Life and Medial Insurance:醫療與危疾保險及香港醫療優勢

1. **Why it is a necessity: Health Insurance Scheme 醫療保險**
   - 國內醫院 與 香港的醫院運作相同嗎?
   - 香港的醫療支出費用多大?
   - 一般医賠償與自願医保 (VHIS) 的分別



2. **Why we need Critical illness insurance? 危疾險**
   by the nature of i. breast cancer ii. prostate cancer
   and
   iii. the treatment expenses as demonstration
   了解女士 **乳房癌** 及 男士 **前列癌** 的特性及 **治療支出**



3. **Cancer prevention: Examinations 預防癌症**

1.

在香港，現實情況:

1. Acute medical problems → 999 → Acute public hospital
   急性疾病 → 999 → 公家醫院

2. Major surgery 大手術: →
   a. major public hospitals 龍頭 政府醫院: 資源↑ 、 專家團隊
   b. By private surgeons (with support from medical insurance + SMM)
   私人醫院進行手術 ' 需要 基本醫療保險 + 附加 保障計劃

3. Elective surgeries : by private surgeons → private hospitals
   (avoid public hospital for surgeries)
   選擇性手術 / 非急性手術 → 私人醫生/ 醫院



4. Rare medical problems → Major Public hospitals
   罕有疾病 → 公家大醫院： 專家團隊

5. Critical illnesses: cancer, major heart diseases → with support from **Critical illness insurance**
   危疾: 癌症 、 嚴重心臟病、 腎衰竭…→ **危疾保障**

6. Chronic medical problems: DM, Hypertension 糖尿病、高血壓
   → outpatient medical services / treatment
   a. Outpatient Benefits (EB) 僱員福利門診福利
   b. Out-of-pocket 自負
   c. HA clinics 政府醫院門診排隊

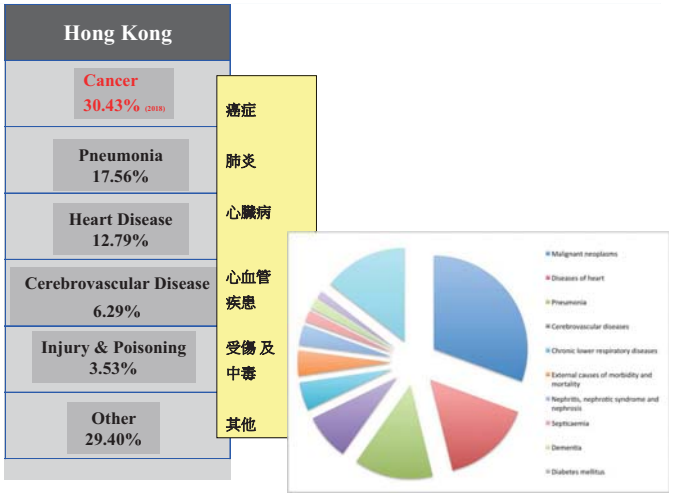
在香港，現實情況:

Elective surgeries : by private surgeons → private hospitals
(avoid public hospital for surgeries)
選擇性手術 / 非急性手術 → 私人醫生/ 醫院



Critical illnesses: cancer, major heart diseases → with support from **Critical illness insurance**
危疾: 癌症 、 嚴重心臟病、 腎衰竭…→ **危疾保障**

→ **i. Health Insurance Scheme**
ii. Why we need Critical illness insurance?
(a. by the nature of **i. breast cancer and 2. prostate cancer** , and the expenses as demonstration
乳房癌 前列腺癌 醫療支出



Percentage of deaths by disease.
Sources:, Hong Kong Dept. of Health (2018)

PEAK

危疾索償

Males

	China		Hong Kong		Malaysia		Singapore		Indonesia		Australia	
	Rank	%	Rank	%	Rank	%	Rank	%	Rank	%	Rank	%
Cancer	1	57.3%	1	66.1%	癌		1	51.7%	2	28.3%	1	62.1%
Ischaemic Heart Disease	2	19.4%	2	16.3%	缺血性心臟病		2	34.7%	1	44.1%	2	16.3%
Stroke	3	11.9%	3	7.9%	中風		3	7.0%	3	15.2%	4	3.7%
Kidney Failure	4	4.7%	4	2.4%	腎衰竭		4	1.8%	4	7.3%	10	0.5%
Heart Surgery	5	1.8%	5	1.5%	心臟手術		5	1.0%	5	1.5%	6	2.5%
Paralysis	6											
Chronic Liver Failure	7											
Benign Brain Tumour	8											
Major Head Trauma	9											
Major Burns	10											
Total of top 10												

Females

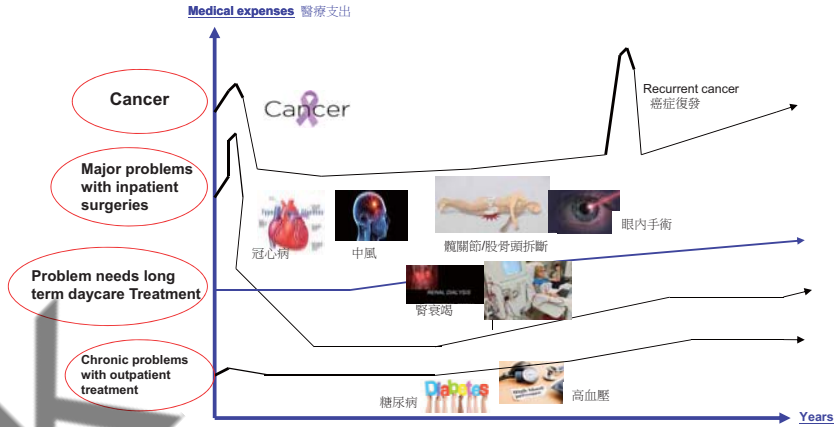
	China		Hong Kong		Malaysia		Singapore		Indonesia		Australia	
	Rank	%	Rank	%	Rank	%	Rank	%	Rank	%	Rank	%
Cancer	1	80.3%	1	89.1%	1	85.8%	1	88.1%	1	75.1%	1	85.2%
Stroke	2	7.3%	2	3.1%	2	3.6%	2	4.2%	2	8.4%	2	2.7%
Ischaemic Heart Disease	3	4.1%	4	1.6%	3	2.7%	3	3.5%	3	6.1%	4	2.5%
Kidney Failure	4	3.1%	5	1.3%	4	2.5%	4	1.2%	4	5.1%	10	0.4%
Heart Surgery	5	1.4%	6	0.5%	7	0.6%	7	0.4%	9	0.5%	7	0.6%
Benign Brain Tumour	6	1.1%	3	1.7%	5	1.4%	5	1.0%	7	0.5%	2	2.7%
Paralysis	7	0.9%		0.1%	9	0.2%	8	0.2%		0.0%		0.1%
Systemic Lupus Erythematosus	8	0.3%	9	0.2%		0.1%		0.0%	5	0.8%		0.0%
Chronic Liver Failure	9	0.2%		0.1%		0.1%		0.1%		0.1%		0.1%
Aplastic Anaemia	10	0.1%		0.1%		0.0%		0.1%		0.3%		0.1%
Total of top 10		98.9%		98.5%		98.1%		99.4%		98.2%		97.6%

Dread Disease Survey 2008-2012 – A Snapshot

GenRe Vol.19 No.4, 2015

What we will face the unexpected Medical expenses: *Long Term*

人生無常，病痛無可免，我們有準備嗎?



(Not in scale, but for an understanding only)

【明報專訊】醫學會最新調查顯示，2010年的私家醫生收費較4年前大增15%至30%；首次公開的手術費揭示，超大型手術如肝臟切除手術收費差距很大，平則2.9萬，最貴可達8.5萬元，相距5.6萬元。醫學會會長謝鴻興坦言醫生收費「沒有譜」，醫學會亦不會訂定標準，「是依自由市場機制決定，病人若嫌貴，可以去看別的醫生……政府也沒有控制地產商賣7萬元一呎的豪宅」。



醫學會會長 訂定收費標 生。 〔余耀亮攝〕

Medical cost 醫療支出↑↑↑:

1. Medical technology development ↑醫療科技一日千里
2. Aging 人口老化 — Co-morbidities 伴發病 ↑
3. Medical expenses: 醫療支出因應市場機制增加 subject to market mechanism
4. ↑needs 需求增加

議員:收費參差 不能作保單參考

保險界立法會議員陳健波指醫生收費太參差，不能作為保單參考，醫院有單有據才可作為保險參考數據。

謝鴻興昨日在記者會上表示，醫學會正與保險業商討保險計劃推薦給市民，故保險業要求醫生提供手術費用和大致的收費，方便設計保單，以賠償醫療費用。醫學會醫生收費調查委員會主席林晢玄說，於今年2月至4月調查，有630名醫生交回問卷，其中有六成為專科醫生。醫學會對上一次的私家醫生收費調查已是2006年。

大手術費相差逾5.6萬

林晢玄說，醫學會今年首次公開醫生手術費資料，按手術複雜度分6級，並按等級列出收費。第一級是最複雜的超大型手術，如肝臟、胰臟切除手術，收費中位數為5萬元，但手術費參差，由2.9萬至8.5萬元，最貴的收費是最平的3倍。

第二級的手術如腹腸炎、子宮切除，私醫手術收費中位數3萬，但最貴與最平收費兩者相差2.5萬。連最簡單的第六級切脂肪瘤手術，最平與最貴的收費兩者亦相差6000元。

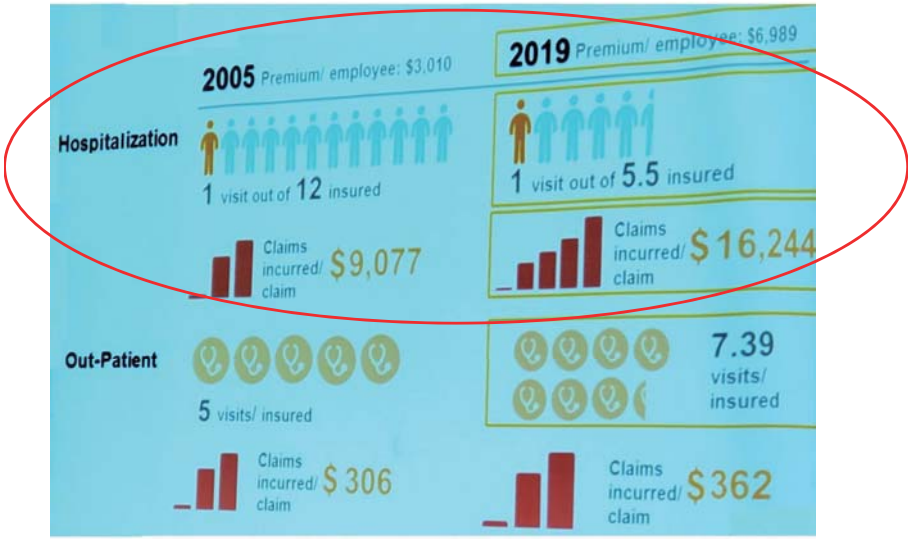
被問及醫生手術收費如此參差，醫學會會否在當中協調一下收費時，謝鴻興回應：「醫學會不會訂立醫生收費標準，是依自由市場機制決定。

加15%至30%。普通門診的收費中位數，由180元增至20 75元。調 謝鴻興說 令整體醫療收費有約10%增長，謝認為增幅合理。

病人團體斥謝態度傲慢

杜區組織協會病人權益幹事彭鴻昌認為，謝鴻興身兼醫委會道德委員會主席，但態度卻如此傲慢，有失醫生身分，亦令市民覺得醫生只會「向錢看」。他又指醫生手術費加幅「無譜」，遠遠高過通脹，脫離市民的經濟負擔能力。

保險業聯會行政總監鄺仲泰說，調查對設計保單影響不大，保單會分A級鑽石型、B級優質型及C級普通型，投保人會按自己需要選擇。



A comparison of Hospitalization Claims amount incurred 2005. 2019, by 400+ employer groups

Source: Integrating VHIS into EB Plans, GainMile Seminar, 22.05.2019

PEAK

我们的 国内 高端客户 怎样可以享用
香港的高端医疗服务?
(由保险公司 承担 所有支出)



---

1. 保險公司 與 香港醫院 及/或 醫生團體 簽了什麼合約
(對像是高端客戶群) ?

Let Marketing colleagues confirm to you…..

2. 國內醫院 與 香港的醫院運作相同嗎?

國內醫院
- 運作

3. 香港的醫療體制: 私营醫院可以代表 醫生嗎? 他們是什麼關係?

国内 醫療体制



健康



中国 医疗:

医院为本
分科制度

泌尿科医生
妇科医生
肠胃科医生…

(病人需要那一科适合自己病情，
自己选择分科医生)

主任医生
↑
副主任医生
↑
主治医生
↑
住院医生
↑
实习医生
↑
临床医学学士 / 硕士



中小城市医院 水平参差不齐，和大城市**三甲**医院相差相对地大。
二、三线城市 的患者往大城市 集中.....

