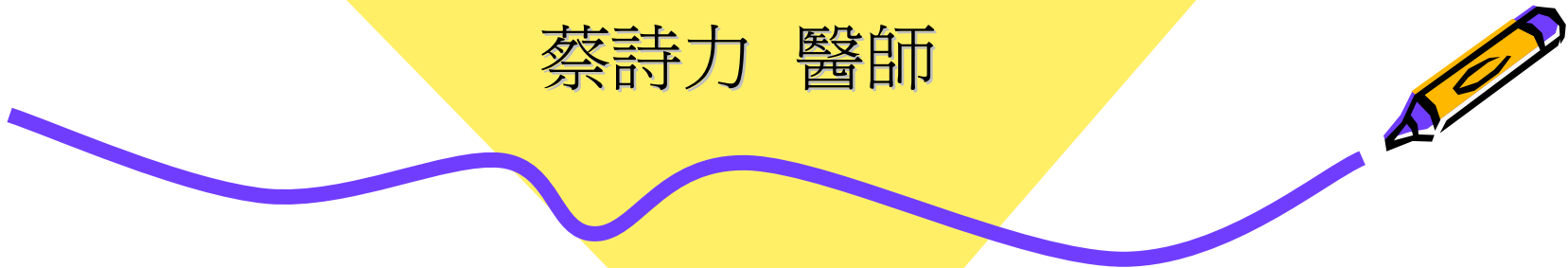


18-80歲的健康檢查

台大醫院 家庭醫學部
蔡詩力 醫師



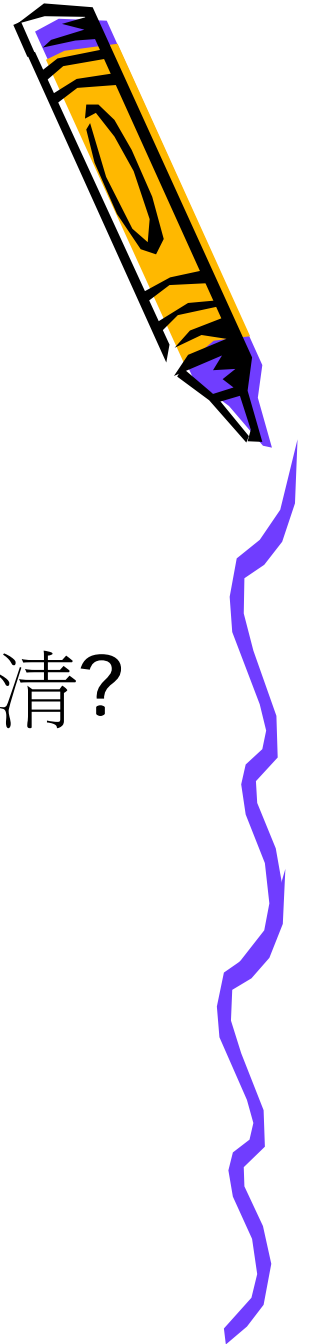
- 您今年做了什麼健康檢查?

Video clip [.mpg](#)



您什麼時候會想做健康檢查？

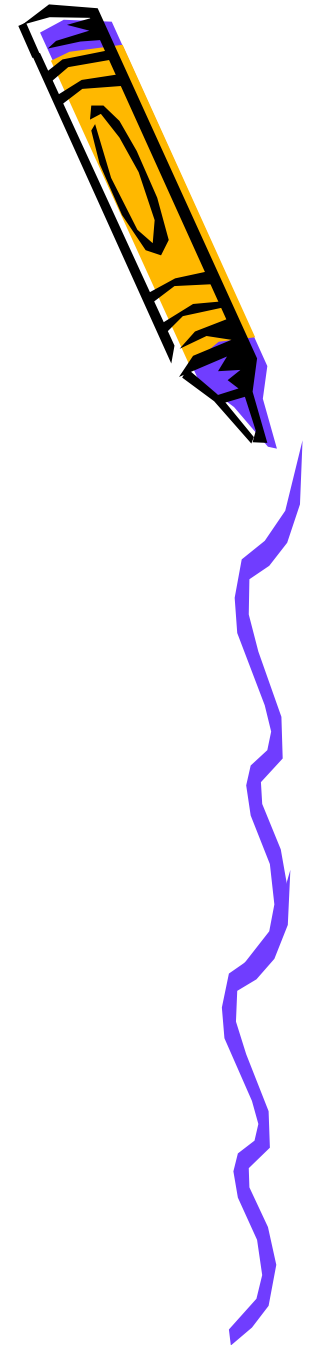
- 隔壁鄰居王先生得**B**肝
- 新聞報導喝咖啡會得胰臟癌
- 吃完兩包燕麥片想知道血有沒有比較清？
- 第四台看到腎虧的廣告
- “玫瑰瞳玲眼”的女主角得血癌...



場景於是到了診間

- 醫生啊, 我要做“總檢查”!
- 我要做全身健檢!

- 醫師:好啊, 可是要“自費”喔!
- 翻臉! 健保費都有繳, 爲什麼還要自費?@#&*%...生氣!



上菜囉~~



- 基本消費：身高、體重、視力、血壓血球、肝腎功能、血糖、膽固醇、尿酸。

à 阿公阿媽及公司員工...(NT 0~700)

- 大亨堡：心電圖、胸部X光、膽道功能、高低密度脂蛋白、甲狀腺功能、尿液、糞便、肝炎指標

à 今年公司有賺錢的員工健檢(NT1000~3000)

- 海陸全餐：上下消化道內視鏡，癌症指標、胸腹X光、腹部超音波、各科會診、醫師解說

à 價位合理及實用的健檢(NT20,000~50,000)

- 滿漢全席：核磁共振、正子造影、功能醫學、基因檢查、各科名醫會診、養生套餐、SPA, 美女白衣天使親切服務...

