熟悉你的身體狀況，較易協助你選擇合適的驗身項目。

| 撰文：關俊文醫生

養和醫院家庭醫學專科醫生