Source: 香港医院究竟好在哪儿? 二联生活周报 2017年10月24日



重点医院 (3级甲医院) 概涵 市、周边县 及乡…





贵州市人民医院举行三级甲等综合医院挂牌仪式 2019-11-30
Source: http://www.gzhzxw.com/index.php/cms/item-view-id-50464.shtml



香港 医疗体制

公立医院



私营



门诊　　医院

注册医生: 14,650 人 (2018)
公营医疗: 40%　　私人执业: 60%

Source: http://www.myhealthmychoice.gov.hk/pdf/appendixC_chn_txt.pdf/ https://www.dh.gov.hk/english/statistics/statistics_hs/files/Health_Statistics_pamphlet_E.pdf

PEAK

香港: 医生为本 私营

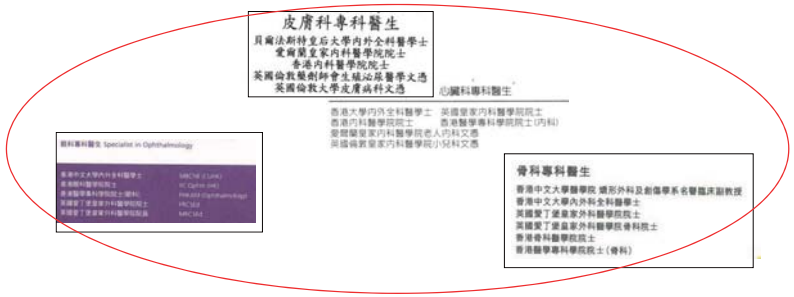
專科制度

普通科医生 (Registered General Practitioner)

加

5年專科训练 +專科试及格 (取得 **香港專科医学院 院士** 资历)

→**專科医生** (Registered Specialist)



私营



家庭科医生. 负责 第一线评估病人
(私人执业，不附属医院)



转介



專科医生
(私人执业，不附属医院)

我们的 国内 高端客户 怎样可以享用
香港的高端医疗服务?
(由保险公司 承担 所有支出)



---

3. 香港的醫療體制: 私营醫院可以代表 醫生嗎? 他們是什麼關係?

私营



專科医生
私人执业，不附属医院；



与私家医院是伙伴关系，有决定权收病人住医院，及决定手术费用。

PEAK

私营

專科医生制度:

專科医生 受 **香港医务委员会** 监管

↓ 收病人入医院治疗 /手术

香港12间私家医院 受 **香港衛生署**监管

e.g. 香港浸信会医院 –住院医生不足20个。
(Hong Kong Baptist Hospital)



專科医生 1500-2000,

專科医生 与 私家医院 合作伙伴，
医生应用医院设施，对病人进行治疗。

医院收取病人 住院各项费用，
代專科医生 收取手术费用。

由 市场机制引導，只容許枱面交易

PEAK

sample

肺癌

VATS (Video-Assisted Thoracic Surgery) 胸腔内视镜 辅助 **肺癌 肺叶切除手术**

24/01/15	100	MEDICINE 藥費	80.00	
	400	PHYSIOTHERAPY 物理治療	320.00	
	500	FOOD/DRINKS 膳費	372.00	
	600	ROOM 房租	440.00	
	900	TOTAL HOSPITAL CHARGES 醫院收費總計		134,643.00
	002	FEES TO BE COLLECTED ON BEHALF OF DOCTOR/PRIVATE NURSE 代醫生或私家護士所收取之費用		
		BALANCE B/F 上期結餘		
		TOTAL FEES DUE TO DOCTOR/PRIVATE NURSE		122,350.00
		GRAND TOTAL 總計		

私人执业医生、医院各自承担
医疗责任的法律风险

Private Hospital, Attending physician
→ Separate **medico-legal liability**

住院总支出: $ 256,993

Medico-legal liability 医疗的法律责任 (HK)

Qx from the patient's relatives:

網上面 很多人 推薦 個隻藥，醫生，點解你 唔開俾阿媽？

Authorities to monitor doctor's performance 醫務監管机構:
1. The HK Medical Council 香港醫務委員會
2. The HK Department of Health 香港衛生署

Attending Doctor
(HK registered doctor)
主診醫生

Patient
病人

Liability 責任

Insurance protection:
Indemnity/Protection for medical practice 醫療責任保險
(by the Medical Protection Society Ltd. (UK) c/o the HK Med. Association.)

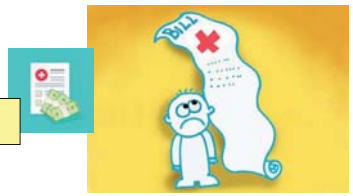
Consideration:
-Medical Ethic 醫療道德上要求
-Evidence-base Medicine 循證醫學
- The HK Medical Council 's individual instructions
香港醫務委員會指引及守則
Treatment protocol 治療方案
- Approval by FDA/USA 美國食物药物管理局已審批
- Approval by the Department of Health HK
香港衛生署已審批

病，有得醫....重病 → 慢性化...
醫療支出越來越高.... ，你諗掂未?

Any Question ?
請發問



Medical Expenses, a general review
醫療支出



Please base on

the Benefits of a traditional medical scheme

→ Reimbursement/ Payment

醫療支出: 以傳統的醫療福利計劃/ VHIS → 評估賠償情況

Traditional medical scheme v.s. VHIS (Voluntary Health Insurance Scheme)

VHIS 的 計劃特點

2018-2019: VHIS

Source: https://www.vhis.gov.hk/tc/information_centre/index.html retrieved: 09012019

Underwriting 核保:

Accept Unknown pre-existing conditions

接受 '未知的 投保前已有病症'

認可產品則 可在保單生效首三年的等候 期提供部分保障（ 第一年不 獲賠償， 第二年可獲25%償 款， 第三年可獲50%償款），由第四年起獲全面賠償(即 100%償款)。

「投保前已有病症」

是指受保人於保單簽發日或保單生效日(以較早日期為準)前**已存在的任何不適**、疾病、受傷、生理、心理或醫療狀況或機能退化，包括先天性疾病。

Exclusion:

(a) 病症已被確診；或

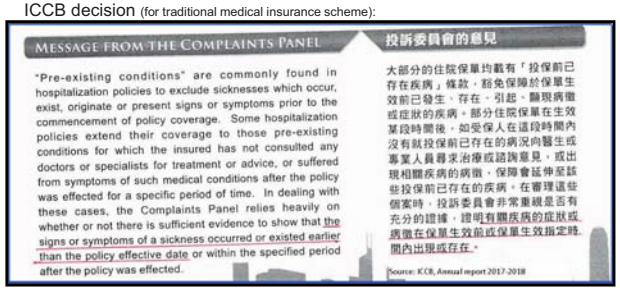
(b) **病症已出現清楚明顯的病徵 或 症狀**；或

(c) 已尋求、獲得或接受病症的醫療建議或治療。

Source: provision_flexi_C_Ward+with+MMP+M_touch 01.04.2019

Pre-existing illness 投保前已有病症:

ICCB decision (for traditional medical insurance scheme):



MESSAGE FROM THE COMPLAINTS PANEL

"Pre-existing conditions" are commonly found in hospitalization policies to exclude sicknesses which occur, exist, originate or present signs or symptoms prior to the commencement of policy coverage. Some hospitalization policies extend their coverage to those pre-existing conditions for which the insured has not consulted any doctors or specialists for treatment or advice, or suffered from symptoms of such medical conditions after the policy was effected for a specific period of time. In dealing with these cases, the Complaints Panel relies heavily on whether or not there is sufficient evidence to show that the signs or symptoms of a sickness occurred or existed earlier than the policy effective date or within the specified period after the policy was effected.

投訴委員會的意見

大部分的住院保單均載有「投保前已存在疾病」條款，藉免保障於保單生效前已發生、存在、引起、顯現病徵或症狀的疾病。部分住院保單在生效某段時間後，如受保人在這段時間內沒有就投保前已存在的病況向醫生或專業人員尋求治療或諮詢意見，或出現相關疾病的病徵，保障會延伸至該些投保前已存在的疾病。在審理這些個案時，投訴委員會非常重視是否有充分的證據，證明有關疾病的症狀或病徵在保單生效前或保單生效指定時間內出現或存在。

Source: ICCB, Annual report 2017-2018

V.s.

VHIS:「投保前已有病症」

是指受保人於保單簽發日或保單生效日(以較早日期為準)前 **已存在的任何不適**、疾病、受傷、生理、心理或醫療狀況或機能退化，包括先天性疾病。

Exclusion:

(a) 病症已被確診；或

(b) **病症已出現清楚明顯的病徵 或 症狀**；或

(c) 已尋求、獲得或接受病症的醫療建議或治療。

Source: provision_flexi_C_Ward+with+MMP+M_touch 01.04.2019

No difference 無分別

Standard Plan 標準 計劃 (VHIS)

基本內容

住院食宿 (每天HK$750) - 每個年度最多180天

雜項開支 - 每個年度 HK$14,000

醫生費 - 每天HK$750 - 每個年度最多180天

專家費 - 每個年度 HK$4,300

深切治療 - 每天HK$3,500 -每個年度最多25天

外科醫生每次手術，根據外科手術類別:

複雜 HK$ 50,000

大型 HK$ 25,000

中型 HK$ 12,500

小型 HK$ 5,000

麻醉師費用 - 外科醫生手術費用的 35%

手術室收費 - 外科醫生手術費用的 35 %

部份傳統醫療保障計劃: 手術支出每項傷病 (Disability) 計

先進診斷費 - 每個年度 HK$20,000 (受30%的共同保險所限 co-payment) –

涉及的測試包括電腦掃描（CT Scan），磁力共振成像（MRI），正電子發射斷層掃描（PET）、PET-CT 及 PET-MRI

非手術癌症治療 - 每個年度 HK$80,000 –

涉及的治療僅包括電療，化療，標靶治療，免疫治療和荷

分娩前及後, 門診檢查 - 每次HK$580，每個

精神病治療 - 每個年度 HK$30,000

每年整體福利限額 - HK$420,000

終身福利限額 - 不設限

V.S.

自願醫保 (VHIS): **每項手術獨立計算** 及

限制於每保單年度 福利限額

Source: provision_flexi_C_Ward+with+MMP+M_touch 01.04.2019

PEAK

Standard Plan 標準 計劃
(VHIS)

基本內容

住院食宿 (每天HK$750) - 每個年度最多180天

雜項開支 - 每個年度 HK$14,000

醫生費 - 每天HK$750 - 每個年度最多180天

專家費 - 每個年度 HK$4,300

深切治療 - 每天HK$3,500 -每個年度最多25天

(部份傳統醫療保險)

外科醫生每次手術，根據外科手術類別:
複雜 HK$ 50,000
大型 HK$ 25,000
中型 HK$ 12,500
小型 HK$ 5,000
麻醉師費用 - 外科醫生手術費用的 35%
手術室收費 - 外科醫生手術費用的 35 %

All Surgical fees are inclusive of physicians' visits for a period of normal hospital stay up to 5 days, assistant surgeon's fee, subsequent post-op dressing & removal of stitiches and necessary local anaesthesia.

手術費 + 巡房費

先進診斷費 -
涉及的測試包括電腦掃描（CT Scan），磁力共振成像（MRI），正電子發

非手術癌症治療 - 每個年度 HK$80,000
涉及的治療僅包括電療

分娩前及後, 門診檢查

精神病治療 - 每

每年整體福利限額

終身福利限額 - 不設限

V.S.

外科醫生費

本保障將賠償***受保人***在***住院***期間，或在為***日症病人***提供***醫療服務***的設備下，主診***外科醫生***為其進行手術所收取的***合資格費用***。

部份傳統醫療保險:

手術室賠償: 手術室費用 + 手術雜項费用

V.S.