à 適合只吃有機食品、不會坐公車捷運、辦無限卡的尊榮人士專用(NT100,000~~~)



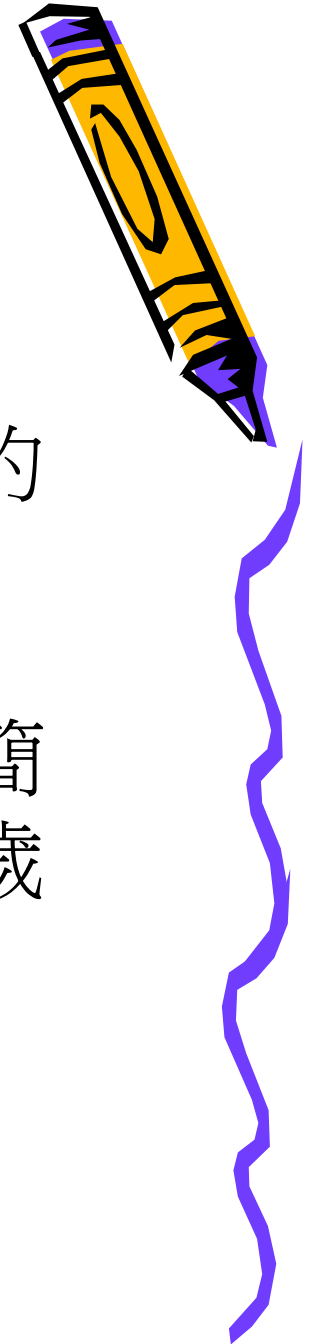
特殊的健檢

- 員工體檢
- 婚前健檢
- 你(妳)知道項目嗎?
 - 男女:梅毒、**BC**型肝炎、愛滋病、地中海貧血篩檢及其他生化、尿液、**X**光及心電圖檢查。
 - 男:精蟲分析
 - 女:**RH**血型、德國麻疹抗體



國內現況

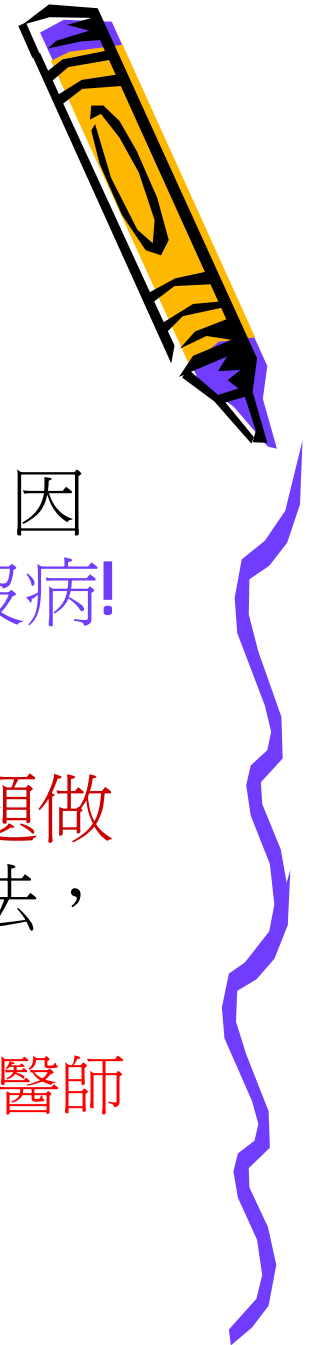
- 政府只對新生兒及孕婦提供預防性的檢查。
- 政府提供四十歲以上三年一次項目簡單的健檢，稱為成人健檢；六十五歲以上則每年可檢查一次。



講那麼多， 我到底該做什麼檢查？

- 這個世界上，沒有所謂的“全身”健康檢查！因為...檢查是做不完的，做完了也不能保證沒病!
- 有不舒服的症狀立刻就醫，針對不適的問題做檢查，才能快速找出疾病的原因及治療方法，不要浪費時間在不相關的檢查!

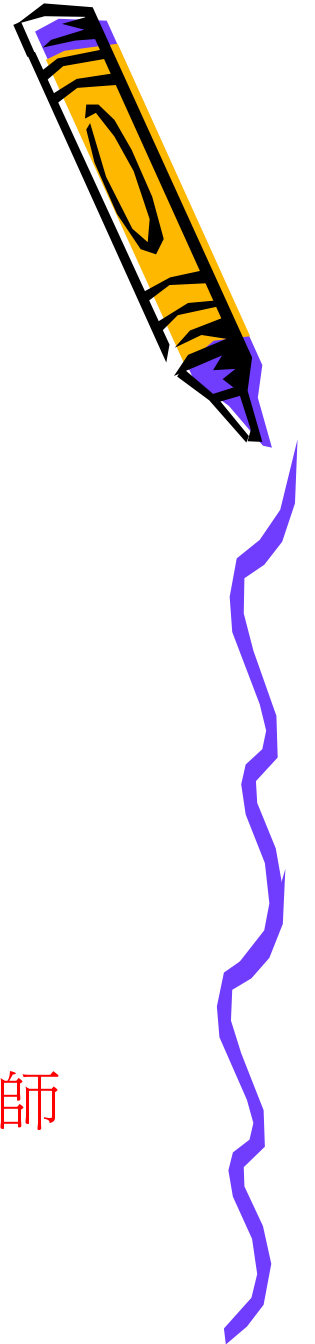
By 陳皇光醫師



什麼是健康檢查？

- 就是在“健康”無不適的狀況時所做的檢查！
- 就是在你出得起的價格下所安排的一系列亂槍打鳥的檢查，種類愈多，顧客愈滿意！

By 陳皇光醫師





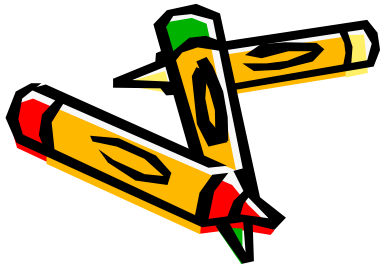
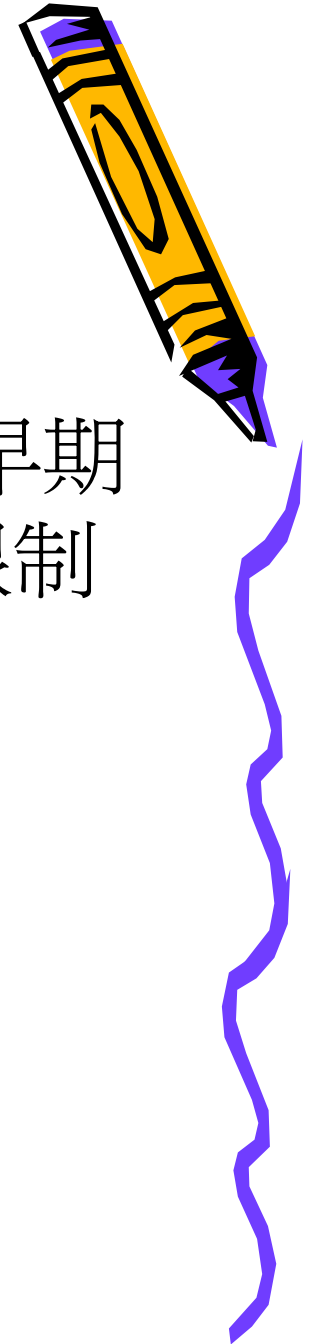
健康檢查的正確名詞是

