



癌症的七大警兆及七大防禦措施

一、癌症的七大警兆：

- (一)大小便習慣改變。
- (二)久不癒合的潰瘍。
- (三)不正常的出血或分泌物。
- (四)乳房或其他部位的皮膚變厚或摸到硬塊。
- (五)消化不良或吞嚥困難。
- (六)疣或痣明顯的改變。
- (七)長期的咳嗽或聲音嘶啞。

二、癌症的七大防禦措施：

- (一)乳房：每月定期自我檢查乳房是否有硬塊、結節或外觀之改變。
- (二)結腸、直腸：40 歲以上每年做一次直腸鏡檢查。
- (三)肺：戒煙，每年照一次胸部 X 光檢查。
- (四)口腔：每年檢查口腔及牙齒一次。
- (五)皮膚：避免暴露在強烈陽光下。
- (六)子宮：所有成年的婦女，每年都作一次陰道抹片檢查
- (七)基本的：凡成年男女每年均作一次身體檢查，尿液分析及血液檢查。

三、本院配合衛生局提供五大癌症篩檢：

- (一)乳癌-年滿 45-69 歲婦女，具健保身分，每兩年一次篩檢。
- (二)口腔癌-年滿 30 歲以上有嚼檳榔、抽菸習慣者，具健保身分，每兩年一次篩檢。
- (三)子宮頸癌-年滿 30 歲以上婦女，具健保身分，每年一次篩檢。
- (四)大腸直腸癌-年滿 50-69 歲民眾，具健保身分，每兩年一次篩檢。

中心診所醫療財團法人中心綜合醫院



106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號

(02)2751-0221 <http://www.clinic.org.tw>

(五) 肺癌-具肺癌家族史50至74歲男性或45至74歲女性，且父母、子女或兄弟姊妹經診斷為肺癌之民眾，或是年齡介於50至74歲吸菸史達30包-年以上，有意願戒菸或戒菸15年內之重度吸菸民眾，具健保身分，每2年1次LDCT篩檢。

參考資料：

衛生福利部國民健康署(2025，5月13日)·健康臺灣-114年起擴大癌症篩檢您的健康政府來顧。<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=4809&pid=18712>