(h) 手術室費

在按本第六部分第 3(f)節的***外科醫生***費可獲賠償的情況下，本保障將賠償在手術期間使用手術室（包括但不限於治療室及康復室）的***合資格費用***。

（手術室雜項支出 另外處理）

為免存疑，在手術室內需個別收費的額外手術用具、儀器及裝置則將按本第六部分第 3(b)節賠償。

(i) 訂明診斷成像檢測

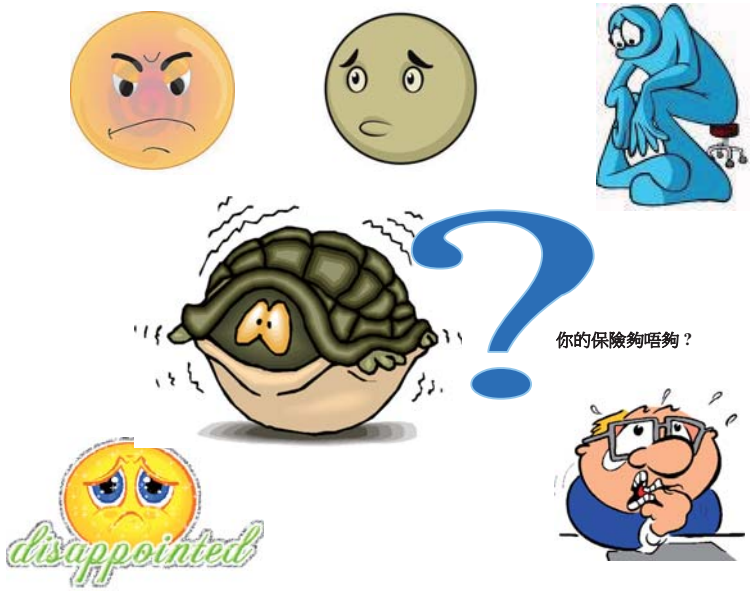
本保障將賠償***受保人***在***住院***期間，或在為***日症病人***提供***醫療服務***的設備下，因檢查或治療***傷病***進行***訂明診斷成像檢測***所收取的***合資格費用***，有關檢測必須在主診***註冊醫生***的書面建議下進行。本保障需按本第六部分第 5 節及***保障表***列明的***共同保險***作出賠償。

(b) 雜項開支

賠償 包含 手術室雜項支出

本保障將賠償***受保人***於***住院***期間或在接受任何***日間手術***當日，就接受***醫療服務***所收取的雜項開支的***合資格費用***，包括 –

(i) 往返***醫院***的救護車服務；
(ii) 施行麻醉及提供氧氣；
(iii) 輸血行政費；
(iv) 敷料及石膏模；
(v) 在***住院***或任何***日間手術***期間服用的處方藥物；
(vi) 在出院時或完成***日間手術***後處方，以供其後四（4）星期內使用的藥物；
(vii) 於本第六部分第 3(h)節保障以外的額外手術用具、儀器及裝置，以及手術中使用的植入儀器或裝置、即棄用品及消耗品；
(viii) 醫療用即棄用品、消耗品、儀器及裝置；
(ix) 診斷成像服務，包括超聲波及 X 光以及其分析，但不包括本第六部分第 3 (i) 節所列的***訂明診斷成像檢測***；
(x) 靜脈注射，包括注射液；
(xi) 化驗及其報告，包括為***住院***期間的手術或治療程序或***日間手術***所進行的病理學檢驗；
(xii) ***住院病人***租用輔助步行器具及輪椅的費用；及
(xiii) ***住院***期間的物理治療、職業治療及言語治療。



PEAK

2.

面向 看不到的突發性醫療支出， 擁有 醫療保險是一份安心.....



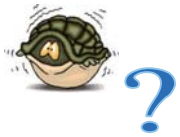
1. . 我們擔心的癌症，以**乳房癌** 為例子:



a. 乳房癌為香港女性第一擔心的癌症…
b. 為什麼香港女性 比東南亞 女性患乳房癌的機會率為高？
c. 乳房癌的性質…
d. 在 4 期分類中， 不同 治療方案 及醫療支出 費用是多少?
e. 相關的後遺症…

---

2. 究竟 什麼保險才使 我們安心？



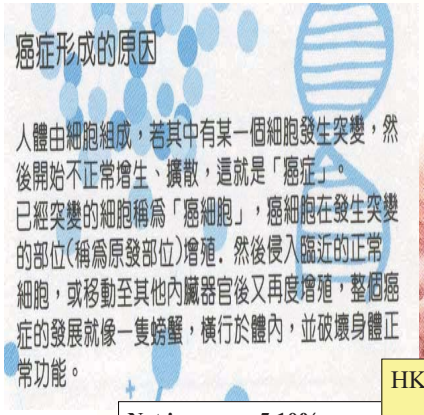


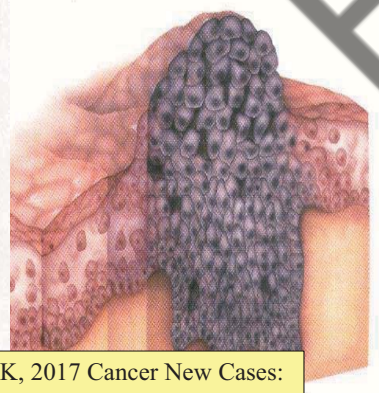
講者: **Trevor Ka Po Chan**

RN MBA
PDHMPH 香港中文大學 醫療管理 及 預防醫學 研究院文憑
FHKCHSE 香港醫務行政學院 院士
FACHSM 澳洲醫務管理學院 院士

FLMI 美國 人壽管理學會 院士
HIA 美國 醫療保險學會 會士

癌 Cancer





Net increase: 5.10%
Comparing to 2016
(net increase from 2015 to 2016: **3.60%**)

HK, 2017 Cancer New Cases:
M: 16,876 (2016: 16,035)
F : 15,199 (2016: 15,433)

M: 1/4
F: 1/5

*Information released by Hong Kong Cancer Registration, the Department of Health, HK SAR 10.2018

香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2017)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,635	17.0%
2	Lung	肺癌	5,178	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,391	13.3%
4	Prostate	前列腺癌	2,240	6.8%
5	Liver	肝癌	1,834	5.5%
6	Stomach	胃癌	1,314	4.0%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,101	3.3%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,076	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	1,002	3.0%
10	Thyoid	甲狀腺	884	2.7%
	All sites		**33,075**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2017 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

PEAK

2017年，香港十大癌症 (女仕)

Female

Rank	Site	New cases registered	Relative frequency
1.	Breast 乳房癌	4373	27.0%
2,	Colorectum	2332	14.4%
3.	Lung	1931	11.9%
4.	Corpus uteri	1076	6.6%
5.	Thyroid	703	4.0%
6.	Ovary	651	3.9%
7.	Stomach	552	3.4%
8.	Non-melanoma skin	532	3.3%
9.	Cervix	516	3.2%
10.	Non-Hodgkin Lymphoma	438	2.7%
	All sites	16,199	100%

Leading Cancer Sites in Hong Kong in 2017
2017 年香港主要癌症

HONG KONG CANCER REGISTRY
香港癌症資料統計中心



2016: 4108 new cases

2016 -2017: Net increase: **6.45%**

21.5.2002 蘋果日報 Apple Daily

女性1/24機會患乳癌

In HK, lady to have breast cancer, risk: 1/24 (2002)

→ *1/22* *(2006)*

→*1/16*(2015)

Source: Dr Cheung Suk Yee/HK Breast Cancer Fund 11.2017

10 new cases/ day 每日 10 新個案
1.5 death/day

Source: Dr Cheung Suk Yee/HK Breast Cancer Fund 11.2017





乳癌篩檢3%婦女確診高於國際

【本報訊】民政事務局前副局長許曉暉有傳因乳癌奪命，年僅44歲逝世，警惕大眾勿輕視乳癌殺傷力。乳癌基金會公佈位於九龍的乳健中心數據，啟用8個月以來，逾5千名婦女接受乳癌篩檢，當中3%人確診患上乳癌，高出國際水平。有醫生指，本地婦女患乳癌有年輕化趨勢，晚期確診率比西方國家高出9個百分點，促港府盡快推全民乳癌篩查。

40歲或以上發病率急升

基金會旗下的賽馬會乳健中心（九龍）今年3月啟用，提供乳癌風險評估、乳健檢查和醫生會診服務。至今共有5,081名婦女接受檢查，其中2,152人受惠於低收入人士資助，獲免費檢查。當中有154名婦女確診患上乳癌，比率約3%，比其他國家同類篩檢約0.5%高。

有「乳癌聖手」之稱的外科醫生張淑儀是乳癌基金會創會人，她指乳癌有年輕化趨勢，近年40歲或以上女士發病率急升，惟香港落後鄰近國家如台灣和新加坡，至今仍未推全民乳癌篩查，約24%患者確診時已是癌症末期，高於外國情況約15%，存活率僅5至20%。

根據癌症資料統計中心，2016年乳癌新症突破4,100宗，為本港婦女頭號發病癌症，每天平均有11名女性確診患上乳癌。張淑儀續指，不少女士以為沒有家族病史，罹患乳癌機率不大。但根據乳癌基金會10多年數據分析，發現90%患癌者並非遺傳，「唔好以為屋企人冇病就一定冇事」，生活工作壓力大、大量攝取動物性脂肪，肥胖和缺運動亦會提高罹患風險，建議40歲以上女士定期接受檢驗。

即將卸任基金會創會[illegible]者，她昨出席[illegible]「好返之後，我[illegible]勉勵患者積極調整心態抗癌。

Bias 篩選有偏差？

Apple Daily 06.12.2018

癌
4. 成因

運動不足 乳癌高危因素

延診治三個月 存活率下降

【本報訊】女士對乳癌的警覺性仍然不足，香港防癌會一項調查發現，八成半受訪者[illegible]10月至12月，訪問1,007名18至65歲女士，了解她們對乳癌的認知度，發現八成半受訪者誤以為家[illegible]

女士少運動乳癌高危

陳婉嫻：病咗至做已經遲



本港乳癌首五項高危因素

因素	患癌比率
缺少運動	74%
飲食習慣不良	64%
遺傳基因變異	40%
口服避孕藥	38%
肥胖	34%

平與女性應要定檢查

【本報訊】[illegible]本港乳癌患者平均年齡47.6歲，[illegible]年[illegible]名，為全亞洲最年輕，基金會創會人[illegible]指出，非遺傳影響有關要求[illegible]，可減低乳房病變的風險，40歲以上女士[illegible]

Apple Daily 12.01.2011



最年輕乳癌患者不足20歲

特稿

[illegible]癌是女人最高，今次受訪的8名患者，年齡由41至63歲，[illegible]人生[illegible]，今於[illegible]盡治癌對抗[illegible]的治[illegible]，正如[illegible]女士[illegible]：「我唔一齊[illegible]，可以決定[illegible]，[illegible]醫[illegible]，[illegible]，對患癌[illegible]就[illegible]受了。

資訊充足增治療信心

[illegible]慧芳是全港首位乳腺專科護士，[illegible]幫很多乳癌患者，最深刻一次，是[illegible]報告稱告一名廿多歲女患者時，對方誤以為院方在愉錄「笑笑小電影」，測試病人的反應，[illegible]為搞笑。[illegible]還言，很多年輕女性難以接受患上乳癌，今她們最[illegible]是資訊，理解治療流程，欲否增添對醫護的信心，有個好開頭，先可以承受後面嘅辛苦」。

香港乳癌基金會資料顯示，本港乳癌患者平均年齡47.6歲，最年輕患者不足20歲，6成人病發年齡介乎40至59歲，年紀越大患癌風險越高。治療乳癌有多種方法，包括全乳或局部切除手術、電療、化療，以及標靶藥物和荷爾蒙治療。女性也應自我檢查，如月經後一周內，觸摸乳房有否硬塊及腫脹、或皮膚有否不尋常泛紅等。 本報記者

Apple Daily 26.8.2010

PEAK

Malignant Breast Disease 惡性乳房腫瘤

Predisposing factors (誘發因素) :

Cancer patients with the following factors:

Source: Dr Cheung Suk Yee, HK Breast Cancer Fund 08112017

. Lack of exercise 無 / 少做運動	77.5%
. No breast feeding 無餵哺舞母乳	65.5%
. Stress壓力	37.3%
. Overweight/ Obesity 過重/肥胖	38.6%
. Never giving birth, or delivering first child after age 35 未曾生育, 或 35歲以後才生育;	26.2%
.Lifestyle: smoking, high fat diet, late-night meal /snack 有吸煙, 大魚大肉習慣, 食消夜習慣	14.8%
. Family history家族歷史;	14.5%
. Early menstruation (< 12 yrs old) 過早月經	13.9%
. Hormone Replacement Rx 荷爾蒙荷爾蒙補充治療	6.2%
. Excessive alcohol 飲酒	4.8%

-家族歷史
-年過 50
- 荷爾蒙
- 無 / 少做運動
- 吸煙
- 大魚大肉習慣

. Previous benign breast diseases 曾患有良性乳房腫瘤
. Last Menopause 延遲收經
. Oral contraceptive 口服避藥

.Increased age, esp. over 50 年過 50

In HK, high risk group > 38 years old, ladies

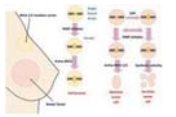
Dr Clement Leung Kwok Chan (FHKCOG (HK) FHKAM (OG))

測基因防範遺傳乳癌

Ava 率先在香港乳癌患者中發現新 BRCA2 基因突變，獲國際獎項，2007 年更創立香港遺傳性乳癌家族資料庫（www.asiabreastregistry.com）。當年安琪蓮娜祖莉為防乳癌而切除雙乳，因為她有乳癌的遺傳基因。Ava 解釋，一個人會否患癌跟家族遺傳有莫大關係。她遇過很多乳癌病人處於人生高峯期，事業有成，生了小朋友，突然得此病症，恍如晴天霹靂。她們猛看不同醫生，就只是希望得知是否還能生存下去。

乳癌患者中，遺傳患者佔 10 至 15%，作怪的是 BRCA 和 TP53 等基因突變。資料庫為基層高危人士做乳房篩檢和基因測試，以及向有經濟需要的患者提供全額藥物資助，更提供免費假髮及設計造型，讓因治療而脫髮的患者重過社交生活。Ava 起初沒想過以慈善出發，但是當年一個測試要幾萬元，不是人人負擔得來，所以便跟慈善機構合作。

Source: Professor Ava Kwong/HKU; Apple Daily 09072019





Source: https://www.mdpi.com/2072-6694/10/8/172 Retrieved 10.07.2019

解構乳癌細胞組織受體

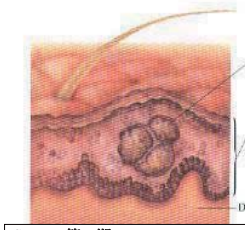
根據細胞分子研究，乳癌腫瘤有不同特性，主要分為帶有雌激素受體（ER）或黃體素受體（PR）的「雌激素受體型乳癌」、帶有第二型人類表皮生長因子受體（Her2）的「Her2型乳癌」及ER、PR、Her2均呈陰性的「三陰性乳癌」。

其中患者以收經後女性佔多的雌激素受體型乳癌，擴散速度較慢，但復發致死的風險可超越十年。而一般年輕的個案，所患的多屬高危的Her2型或三陰性乳癌，惡化速度快，復發率較高！

1. 2. 3.