à 疾病篩檢(Screening)

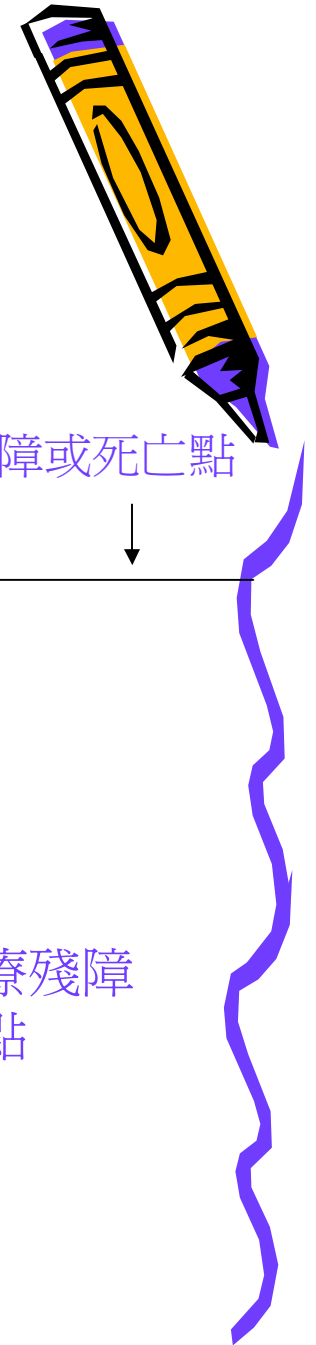


篩檢的目的

- 利用特殊工具在疾病**沒有症狀**之前早期發現疾病, 並且提供適當治療, 達到限制殘障或延長壽命的目的.



疾病自然史



已無法痊癒時間點

經治療殘障或死亡點

Lead-time

篩檢工具可檢查
出來的時間點

疾病發生

未經治療殘障
或死亡點

健康

健康檢查施行點

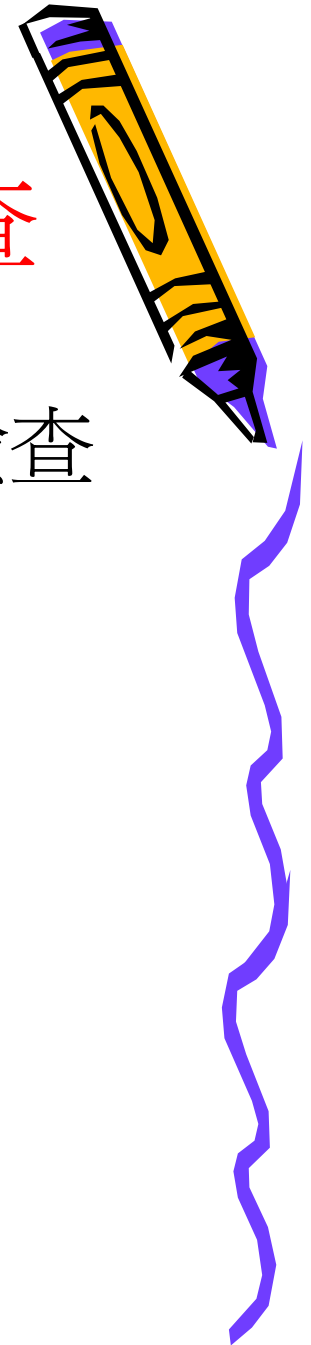
症狀出現點

Sojourn time or PCDP (症狀前期)