Next Magazine 10.2009

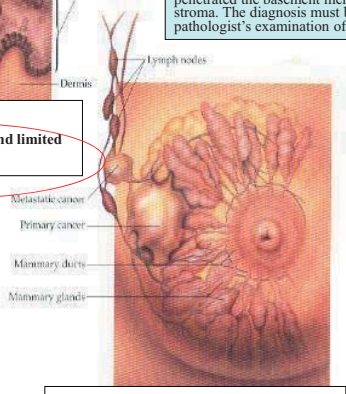
Cancer - stage 1, 2, 3 癌: - 第一, 二, 三期



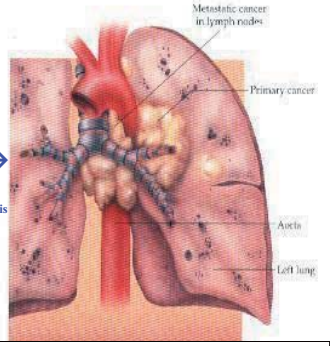
Stage 0 (0 期)
"Carcinoma-in-situ" means
a new growth of cancer cells which has not yet penetrated the basement membrane or invaded the stroma. The diagnosis must be based on a specialist pathologist's examination of a biopsy specimen.

原位癌:
細胞異變於細胞組織內

Stage I 第一期 :
cancer: small, localized and limited
局部局限於相關組織內



擴散 Metastasis (spread)



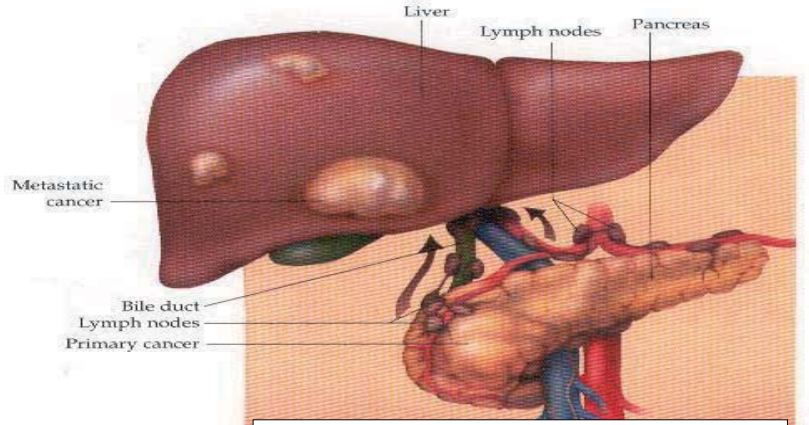
Stage II 第二期 :
local spreading the organ and lymph nodes
局部擴散於器官內及淋巴結

Stage III 第三期 :
Cells invade neighboring tissues and lymph nodes
癌細胞侵襲致器官外圍組織及淋巴結

PEAK

Cancer - stage 4

癌: - 第四期



Stage IV 第四期 :

Metastasis (spread) of the tumor to other tissues of the body

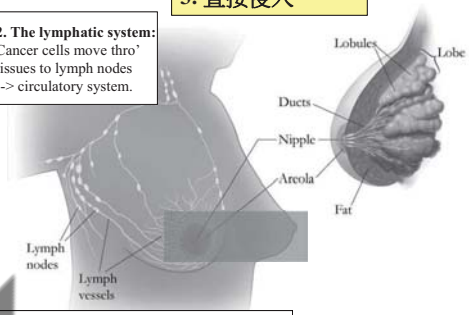
擴散致器官以外組織及器官

擴散途徑

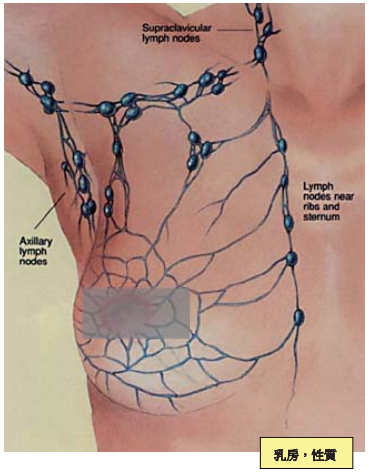
1.經血流
2.經淋巴系統
3. 直接侵入

1. The venous system: Cancer cells travel thro' veins --> liver and lungs

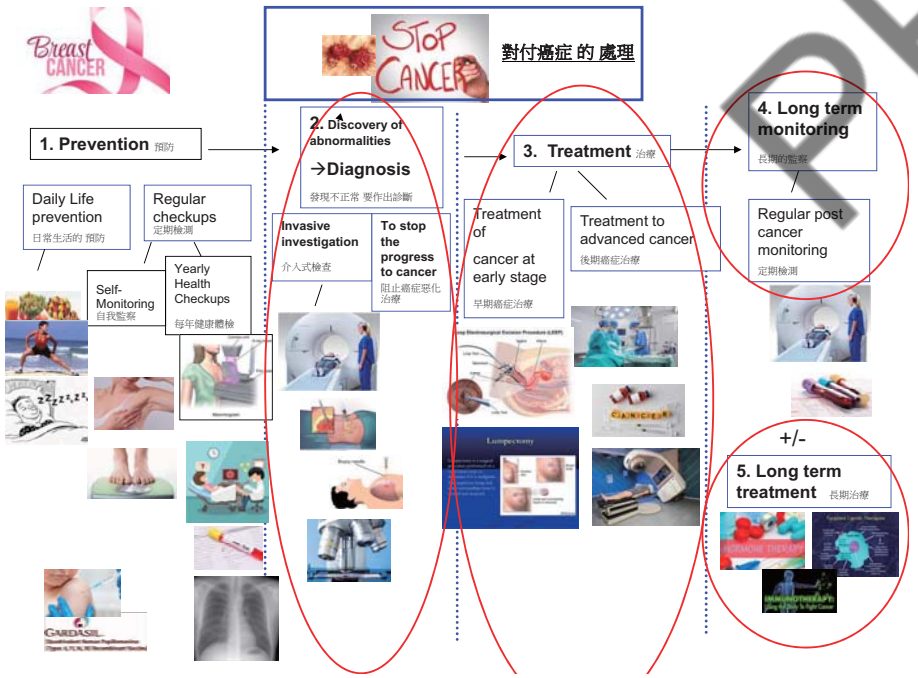
2. The lymphatic system: Cancer cells move thro' tissues to lymph nodes --> circulatory system.



3. Seeding: Cancer penetrate an organ, moving into body cavity (chest or abdominal space) and spread throughout that area.



Lymph surrounding the breast



Investigation

(檢查)

早期乳癌 多被發現於: 定期自我檢查及 常規年檢

Source: Dr Cheung Suk Yee, HK Breast Cancer Fund 08112017



PEAK



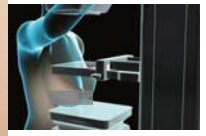


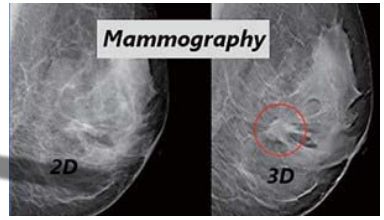
Options: https://www.youtube.com/watch?v=clOEgvgUxfk
https://www.medstarcancer.org/conditions/self-exam/

Every month after menstruation



X ray Images X光的影像: **Mammogram 乳房造影**







Cost: $1,800 to $7,000

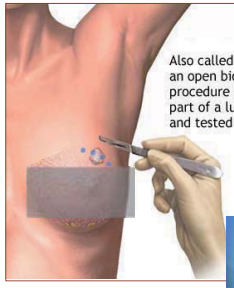


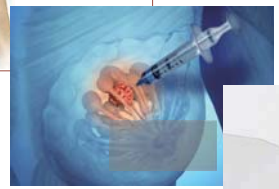
Ultrasonic examination
超聲波檢查



Cost: $1,000 to $3,500

Biopsy 活組織檢查

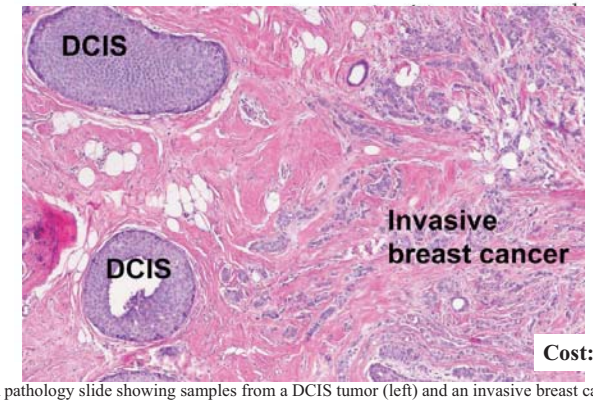






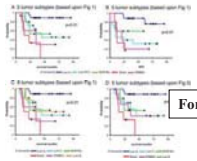
PEAK

Biopsy 活組織檢查



Cost: $2,000 to $4,000

A pathology slide showing samples from a DCIS tumor (left) and an invasive breast cancer.



For genetic analysis : ($10,000 -$30,000/ sample)

正電子掃描電腦 PET CT（Positron Emission Tomography)



PET Scanning (Positron Emission Tomography)正電子掃描

Function: to detect
. Metabolic changes → early detection of cancer;
. Detect primary source of cancer;
. Condition of metastasis (腫瘤擴散): Pre/Post Oncological therapy

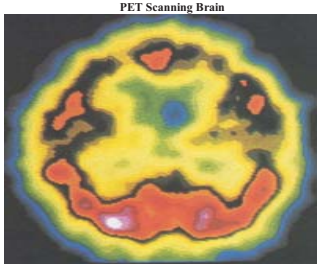
Mechanism:
. Intravenous 'Positron emitters' (正電子同位素) → body tissue;
. To be monitored by PET scanner

Nature:
. Ambulatory care; Screening and Diagnost

Cost: $16,000 - $20, 000/examination

various mental illnesses. It
scanning will be used for oth

PET Scanning Brain



Any Question ?

請發問



PEAK

Invasive treatment:

1. Surgery 外科手術:



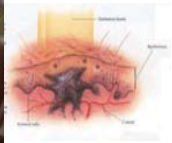
(Invasive nature 介入性**)**

2. Chemotherapy +/- Radiotherapy
化學療法 +/- 放射療法

+/-

3. Hormonal Therapy or Target Therapy
賀爾蒙治療 / 標靶治療







BREAK



關注乳房變化的好處

乳你同行
香港乳癌基金會創會人
張淑儀醫生

最近見到一位30來歲的女士，她洗澡後，在採護膚品的時候，觸及乳房外側，有異常硬塊，想起同事患乳癌，立刻找醫生診治。乳房X光見高密度乳腺，而超聲波就見患處有5厘米斜形黑影，結果抽細胞確診有癌細胞。

她非常害怕，經醫生解釋後，知道只需要局部切除，及檢查前哨淋巴，才稱為鎮定些。入手術室時，淚流滿面。癌症的診斷確真令患者一切活動停頓，要待手術後報告出來，才可清晰前路如何走，彷彿是世界末日。

手術後報告出來，病理診斷為原位癌，淋巴沒有感染，乳房傷口亦只有一個4厘米的刀疤，癒合良好。數星期後接受電療，便完成所有療程。由手術至電療完成，治療過程兩個月左右，生活便可回復正常。往後就半年檢查一次，每年做乳房X光造影及超聲波檢查。

另外一位病人，在定期檢查乳房時，X光發現密集鈣化點，超聲波亦看到黑影，抽針確診原位乳癌，她問我可否嘗試自然療法，改變生活、飲食習慣，再看看癌症會不會消失。我說：定期檢查就是希望及早發現癌踪，及早治療，免除後患。她不可錯失早診早治的機會。另類療法或提高身體免疫能力的方法，做完西醫治療，還可進行。但我未見過單靠另類療法可以醫好乳癌。

有病人問我，怎樣可以預防乳癌。我說：第一防線，是健康飲食及生活習慣，多運動，少吃飽和動物脂肪，多蔬果。第二防線，是定期檢查，及早發現乳癌，減低治療複雜性，提高存活率。

西醫診治乳癌，有良好紀錄，方法不斷進步，令乳癌存活率提升，平均10年存活率超過八成。乳癌影響香港女性，只見數字不斷上升，成為第一號癌症，實不容忽視。

香港乳癌基金會網址：
http://www.hkbcf.org
電郵：pollycheung@hkbcf.org

Apple Daily 03.2017



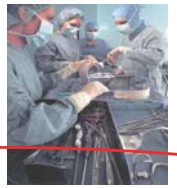
Invasive treatment:

1. Surgery 外科手術:

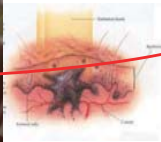
2. Chemotherapy +/- Radiotherapy
化學療法 +/- 放射療法

+/-

3. Hormonal Therapy or Target Therapy
賀爾蒙治療 / 標靶治療









Breast Cancer :

	Protocol	Price
Hormone drug	Tamoxifen 	Around HK$3,000/ mth

Stage III and onward…













Stage III and IV





Stage III and IV

+/-

Target Therapy
標靶治療

Target Therapy
(by suppressing function to cancer development)
1. **抑制** 癌細胞血管生長;
2. 辨認及殺死癌細胞表面分子→ **予抑制**
3. 干擾癌細胞核心覆製

→Breast Cancer (HER +ve),
乳癌（HER 受體相關）; &
→ Metastatic Cancers
所有 **已擴散 癌症**





Oral/ Injection/ Infusion at clinic/hospital
口服 或 注射/吊針

Targeted therapy works by targeting specific genes/ proteins (related to cancer growth) to help stop cancer from growing and spreading.
Source: Cancer.Net https://www.cancer.net/navigating-cancer-care/how-cancer-treated/personalized-and-targeted-therapies/understanding-targeted-therapy_ retrieved: 01.2019

PEAK

晚期乳癌病人治病費佔收入51%

【本報訊】香港乳癌基金會調查發現，受訪的本港晚期乳癌病人，要用51%收入治病，較台灣病人只用28%收入高。該基金會推出最新藥物資助計劃，為40名晚期乳癌病人提供部份或全額藥物費用資助。

推資助計劃買新藥

香港乳癌基金會去年10月至今年3月，訪問逾千名不同地方的晚期乳癌病人，當中52人來自本港，99人來自台灣。調查發現，有33%本港病人的收入嚴重下降，較台灣病人只有23%多。

香港乳癌基金會理事李沛基醫生表示，約66%入侵性乳癌病人，屬荷爾蒙受體呈陽性反應，需接受荷爾蒙治療，但不少病人治療反應欠佳。新口服標靶藥「依維莫司」的治療效果較好，但於醫院管理局屬病人自費藥物，每盒30粒約3.2萬元，每日服一粒。

該基金會推出資助計劃，病人需獲醫管局醫生處方「依維莫司」，治療晚期荷爾蒙受體呈陽性的乳癌。計劃資助30名月入少於6萬元的本港居民，可獲買一送一優惠；及向10名綜援患者提供全額資助購買該藥。詳情可致電3143 7343查詢。







■關醫生指出2017年本港引入的首種針對HR+/HER2-乳癌的標靶藥CDK4/6抑制劑，較以傳統荷爾蒙藥可進一步減少癌細胞生長，提升療效。

標靶藥輔以荷爾蒙藥 保生活質素

關醫生表示，若病人身體狀況合適，醫生多建議病人使用標靶藥治療輔以荷爾蒙藥作為一線治療，及早控制病情提升療效。臨床研究已顯示，該CDK4/6抑制劑輔以荷爾蒙藥的療法，患者無惡化存活期中位數達27.6個月，為只用荷爾蒙藥的兩倍以上；若患者的癌細胞只屬數至一個腫瘤，無惡化存活期或可更長。關醫生續稱，該療法的副作用不多，部分患者或會出現白血球或血小板偏低，但情況較輕微，只需調整藥物劑量或暫為處理白血球/血小板的數量便可，根據他的臨床經驗，從未有患者在接受該CDK4/6抑制劑輔以荷爾蒙藥的治療期間，因副作用而需要停療程或受感染，患者仍可如常工作及生活，甚至照顧家人。

藥費封頂計劃 公私病人受惠


■關醫生表示市面上有CDK4/6抑制劑藥物，但病人可透過醫管局藥費封頂計劃或私營醫療機構提供藥費封頂計劃，減低經濟負擔。

因應心經濟及醫院藥費壓力，目前有社區機構提供藥費封頂計劃或CDK4/6抑制劑或相若利益，讓病人在用藥時更有保障，不論於醫管局或私營醫療體系求診的病人均可申請。合資格的病人只需承擔首十多個月療程費用，之後可於社區機構免費領取藥物直至藥物不再適用為止，讓病人可以安心盡快開展療程。

用藥半年腫瘤消失

「病人在治療期間，沒有出現嚴重副作用；但因病人肺積水問題，出院時仍需帶氧氣桶協助呼吸，治療4星期後乳房已沒有流血或分泌物，肺積水問題明顯改善，無需再依靠氧氣桶呼吸，至出院6個月後覆診，檢查結果顯示乳房及肺部再沒有腫瘤或癌細胞，患者至今持續用藥約2年，現時只需定期覆診及檢查，日常生活及工作未有受到大影響。」關醫生說。

Apple Daily 04.04.2019



12.2016, Palbociclib 在香港获批上市;
Palbociclib (Ibrance)，
每28天疗程的费用, 为 **HK$29, 000**

Source: http://chuansong.me/n/1657388947123

PEAK

1. 荷爾蒙受体 乳癌 復發



管腔型乳癌新藥物

Apple Daily 18.06.2019

管腔型乳癌，通常指雌激素或黃體酮受體陽性，而上皮生長因子表現陰性的乳癌。它的特點，在於生長速度較慢，而且輔助治療，可以採用抗荷爾蒙藥，去減低復發機會，服用容易，大多是口服或皮下針，服用時間是5至10年，視乎癌症期數，而且副作用不大，病人可以如常生活，保持生活質素。

最近一位病人，是管腔型乳癌第二期，手術後服食抗荷爾蒙藥三苯氧胺(tamoxifen)，五年觀察期，進行了正電子掃描(PET scan)，發現肺部有可疑陰影，穿刺抽取組織檢查，證實是乳癌細胞，轉移到肺部繁殖，形成病灶。很多人以為這等於肺癌，其實不是，癌細胞的特性，仍然是乳癌的管腔型。

管腔乳癌復發，傳統的醫治方法，會考慮轉服芬香環轉化酶(aromatase inhibitor)，如果不受控制，就要考慮化療，但生長速度慢的管腔型乳癌，化療效果亦不理想。

幸好科學發現CDK4/6 inhibitors，俗稱荷爾蒙標靶藥，與荷爾蒙治療藥一起使用，可以減慢癌細胞生長，延長病人壽命。今年美國癌症協會的周年會議，發表了新的CDK4/6 inhibitor - ribociclib對照研究結果，在晚期管腔型乳癌的使用經驗，比對單靠抗荷爾蒙藥，證實可以減低死亡率三成。而且是針對未收經的病人，只要加入抑制卵巢分泌針藥，便能達到這個效果。至於治療過程的副作用，一般可以接受，讓病人能夠保持生活質素，是乳癌治療的一大進步。

香港乳癌基金會網址：www.hkbcf.org
電郵：pollycheung@hkbcf.org

Ribociclib (口服，每天一次，治療3週，休息1週) 在美国600mgx 21粒约 US$12,000

Source: https://med.sina.com/article_detail_103_2_22397.html retrieved: 2020.01.07



2. HER2 乳癌復發



第四期乳癌治療，等於長期病患

最近一位50來歲的女士，發現乳房硬塊，看了中醫，食了一年中藥，還不見硬塊消失，於是前來求診。眼前見她的一邊乳房硬物隆起，像要穿出皮膚，腋窩淋巴亦摸得到，臨床診斷是乳癌無疑，抽組織檢查亦證實乳癌。接着做了全身掃描，發現多處骨轉移，已是第四期。

怎樣醫治呢？癌細胞轉移到骨骼繁殖，都是經過血液循環，即表示癌細胞可以通過血液循環，去身體其他器官落地生根。所以，醫治第四期乳癌，需要用藥物通過血液循環，來消滅癌細胞，而不是局部治療如手術或電療，可以達到效果。

用基因藥物才可收效呢？同是乳癌，不同特性，可以有不同的針對性藥物。如荷爾蒙受體陽性，可以用他莫昔芬，芳香環抑制劑，或其他干擾製造荷爾蒙途徑的藥物，因子受體陽性的乳癌，可以採用抗物，最近研究更顯示雙抗HER2藥，雙抗HER2藥，6個療程之後，乳了，全身掃描亦不見癌細胞活動，

止了，可以算是打了一場勝仗。但是否等於消滅了所有癌細胞呢？當然不是，只要有殘餘細胞在血液裏，就有機會死灰復燃。照道理，醫治第四期乳癌，就像糖尿病或高血壓般，要繼續用藥，去防止復發。

抗HER2藥是抗體治療，沒有化療的反應，只需要定期檢查心臟功能，連續用幾年，都沒問題。問題在於價錢不菲，雙抗HER2藥3星期一個療程，每個療程藥費超過5萬元，又有多少人能負擔呢？

Apple Daily 09.06.2018



3. 棘手三陰性乳癌 新武器延命



Source: Ming Pao Daily 2020.01.06; https://www.drugs.com/price-guide/talzenna retrieved: 2020.01.07

Stage IV



Immunotherapy - cancer treatment that boosts the body's natural defenses to fight cancer, by improving/ restoring immune system function.

Immunotherapy may work by: Stopping or slowing the growth of cancer cells.

Stage IV



免疫療法——檢查點抑制劑

人體的免疫系統內有免疫T細胞，猶如一隊警察，專門對付外來或不正常的物質，癌細胞是不正常的生長，若T細胞發現它們，理論上是可以消滅它，而不讓它發病，但甚麼情況下，癌細胞可以避過體內的「警察」，不受身體控制而繁殖，直至霸佔身體重要器官，引至功能失調而死亡呢？

科學研究發現，免疫系統中有免疫檢查點的蛋白質，例如PD1，去監控體內細胞，防止免疫系統失調，破壞自身正常的細胞。當身體內出現癌細胞，這些細胞會產生一種蛋白質，例如PDL1，模擬身體正常的細胞，因而令免疫檢查點錯誤估計，以為是正常細胞，從而抑制抗癌的免疫反應，讓癌細胞有空間繁殖。

免疫檢查點抑制劑是一種抗體，目標是抑制癌細胞上的模擬正常蛋白PDL1，或免疫T細胞表面的檢查點蛋白質PD1，令免疫T細胞可以認清及攻擊癌細胞，加以消滅。

今年諾貝爾醫學獎得主，正是研究免疫系統檢查點的學者們。他們發現這些免疫系統檢查點有不同的蛋白質，釐清它的科學原理及運作，令醫學界的抗癌道路找出新方向。一系列的新藥物，如雨後春筍，得以研發出來，嘗試應用在不同的癌症，如肺癌、腎癌、皮膚癌、淋巴癌、頭頸癌，取得不少成果。上期談論的atezolizumab，就是抗PDL1的一種藥物，成功應用於三陰性乳癌上。

香港乳癌基金會網址：www.hkbcf.org

Apple Daily 29.11.2018

£6268 (HK 60,000)/ 1vial/ every 3 weeks



根據香港乳癌資料庫的記錄，200個乳癌當中，有一個是摸不到乳房腫瘤，但已轉移到腋窩淋巴。再用X光、超聲波或磁力共振才發現癌蹤。

5年前，一位40來歲的女士，因追查肝病因由，才發現整副骨架都受癌細胞感染，再調查病源，才發現乳房有摸不到的病灶，在X光及超聲波下，無所遁形，抽組織檢查，證實是HER2（Human Epidermal Growth Factor Receptor2）型乳癌。
當時向她丈夫解釋病情，第四期乳癌不能根治，只可以用藥物控制，減慢抗散速度，5年生存率只得百分之五，況且HER2型腫瘤比較惡，荷爾蒙受體又是陰性，荷爾蒙療法不合用，若不醫治，壽命可能得2、3個月。
眼見這位美麗少婦，3個孩子的母親，完全沒有病徵，又怎能放棄？

還好他們不單接受西醫治療，更積極配合，開始化療及靶向治療。經歷一年的醫治，癌指數由過千回落到正常，全身掃描，所有骨骼都回復正常。其間她如常生活，陪伴着孩子成長，丈夫及家人亦鬆一口氣。
後來檢查發現癌細胞上腦，這正是一般抗癌藥物的盲點。於是改變用藥，及用聚焦的珈瑪放射療法，逐粒腫瘤消滅。至今，她仍然努力不懈，接受新藥物，密切檢查。

新研發的藥物，讓醫生們多了抗癌彈藥。第四期患者5年生存率亦由百分之五增加到百分之二十。賺來的時間，見證社會的變遷，家人的成長，完成心底的願望，是十分寶貴的。在此鼓勵第四期的姊妹們，不要氣餒，挺得着就會有新希望。過來人葉麗儀小姐的名言：「每天醒來，我還活着，就是恩賜，要好好珍惜生命。」

香港乳癌基金會網址：http://www.hkbcf.org

Apple Daily 16.8.2017

這是積極態度 對應 頑疾，
另 一方面，不應受有無錢醫病而困擾！

PEAK

Could current Medical Insurance provide **a Peace of Mind** ?