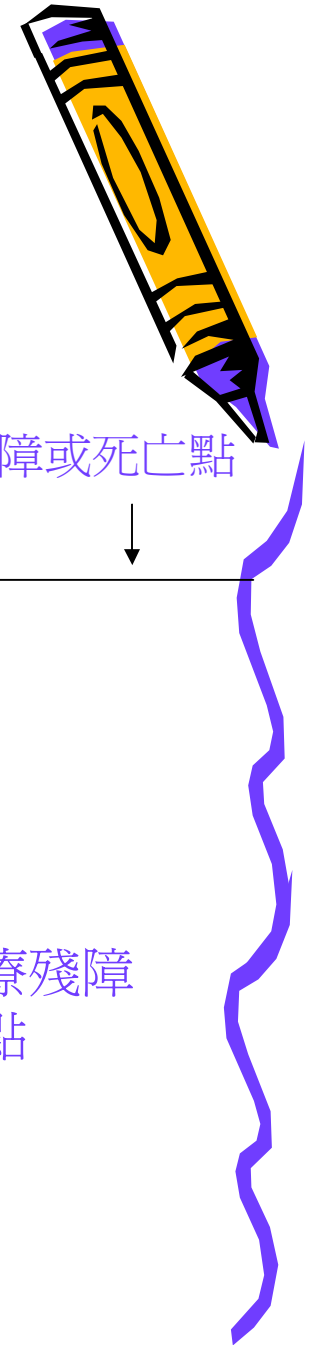


18-80歲 何時該做何種健康檢查

- 我們都需要個人化量身定作的健康檢查
- 考慮因素
 1. 家族史
 2. 個人體質
 3. 生活環境
 4. 身體症狀



疾病自然史



已無法痊癒時間點

經治療殘障或死亡點

Lead-time

篩檢工具可檢查
出來的時間點

疾病發生

未經治療殘障
或死亡點

健康

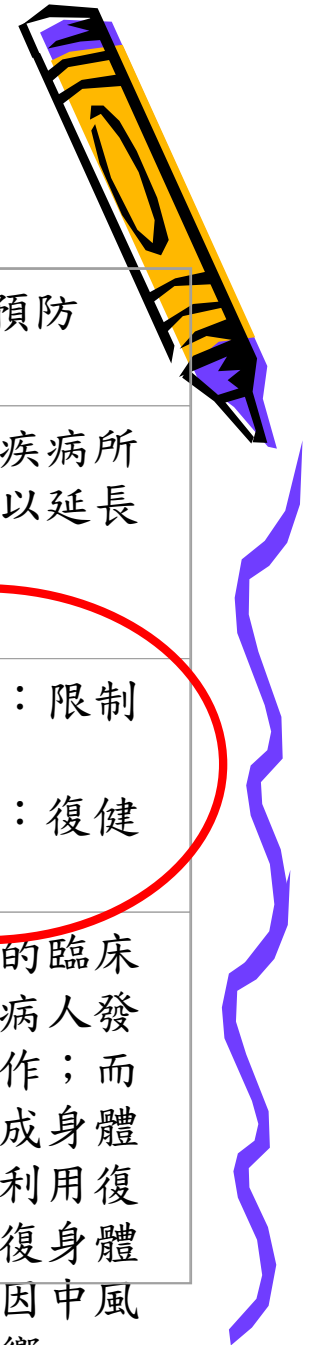
健康檢查施行點

症狀出現點

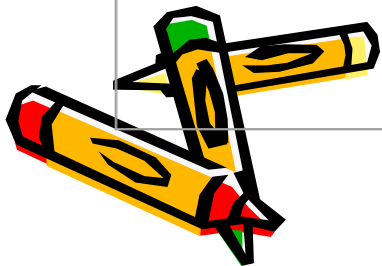
Sojourn time or PCDP (症狀前期)



疾病預防的三段五級



	第一段預防	第二段預防	第三段預防
目標	預防或延後疾病的發生	使罹患疾病者之症狀獲得改善，縮短病程並因此而延長病人的生命	避免或降低疾病所造成的影響以延長生命
形式	第一級預防：健康促進 第二級預防：特殊保護	第三級預防：早期診斷早期治療	第四級預防：限制殘障， 第五級預防：復健
具體作法範例	定期運動以預防或延後高血壓性疾病是屬於健康促進的作法；而使用保險套則是預防AIDS的一種特殊保護作法。	癌症的篩檢，與定期健康檢查都是早期診斷早期治療的具體作法。	對中風病人的臨床治療是預防病人發生殘障的工作；而一旦中風造成身體的癱患則需利用復健方法使回復身體功能以降低因中風所造成的影響。



國際已證實有效的篩檢策略



- 癌症: (1) 子宮頸癌 è 子宮頸抹片 è 發生率, 死亡率
(2) 乳癌 è 乳房X光攝影術 è 死亡率
(3) 大腸直腸癌 è 糞便潛血檢查 è 發生率, 死亡率
(4) 口腔癌 è 牙醫師口腔檢查 è 發生率, 死亡率
- 慢性病: (1) 高血壓 è 血壓監測 è 併發症
(2) 糖尿病 è 血糖監測 è 併發症



10-year CVD Risk Calculator (Risk Assessment Tool for Estimating 10-year Risk of Developing Har - Microsoft Internet Explorer)

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)

http://hp2010.nhlbihin.net/atpiiii/calculator.asp?usertype=prof

Google G framingham risk score 開始 RS 35 已擱載 拼字檢查 翻譯 傳送到 framingham 設定

NATIONAL CHOLESTEROL EDUCATION PROGRAM
Third Report of the Expert Panel on
Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Cholesterol in Adults (Adult Treatment Panel III)

Risk Assessment Tool for Estimating 10-year Risk of Developing Hard CHD (Myocardial Infarction and Coronary Death)

The [risk assessment tool](#) below uses recent data from the Framingham Heart Study to estimate 10-year risk for "hard" coronary heart disease outcomes (myocardial infarction and coronary death). This tool is designed to estimate risk in adults aged 20 and older who do not have heart disease or diabetes. Use the calculator below to estimate 10-year risk.

Age: years

Gender: Female Male

Total Cholesterol: mg/dL

HDL Cholesterol: mg/dL

Smoker: No Yes

Systolic Blood Pressure: mm/Hg

Currently on any medication to treat high blood pressure. No Yes

[TOP](#) **Total cholesterol** - Total cholesterol values should be the average of at least two measurements obtained from lipoprotein analysis.

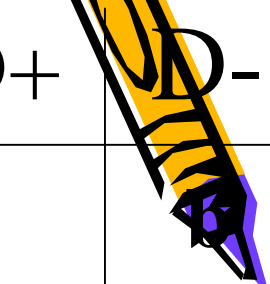
[TOP](#) **HDL cholesterol** - HDL cholesterol values should be the average of