Recommendation



Health Insurance Plans and A need of 'Peace of Mind'

面對龐大個人醫療支出，現時主流保險可以給我安心嗎？



Recommendation

老闆俾...

Traditional medical insurance / VHIS

Requirement:

1. Basic Medical insurance (either EB plan/ individual plan)
+
2. Top-up insurance
3. Critical illness insurance

If facing an attack of cancer, what is my protection for cost of treatment:

Stage I, Stage II

Metastatic Cancer (Stage III, IV)

For existing medical insurance holders, what should be the advice for a 2nd policy?

(而家個份醫療保險 唔夠，又 如何 ?)

1. **Do not terminate** the current medical insurance policy. (pre-existing conditions concerned 新單未能保障已存在的疾病。)
   不要鼓勵客人 斷去 現有的 醫療保險單。
   → 加單

2. Should not duplicate the same level of cover by buying the 2nd medical policy. (1st dollar payment plan)
   若基本保障計劃是不需要墊底費，一般是較低的保障額；若加多一個相同保障，保障亦未必足夠危疾性支出。
   e.g. a medical policy: 1st dollar payment with max. limit, $150,000/ disability;
   what is the effect if he/she goes to buy a 2nd policy with same cover?

3. A 2nd medical policy should be top-up to the max. payment of the 1st policy.
   在基本保障計劃以上，加 '附加醫療保障' 。 e.g. Top-up medical insurance plan.

4. Lump sum plan should be vendor in addition to the reimbursement plan.
   在醫療賠償保障計劃基礎上，增加"一次付款額"的保障計劃(危疾或癌症保障計劃) e.g. C I or Cancer lump sum plan.

5. For CEO Indemnity Plan, or Cancer Reimbursement Plan:
   Cover should include **Outpatient – Target therapy.**
   若是購買"首席行政官"保障計劃及"癌症賠償計劃";需要考慮賠償福利 - 包括 "非住院性標靶治療" :

Any Question ?

請發問



PEAK

香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2017)



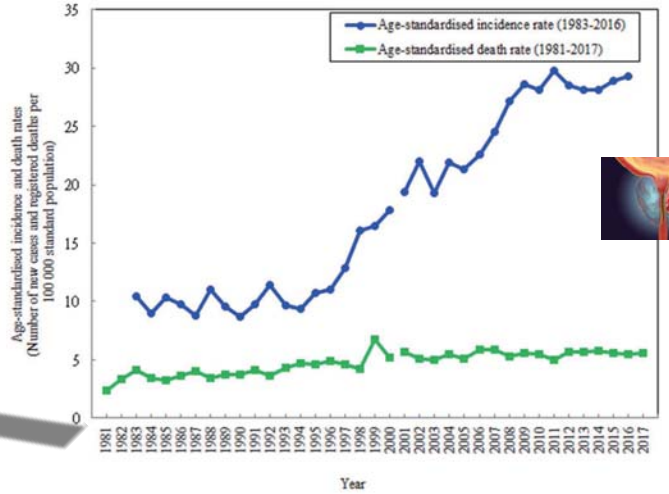
Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,635	17.0%
2	Lung	肺癌	5,178	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,391	13.3%
4	Prostate	前列腺癌	2,240	6.8%
5	Liver	肝癌	1,834	5.5%
6	Stomach	胃癌	1,314	4.0%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,101	3.3%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,076	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	1,002	3.0%
10	Thyoid	甲狀腺	884	2.7%
	All sites		**33,075**	**100%**

No 3 in male cancer (2017)

-Cancer **Incidence** in HK 2017 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

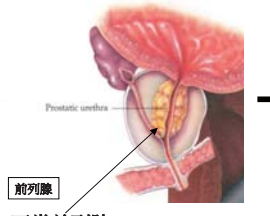
Trends of incidence and mortality
Age-standardised incidence and death rates of prostate cancer, 1981-2017



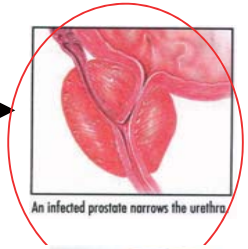


前列腺 Prostate

Benign Prostatic Hyperplasia 前列腺脹大



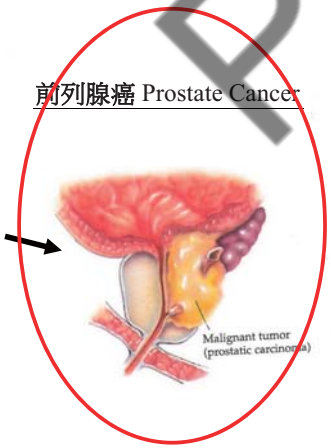
正常前列腺







前列腺癌 Prostate Cancer





PSA: not over **4** ng/ml

癌症基金會 CANCERFUND

前列腺癌 十年增長近三倍

專家：稍有病徵便應找醫生跟進

早期症狀不明顯 可潛伏十年

前列腺癌年輕化

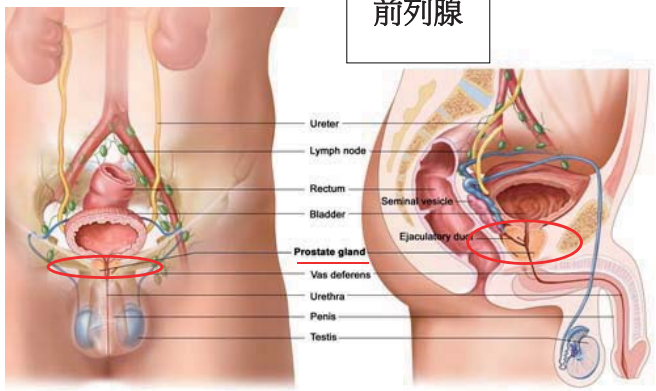


09

PEAK

男生殖系統 Male Reproductive Organs

前列腺





前列腺癌

前列腺癌是男士最常見的癌症之一，在所有腫瘤中，前列腺癌排行第四位。最近調查發現，前列腺癌的發病率在香港有上升趨勢，這與年長男性人口增加和多食用動物性脂肪有關。

與其他癌症比較，大部份早期的前列腺癌生長速度都較緩慢。前列腺癌主要依靠雄激素來

吃加工肉類 前列腺癌風險增

【本報訊】港男嗜吃肉類，衞生防護中心早前調查發現本港男士是食肉獸，逾兩成男士每日進食超過四兩紅肉，不少人經常進食腸仔、火腿及煙肉等加工肉類。美國一項研究顯示，男士嗜吃紅肉類及加工肉類，患前列腺癌的風險大增，患癌後也較大機會惡化。

應減少吃快餐

美國國家癌症研究所一項研究跟進 17 萬名年齡 50 至 71 歲男士的健康狀況，為期九年，研究期間有 10,313 人患上前列腺癌，當中 419 人死亡；研究比較進食紅肉及經加工肉類最多及最少兩組男士的患癌情況，結果發現高食用組患前列腺癌風險增加 12%，他們罹患未期前列腺癌的風險，較少吃肉或只吃白肉的男士高逾三成。參與研究的男士需記錄平日的進食情況及烹調方法。



■男士經常吃紅肉小心影響前列腺。

醫學界相信紅肉與加工肉類與癌症關係密切，以往曾有研究發現可提高腸癌及乳癌的風險。美國國家癌症研究所的專家表示，紅肉的高脂肪含量相信是導致癌症的元凶之一，加上較多人選擇煎炸及燒烤等高溫烹調，令肉類釋出有毒物質，也會增加患前列腺癌的風險。專家又指一些日常飲食習慣，例如常吃熱狗及漢堡包等快餐，均是經加工的紅肉，致癌的風險更高，故提醒男士可多吃白肉，並多用蒸及燜等較低溫的烹調方法。

石榴和黃豆，甚至中藥的黃連及黃苓亦可紓緩病情。控制炎症的草藥則包括蕁麻根、鋸棕櫚和乳香。

這些化學預防劑雖然已在癌細胞及動物模型實驗上證明有效，但大多數還未在大規模之臨床實驗上證實其作用。

撰文：中文大學生物醫學學院

Apple Daily 21.01.2010

PEAK

http://www.dailymail.co.uk/health/article-493143/Putting-pounds-doubles-prostate-cancer-risk.html 'By DAVID DERBYSHIRE (2007)

Putting on the pounds 'doubles prostate cancer risk

Men: **BMI > 25**

→ doubling the death risk of Prostate Cancer



cancer - causes

塑化劑 Plasticizer

一種增加材料的柔軟性或使材料液化的添加劑







料液化的添加劑





Risk factors 風險因素:

Middle age → Aging, degenerating  年紀漸漸大

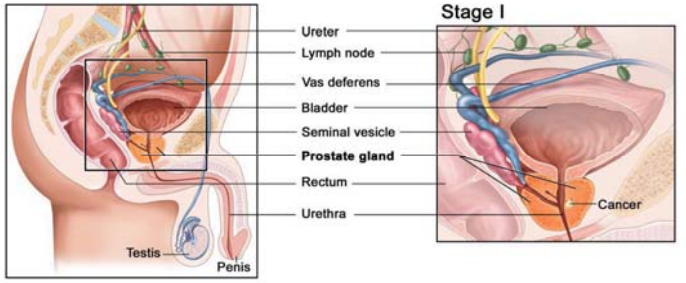
Too much eating  鍾意食、唔節制

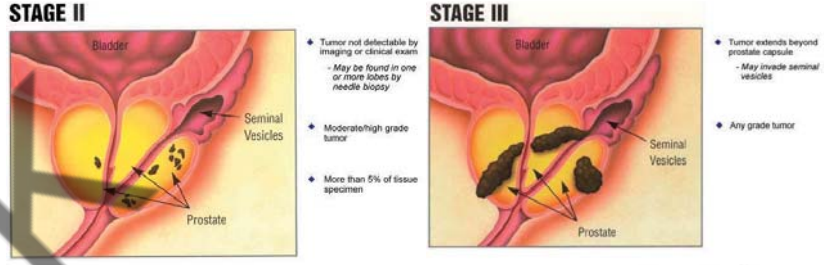
Lack of aerobic exercises  唔做運動/運動不足

Obesity 癡肥/有个大肚腩

Smoking  吸烟

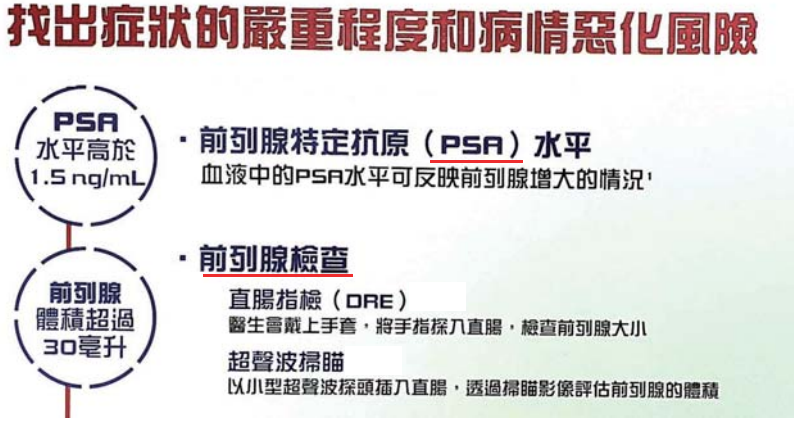
Stress  有压力!







→ 後期:**骨痛**



PEAK

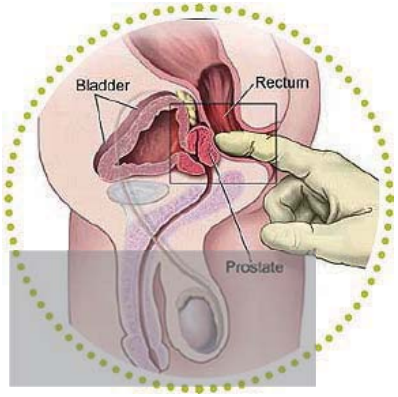
Investigation:

Biochemistry :

Test	化驗項目	Result	Normal range
AFP	甲種胚胎蛋白（肝臟）	3.0	< 7.0 ng/ml
CEA	癌胚抗原（大腸）	2.3	<5.0 ng/ml (non-smoker) <6.5 ng/ml (smoker)
CA19.9	癌抗原 19.9 (胰臟)	14.7	0 – 39 U/ml
SCC	鱗狀細胞癌抗原	1.0	0 –2.5 ng/ml
PSA (male)	前列腺癌抗原	2.7	0 – 4.4 ng/ml



Investigation:

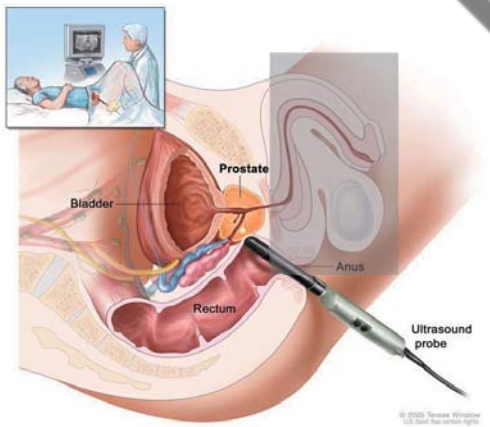


Trans-rectal Prostate examination

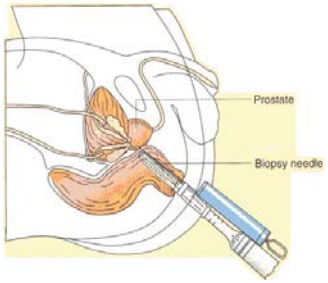
PEAK

Transrectal Ultrasonography (TRUS) of the Prostate

A procedure in which a probe that sends out high-energy sound waves is inserted into the rectum. The sound waves are bounced off internal tissues or organs and make echoes. The echoes form a picture of body tissue called a sonogram. TRUS is used to look for abnormalities in the rectum and nearby structures, including the prostate. Also called endorectal ultrasound, ERUS, and transrectal ultrasound.



Transrectal Ultrasonography (TRUS) guided Biopsy





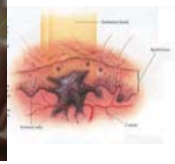
Invasive treatment:

1. Surgery 外科手術



2. Chemotherapy +/-
   Radiotherapy
   化學療法 +/- 放射療法





+/-

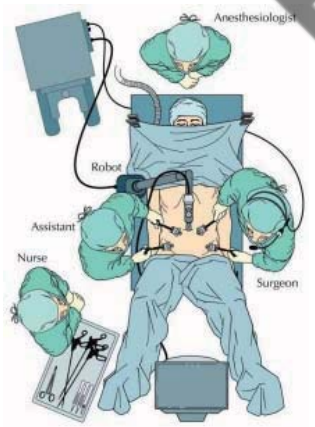
3. Hormonal Therapy
   賀爾蒙治療





Radical prostatectomy 前列腺全切除

an operation to remove the prostate gland and surrounding tissues. It can cure prostate cancer in men whose cancer is limited to the prostate.





Apple Daily 09.06.2018







Drug: $4,000+ / 3 months
Zoledronic Acid

Target drug, prostate cancer



PEAK

prevention

我哋應該點做:
1. 食好 哋
2. Keep fit 哋

We should 1. Eat better

2. keep weight down

Soluble Fibres, Sources





1. 食好 哋
2. Keep fit 哋

有定時 運動 習慣



↑ Endorphin 安多酚

PEAK



→ To make the weight down + food control

B M I 體重與高度 對比指標

體重 (kg) / 高度(m) ²

Body Mass Index (BMI) Chart

Height (feet)		(meter)	Weight (lb) / (kg)	100 / 45.45	105 / 47.73	110 / 50.00	115 / 52.27	120 / 54.55	125 / 56.82	130 / 59.09	135 / 61.36	140 / 63.64	145 / 65.91	150 / 68.18	155 / 70.45	160 / 72.73	165 / 75.00	170 / 77.27	175 / 79.55	180 / 81.82	185 / 84.09	190 / 86.36	195 / 88.64	200 / 90.91
4	8	1.42		22.5	23.6	24.7	25.8	27.0	28.1	29.2	30.3	31.5	32.6	33.7	34.8	35.9	37.1	38.2	39.3	40.4	41.6	42.7	43.8	44.9
4	9	1.45		21.7	22.8	23.9	24.9	26.0	27.1	28.2	29.3	30.4	31.4	32.5	33.6	34.7	35.8	36.9	37.9	39.0	40.1	41.2	42.3	43.4
4	10	1.47		20.9	22.0	23.0	24.1	25.1	26.2	27.2	28.3	29.3	30.4	31.4	32.5	33.5	34.6	35.6	36.7	37.7	38.7	39.8	40.8	41.9
4	11	1.50		20.2	21.3	22.3	23.3	24.3	25.3	26.3	27.3	28.3	29.3	30.4	31.4	32.4	33.4	34.4	35.4	36.4	37.4	38.5	39.5	40.5
5	0	1.52		19.6	20.5	21.5	22.5	23.5	24.5	25.4	26.4	27.4	26.4	29.4	30.3	31.3	32.3	33.3	34.2	35.2	36.2	37.2	38.2	39.1
5	1	1.55		18.9	19.9	20.8	21.8	22.7	23.7	24.6	25.6	26.5	27.5	28.4	29.3	30.3	31.2	32.2	33.1	34.1	35.0	36.0	36.9	37.9
5	2	1.57		18.3	19.2	20.2	21.1	22.0	22.9	23.8	24.7	25.7	26.6	27.5	26.4	29.3	30.2	31.2	32.1	33.0	33.9	34.8	35.7	36.7
5	3	1.60		17.8	18.6	19.5	20.4	21.3	22.2	23.1	24.0	24.9	25.7	26.6	27.5	26.4	29.3	30.2	31.1	32.0	32.8	33.7	34.6	35.5
5	4	1.63		17.2	18.1	18.9	19.8	20.6	21.5	22.4	23.2	24.1	24.9	25.8	26.7	27.5	26.4	29.2	30.1	31.0	31.8	32.7	33.5	34.4
5	5	1.65		16.7	17.5	18.3	19.2	20.0	20.8	21.7	22.5	23.3	24.2	25.0	25.8	26.7	27.5	26.3	29.2	30.0	30.8	31.7	32.5	33.4
5	6	1.68		16.2	17.0	17.8	18.6	19.4	20.2	21.0	21.8	22.6	23.5	24.3	25.1	25.9	26.7	27.5	26.3	29.1	29.9	30.7	31.5	32.3
5	7	1.70		15.7	16.5	17.3	18.0	18.8	19.6	20.4	21.2	22.0	22.8	23.5	24.3	25.1	25.9	26.7	27.5	26.3	29.0	29.8	30.6	31.4
5	8	1.73		15.2	16.0	16.8	17.5	18.3	19.0	19.8	20.6	21.3	22.1	22.9	23.6	24.4	25.1	25.9	26.7	27.4	26.2	26.9	29.7	30.5
5	9	1.75		14.8	15.5	16.3	17.0	17.8	18.5	19.2	20.0	20.7	21.5	22.2	22.9	23.7	24.4	25.2	25.9	26.6	27.4	28.1	28.9	29.6
5	10	1.78		14.4	15.1	15.8	16.5	17.3	18.0	18.7	19.4	20.1	20.8	21.6	22.3	23.0	23.7	24.4	25.2	25.9	26.6	27.3	28.0	28.8
5	11	1.80		14.0	14.7	15.4	16.1	16.8	17.5	18.2	18.9	19.6	20.3	21.0	21.7	22.4	23.1	23.8	24.5	25.2	25.9	26.6	27.3	28.0
6	0	1.83		13.6	14.3	14.9	15.6	16.3	17.0	17.7	18.3	19.0	19.7	20.4	21.1	21.7	22.4	23.1	23.8	24.5	25.1	25.8	26.5	27.2
6	1	1.85		13.2	13.9	14.5	15.2	15.9	16.5	17.2	17.8	18.5	19.2	19.8	20.5	21.2	21.8	22.5	23.1	23.8	24.5	25.1	25.8	26.4
6	2	1.88		12.9	13.5	14.2	14.8	15.4	16.1	16.7	17.4	18.0	18.7	19.3	19.9	20.6	21.2	21.9	22.5	23.2	23.8	24.4	25.1	25.7
6	3	1.91		12.5	13.2	13.8	14.4	15.0	15.7	16.3	16.9	17.5	18.2	18.8	19.4	20.0	20.7	21.3	21.9	22.5	23.2	23.8	24.4	25.1

BMI (Body Mass Index) = weight in kg/ (height in m)^2 or weight in pound x 704/ (Height in inch)^2

BMI 體重指標 (Kg/m$^{2)}$ - indication

正常 normal: 18.5 - 22.9 過重 over weight:23- 24.9

肥胖 obesity I : 25 - 29.9 痴肥 obesity II : > = 30

appropriate proportion of your waist and bottom

腰與臀比例

男性 male：↓95 ：100

(waist < 35 inches (90cm))

女 ladies：↓85 ：100

(waist < 32 inches (80cm))





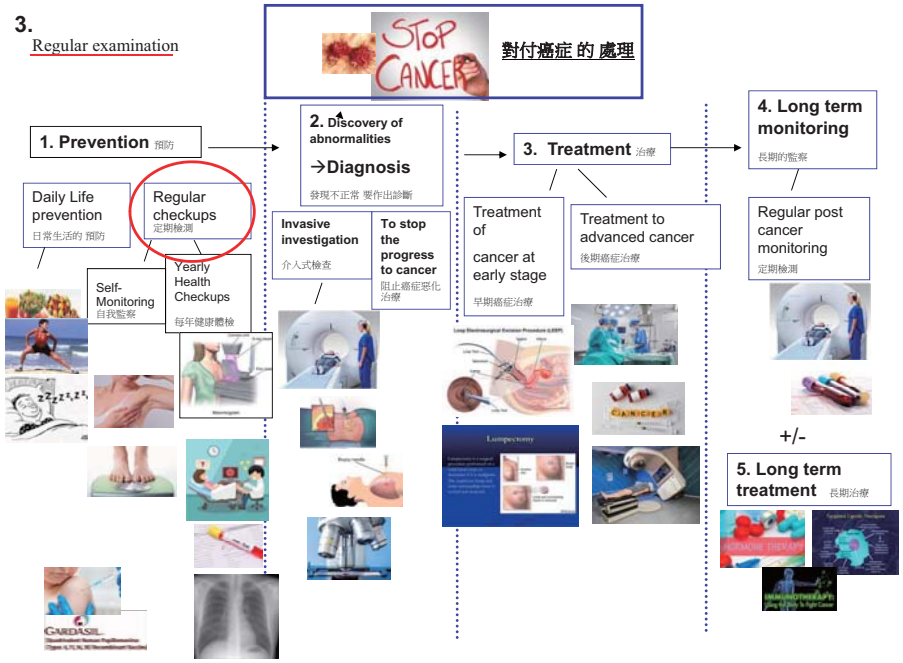
Any Question ?