開始 肥胖&代謝症候群 預防醫學的臨床應... 代謝症候群--檢視您... 10-year CVD Risk Cal... 網際網路 下午 10:07

名詞解釋

D+: 有病 D-: 沒病 T+: 檢查陽性 T-: 檢查陰性

	D+	D-
T+	a	b
T-	c	d

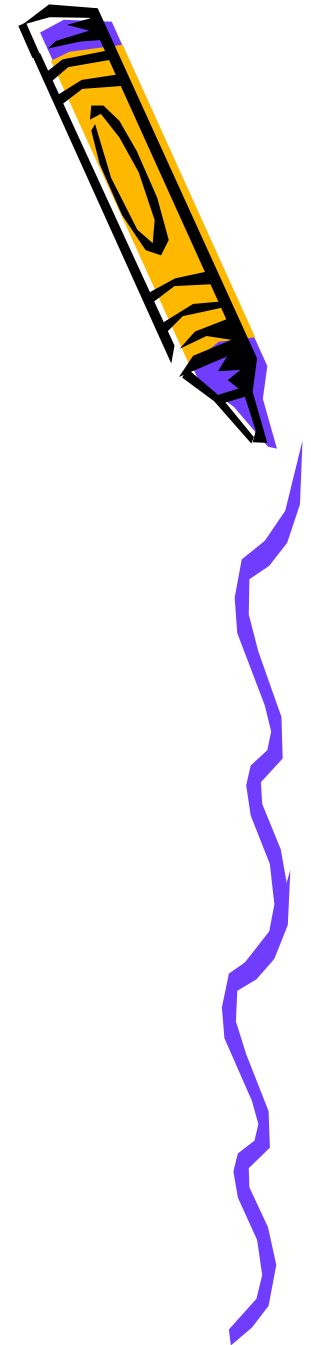


- **Sensitivity: 敏感度** $a / (a+c)$
à 有病的人檢查後結果顯示有病的百分比
- **Specificity: 特異性** $d / (b+d)$
à 沒病的人檢查後結果顯示沒病的百分比
- **False positive : 偽陽性** $b / (b+d)$
à 沒病的人檢查後結果顯示有病的百分比
- **False negative : 偽陰性** $c / (a+c)$
à 有病的人檢查後結果顯示沒病的百分比



什麼工具適合用來篩檢疾病?

- 要有足夠的**敏感度**可早期偵測疾病
 - à 肝癌篩檢
 - à 大腸癌篩檢
- 要有足夠的**特異性**減少偽陽性的出現
 - à 癌症指標**敏感性**及**特異性**都不好，特色是很貴。



什麼族群適合做疾病篩檢？

- 該疾病盛行率高嗎？

- à 高盛行率: 高血壓、高血脂、高血糖、子宮頸癌、大腸癌、肝癌

- à 低盛行率: **XOX**阿諾史瓦辛格症候群...

- 有有效的治療方法嗎？

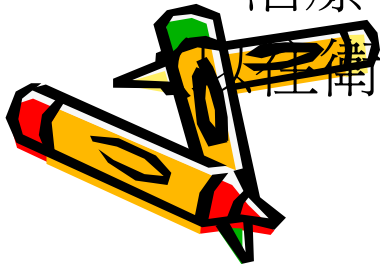
- à 子宮頸癌、大腸癌、鼻咽癌早期治療效果很好。

- à 肺癌、胰臟癌多半都不好。

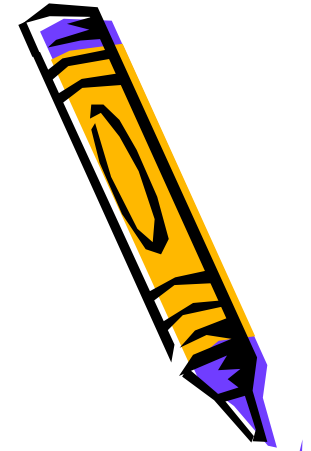
- 病患願意就醫嗎？

- à **89**歲的老阿媽得子宮頸癌，你要讓她手術或放射線治療嗎？

(在衛生所爲了拼業績，常常不管年齡就給她抹下去...)



各種篩檢工具



- 侵入性考量
 - à 低侵入性: X光、超音波、尿液、糞便檢查
 - à 高侵入性: 胃鏡、大腸鏡
- 價格
 - à 便宜: 血球、生化、尿、糞便、子宮頸抹片。
 - à 貴: 超音波、癌症指標、內視鏡
 - à 非常貴: 正子造影、功能性醫學檢查、核磁共振



解說及後續

18-80歲 何時該做何種健康檢查

- 我們都需要個人化量身定作的健康檢查
- 考慮因素
 1. 家族史
 2. 性別, 個人體質
 3. 生活環境
 4. 生活習慣



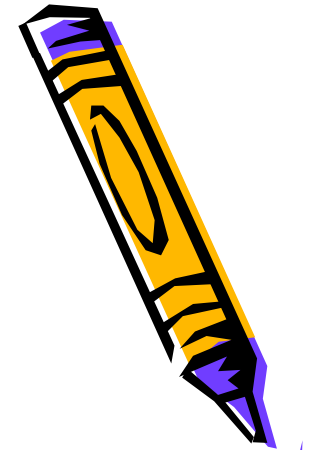
健檢常見項目



- 基本資料: 病史、身高、體重、血壓、心跳、體脂、視力
- 各科醫師會診
- 生化檢查: 肝、腎功能，膽紅素，尿酸、膽固醇、三酸甘油酯、血糖、電解質(Na,K,Cl,Ca...)
- 血球計數: 紅血球、血紅素、血小板、血球容積、白血球、白血球分類
- 尿液: 尿蛋白、尿糖、血尿、膿尿、結石結晶
- 病毒性病: **BC**肝炎指標、梅毒、愛滋病



健檢常見項目

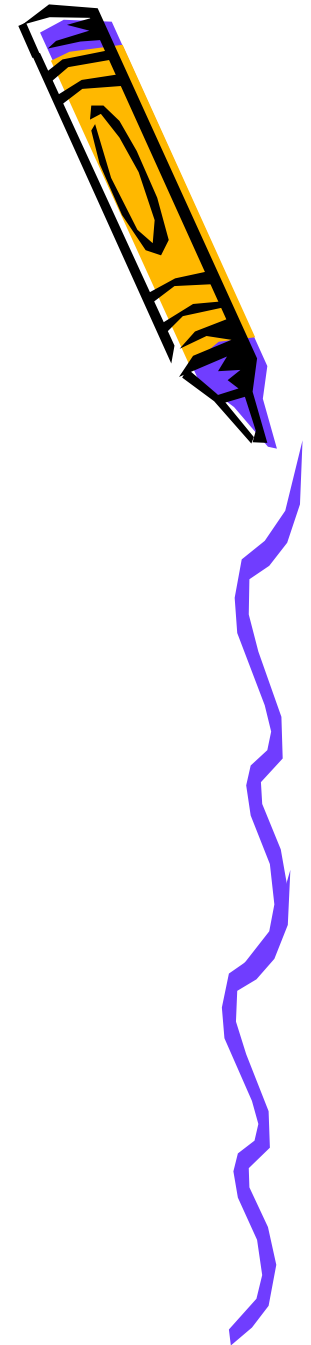


- 內分泌:甲狀腺T3,freeT4,TSH
- 癌症指標: alfa-胎兒蛋白(肝癌)、CEA(大腸癌及其他腺癌)、CA125(卵巢癌)、CA19-9(胰臟癌)、CA153(乳癌)
- 腹部超音波:肝、膽、脾、胰、腎
- 心臟超音波:瓣膜、功能、心肌及心房室測量
- 婦科超音波:子宮、卵巢、骨盆腔
- 子宮頸抹片:子宮頸癌
- 心電圖:心律不整、心肌缺氧、心房室測量
- 頸部都卜勒超音波:頸腦部動脈狹隘
- 呼吸功能



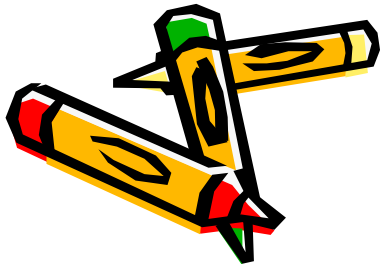
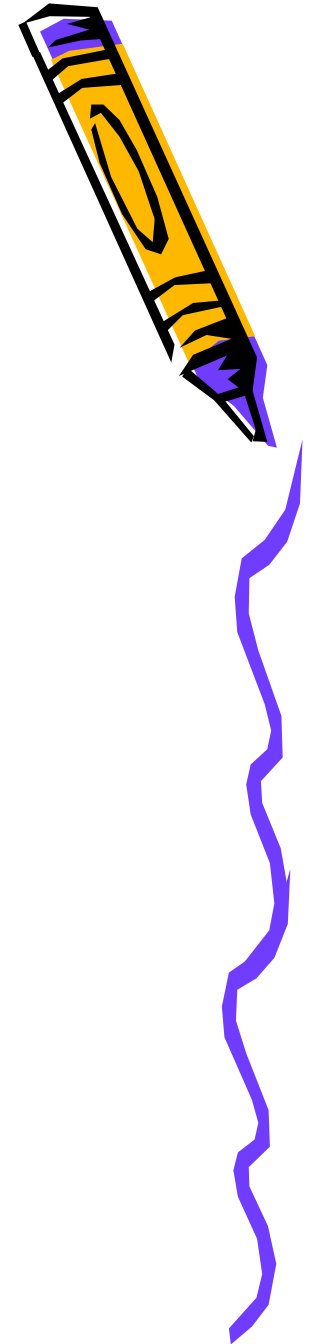
健檢常見項目

- 胸部、腹部、腰椎X光
- 骨質密度



特殊體質

- 女性親屬有乳癌病史：
 - à 40~50歲:乳房超音波
 - à >50歲:乳房攝影及超音波交替檢查
- 有家族性大腸直腸癌病史：
 - à 糞便潛血及大腸鏡



檢查出異常怎麼辦？



- 急性感染症(多半是細菌感染):**立即治療**。
 - 例如:尿道炎、肺結核
- 慢性感染症(多半指病毒帶原):問醫師追蹤治療計劃
 - 例如: B、C型肝炎, HIV (AIDS),梅毒(細菌)
- 慢性病:至家醫或專科門診治療。重點是，慢慢來，因為存在你身上已經很久了。
 - 例如:高血壓、糖尿病、高血脂
- 無症狀的結石:每年追蹤
 - 膽、腎結石
- 無症狀良性瘤:每年追蹤
 - 皮膚脂肪瘤、子宮肌瘤
- 肝腎小於三顆之囊腫(水泡):多半沒事!
- 疑似癌症:**立即轉診治療**
 - 宮抹片異常、頸部乳房腫塊、胃腸出血性潰瘍併腫瘤、肺肝不明腫瘤...



盜貴的檢查

- **功能醫學檢查**: 荷爾蒙、自由基、內分泌、脂肪代謝功能、肝臟解毒功能、重金屬測定。(每項數千元)
- à 在疾病出現前找出代謝、解毒、荷爾蒙缺陷或營養素不足而利用飲食、抗氧化物或營養補充品改善體質。
- **慢性食物過敏原檢測 (NT8,000~10,000)**
- à 不明原因慢性消化異常、皮膚過敏、不明原因皮膚炎、呼吸道過敏、非退化性及傷害性的關節炎
- **癌症基因檢測 (每項數千至上萬元)**
- à 有癌症基因的人，避免接觸危險因子，並且早期規律地追蹤可能出現的患部。如乳癌及大腸癌。

核磁共振及正子造影(數萬至十幾萬元)

à 找出疑似腫瘤的位置及“熱區”



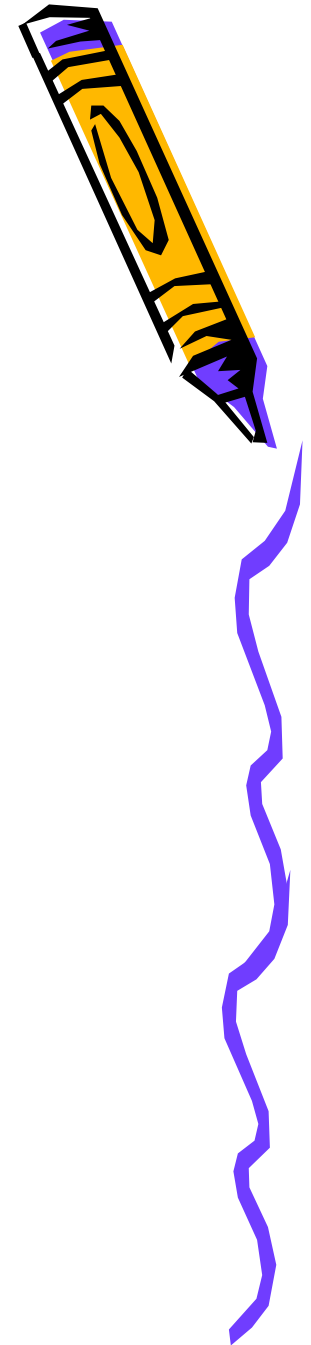
健檢後遺症

- 偽陽性: 沒病當作有病。
 - à 愛滋 ?
- 偽陰性: 有病當成沒病。
 - à 腫瘤 ?
 - à 癌症指標正常 / 異常?
- 邊緣值
 - à 血糖 ?
 - à 血脂 ?
 - à 血壓 ?
 - à 心電圖 ? 尿液 ?
- 都正常，健康？
 - à 幾個月後診斷胰臟癌？



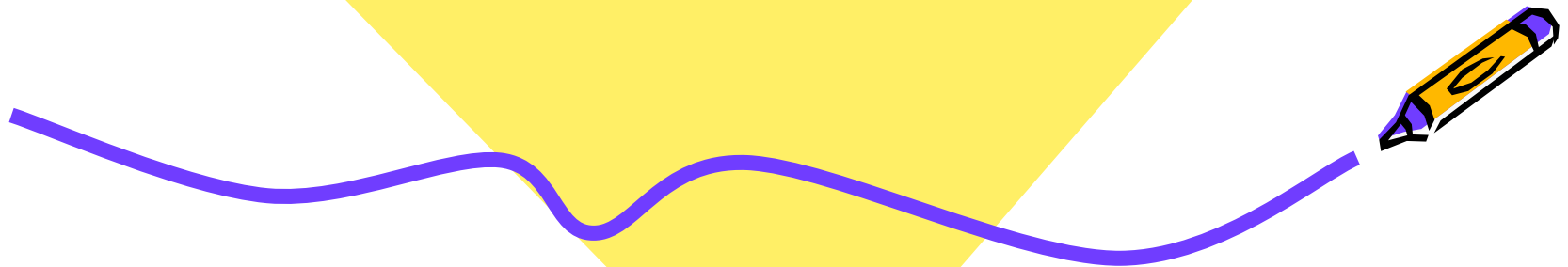
好的健檢取決於三大因素

- 檢驗品質
- 解說
- 後續處理



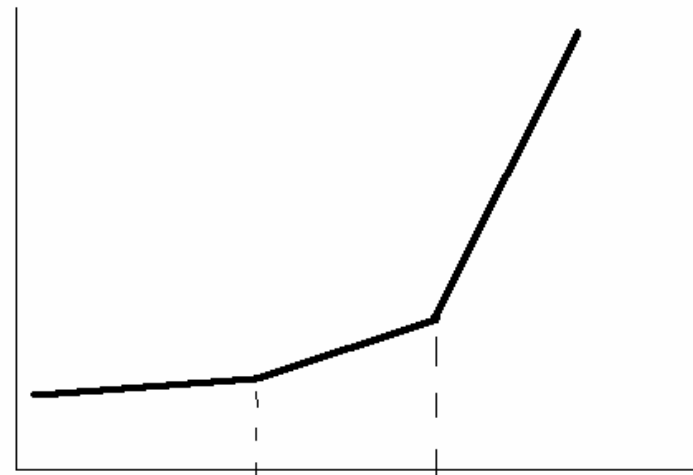
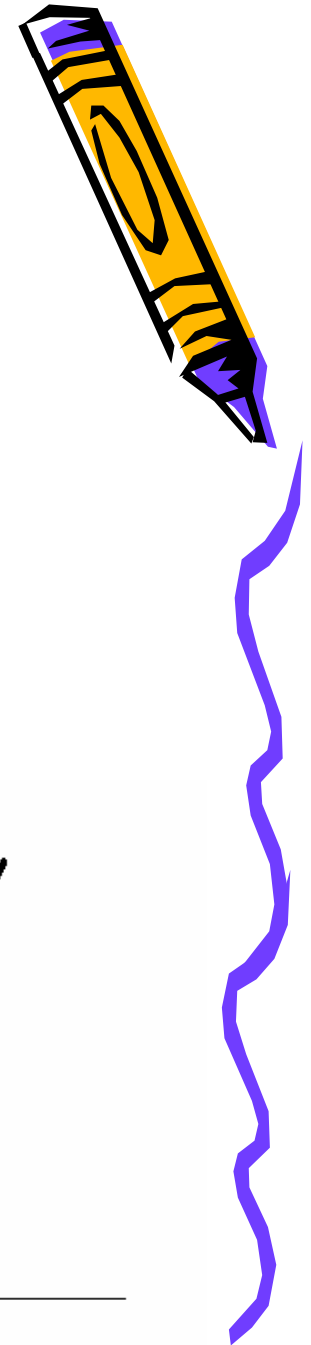


檢查後才是開始



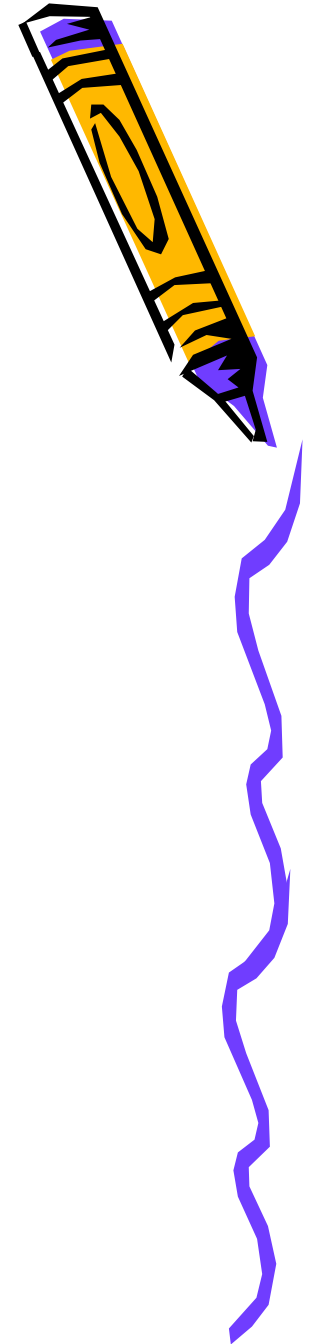
您可能會遇到的狀況

- 肝發炎指標 GPT:55mg/dl (normal<40mg/dl)
- 總膽固醇 203mg/dl (正常<200mg/dl)
- 總膽固醇 258mg/dl



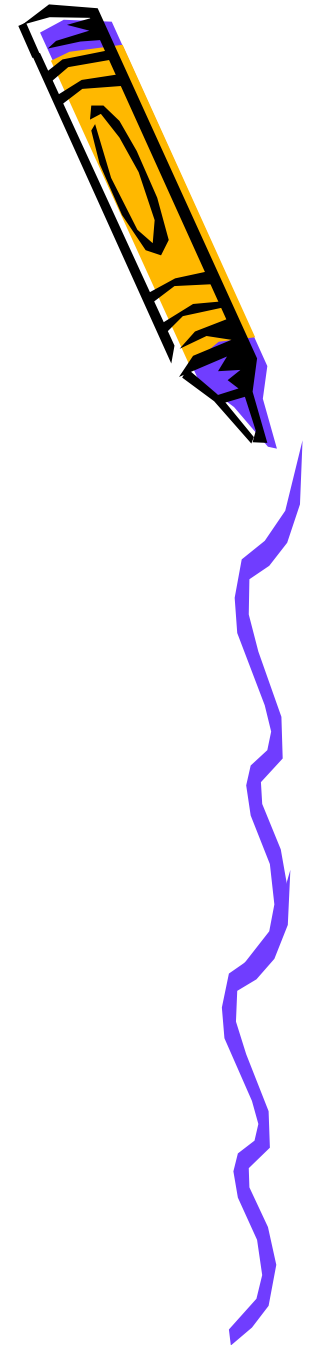
您可能會遇到的狀況

- 血糖過高 106 , normal 100
- 三酸甘油酯(triglyceride, TG)
199mg/dl (normal<200mg/dl) ,



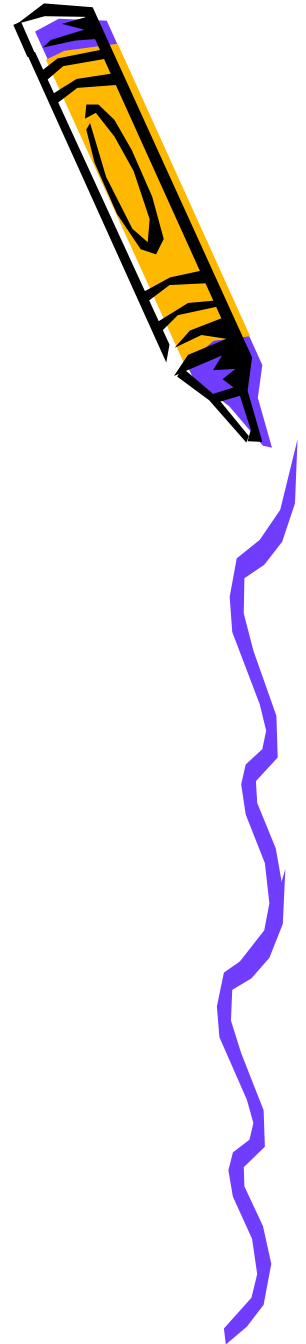
您可能會遇到的狀況

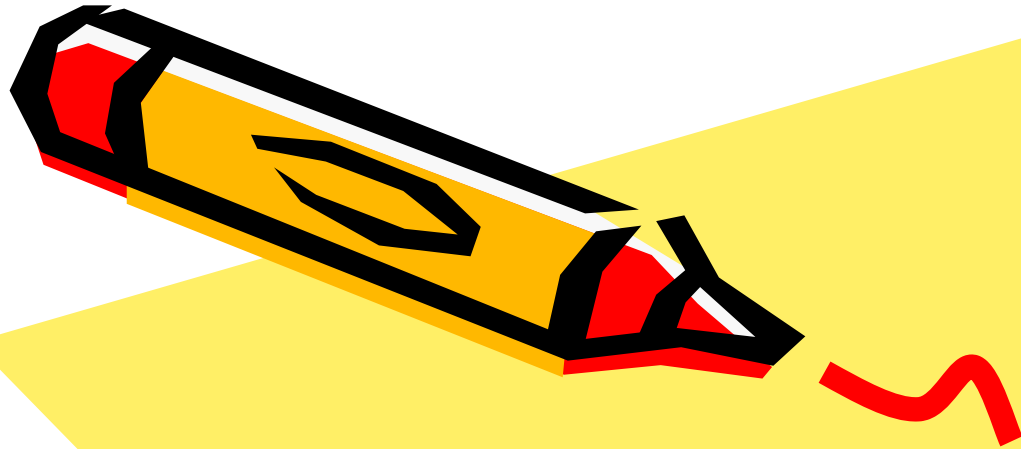
- 肌酸酐CRE 1.4mg/dl (normal<1.2)
BUN(尿素氮)及小便檢查正常
- 總膽紅素total Bilirubin 1.8mg/dl
(normal<1.2) ，但direct Bilirubin正
常，其他一切正常...



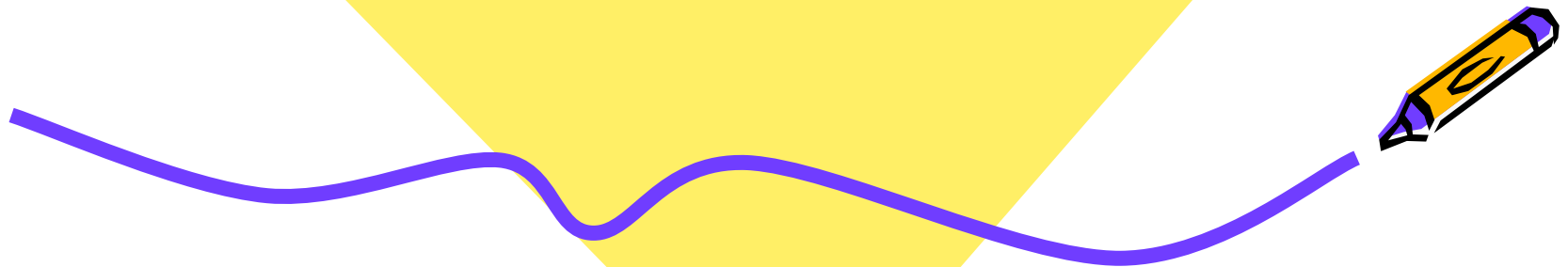
您可能會遇到的狀況

- 地中海型貧血?
- 缺鐵性貧血?





檢查後才是開始



檢查後才是開始

- 異常的部份該如何
- 正常的部份該如何
- 下次何時



敬祝健康快樂