請發問



PEAK

3.
Regular examination



香港常見的危疾個案數據

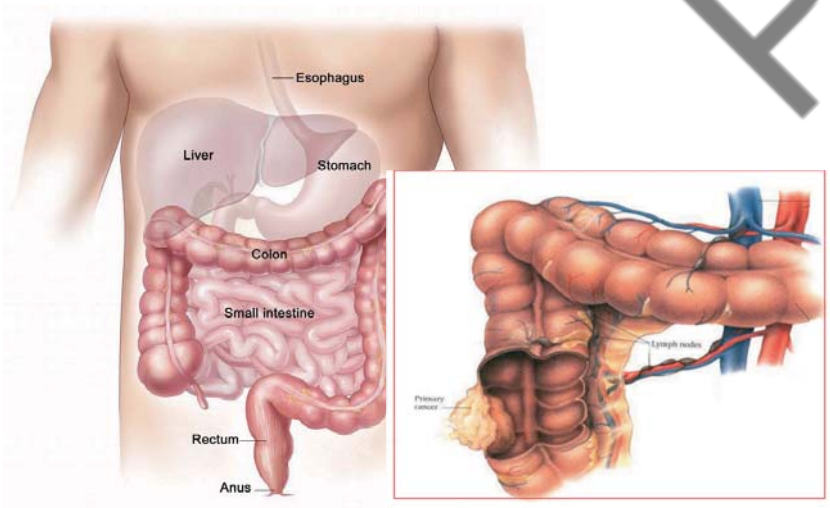
10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

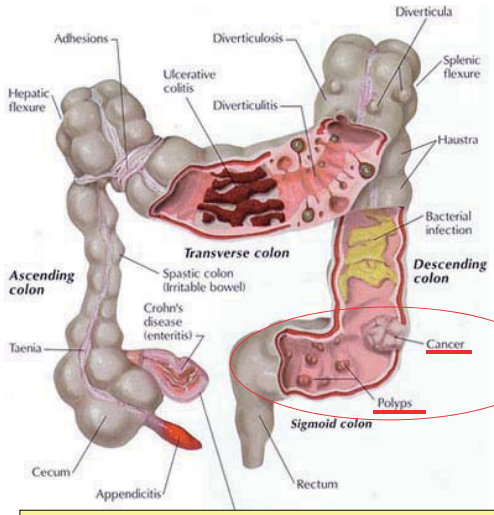
Cancer and Colon Maligancy 大腸癌變





Apple Daily 18.05.2009

PEAK

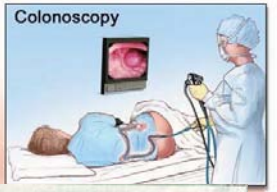


Stool Test:

Stool Occult blood 大便隱血

Occult blood 隱血 : Negative







大腸內窺鏡檢查

香港常見的危疾個案數據

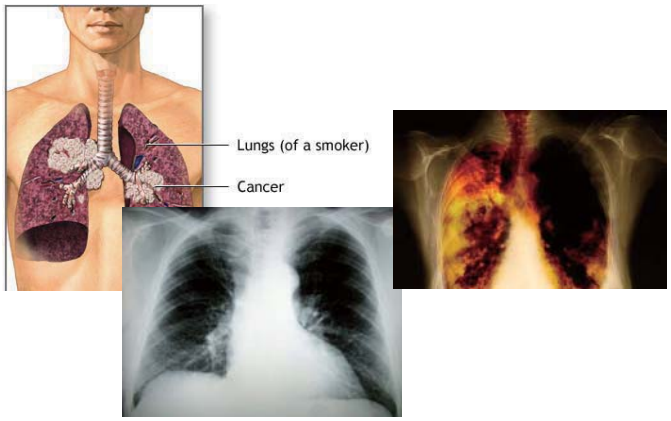
10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

Lung Cancer 肺癌



肺癌 使到支氣管及肺氣泡失去功能，肺癌會擴散到周邊組織及其他器官

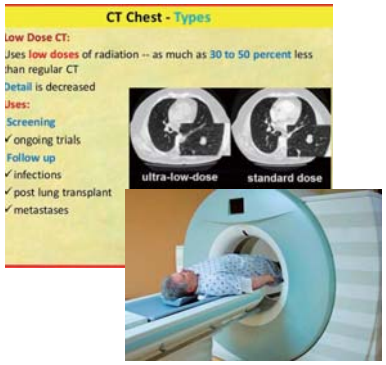
Lung Cancer cause a loss of the normal function of cells of the trachea and bronchi and alveoli, caused by the increase in disorder. Cancer has spread to other organs and organ growth and destroy the surrounding tissue and often forms a mass. (metastatic cancer)

PEAK

Chest X-ray 胸部 X光



Chest Low-Dose CT Scanning 低放射劑量 胸部 電腦掃描



香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

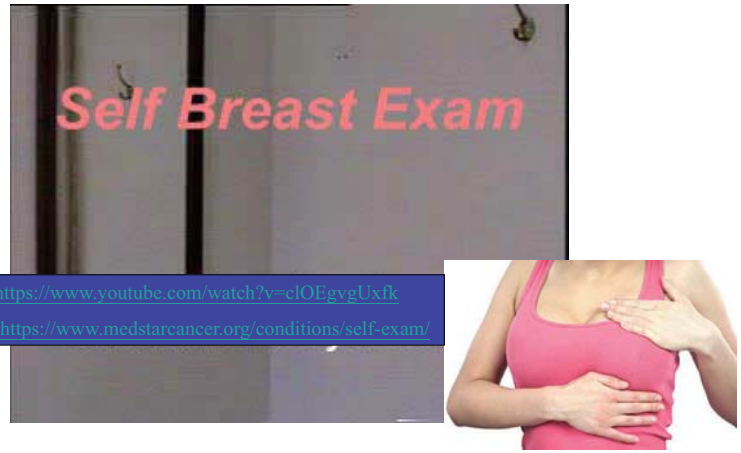
Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

PEAK





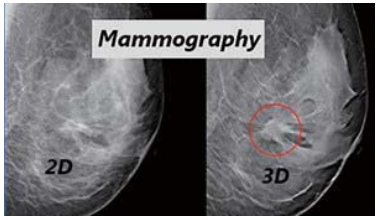
Options: https://www.youtube.com/watch?v=clOEgvgUxfk
https://www.medstarcancer.org/conditions/self-exam/

Every month after menstruation



X ray Images X光的影像: **Mammogram 乳房造影**







Cost: $1,800 to $7,000



Ultrasonic examination
超聲波檢查

Cost: $1,000 to $3,500

香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

Risk factors 風險因素:

Middle age → Aging, degenerating



Too much eating



Lack of aerobic exercises

Obesity



Smoking



Stress



PEAK

Investigation:

Biochemistry :

Test	化驗項目	Result	Normal range
AFP	甲種胚胎蛋白（肝臟）	3.0	< 7.0 ng/ml
CEA	癌胚抗原（大腸）	2.3	<5.0 ng/ml (non-smoker) <6.5 ng/ml (smoker)
CA19.9	癌抗原 19.9 (胰臟)	14.7	0 – 39 U/ml
SCC	鱗狀細胞癌抗原	1.0	0 –2.5 ng/ml
PSA (male)	前列腺癌抗原	2.7	0 – 4.4 ng/ml



我哋應該點做:
1. 食好 哋
2. Keep fit 哋

We should 1. Eat better

2. keep weight down

PEAK

Soluble Fibres, Sources





1. 食好 啲
2. Keep fit 啲

有定時 運動 習慣



↑ Endorphin 安多酚



→ To make the weight down + food control

香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

Toxic agents 毒素

Nuts/beans going rot

霉

→黃曲霉素 (Aflatoxin)
诱发肝癌



PEAK



醫療素描

肝炎 酗酒 嗜吃 肝癌高危

肝臟是人體內最大的器官，擔當多重功能，包括負責轉化食物中的糖份、碳水化合物和脂肪，以便身體吸收所需的能量，並將肝糖和維他命等養份儲起，以備不時之需。肝臟又能解毒，負責除去酒精等有害的物質。肝臟亦能自行修復損傷，但部份情況下肝臟受損後難以復原，演變成肝癌。

引致肝癌的最主要因素為乙型肝炎，佔所有個案八成。肝癌與飲食習慣同樣息息相關，例如酗酒者的肝臟因經常要分解酒精，令肝細胞「過份操勞」，容易誘發癌症；嗜吃高熱量食品的人士，也較容易罹患脂肪肝，隨時惡化成為肝癌；故要預防肝癌，可由改善飲食習慣開始。另有小部份肝癌是由身體其他器官的癌細胞擴散所致。

癌症殺手第三位

根據醫管局數據，肝癌死亡率高達一成多，位列本港癌症殺手第三位，但難以在病發初期發現，八成患者確診時腫瘤已長大至無法以手術切除根治，要先接受介入治療、電療或化療。常見病徵如體重驟降及因腹水引致肚脹等，均已屬晚期病徵；患者也會因肝臟無法正常分解來自血液中的物質「膽紅素（Bilirubin）」，令皮膚變黃，即所謂的「黃疸病」。

位於肝臟內的膽管癌亦屬肝癌之一，但與肝癌比較，膽管癌罕見得多，每年只有 200 至 300 宗新症；膽管癌的成因至今未明，但在落後地區，膽管癌多數與肝臟寄生蟲有關。

撰文：陳凱迎

Metro 09.2011





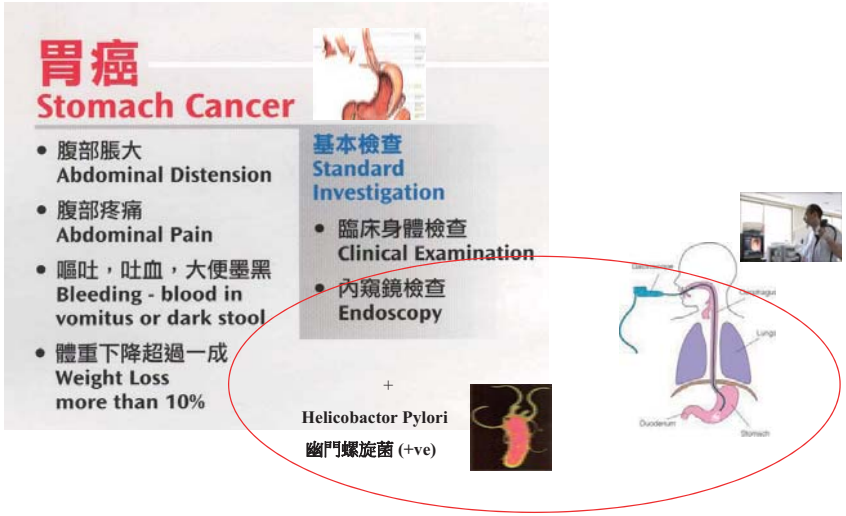
香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health



PEAK

香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health



香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

PEAK

Pap Smear

甚麼是子宮頸細胞檢驗？

子宮頸細胞檢驗又稱為柏氏抹片檢驗，是一項既簡單而有效的方法，可在早期驗出可能演變成癌症的宮頸異常細胞(宮頸癌症前期)。

如能及早發現這些宮頸異常細胞，便可以用較簡單的療法(如冷療)治理，無須接受切除子宮手術、化療或電療，而且痊癒率非常高。





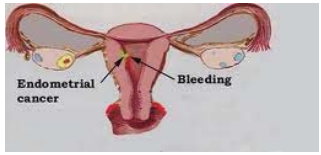
誰應接受子宮頸抹片檢驗？

由於子宮頸癌基本上是一種因性行為而引起的癌症，所以曾經有性經驗的婦女都應在適當時接受檢查。一般婦女可在三十歲後開始接受子宮頸細胞檢驗，醫生也會考慮為有較高機會患上子宮頸癌的婦女於三十歲前提供檢驗。剛開始接受檢查時，應每年進行一次子宮頸細胞檢驗。若連續兩年都沒有發現不正常的病變，以後，可每三年才再進行一次。



子宮內膜癌
Endometrial Cancer







Endometriosis 子宮內膜異位/ **Uterine Fibroids** 子宮纖維瘤 / **Adenoma** 子宮腺瘤

Investigation 檢查:

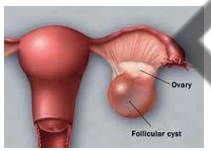
Physical investigation 醫生檢查　ultrasonic examination超聲波檢查





Ovarian cysts 卵巢囊腫

.Follicular or Functional Ovarian Cysts 卵巢濾泡囊腫
.Corpus Luteal Ovarian Cysts 黃體囊腫
.Dermoid Cysts 皮樣囊腫（畸胎瘤 Teratoma）
.





By Blood test



香港常見的危疾個案數據

10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

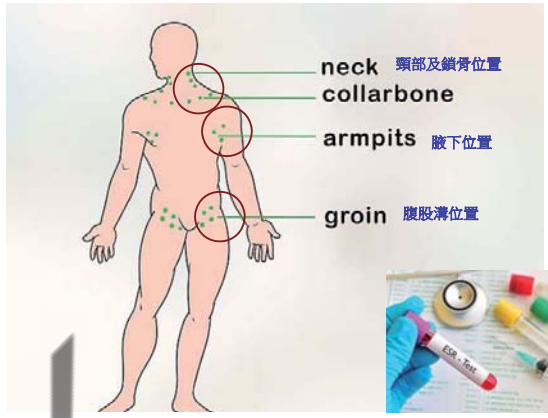
-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

PEAK



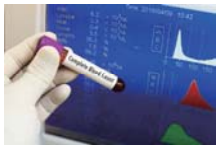
Source: Apple Daily, 13.03.2019



Lymph nodes, swelling 淋巴結腫脹


消瘦 Thin ↑

ESR ↑
血沈降率大幅度升高


Complete Blood Count 血全圖
WBC – Abnormal differential count
(白血球 出現非正常數目)

香港常見的危疾個案數據

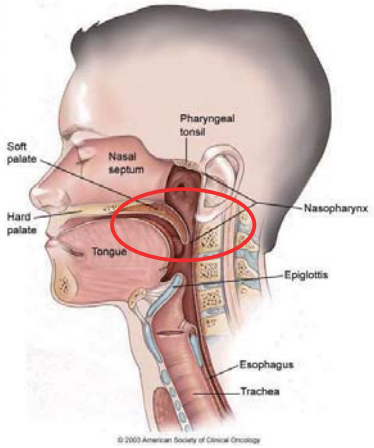
10 most common cancers (癌) in HK - both sexes (2016)

Rank	Site		No.	Rel. Freq.
1	Colorectum	大腸癌	5,437	17.3%
2	Lung	肺癌	4,936	15.7%
3	Breast	乳腺癌	4,123	13.1%
4	Prostate	前列腺癌	1,912	6.1%
5	Liver	肝癌	1,810	5.8%
6	Stomach	胃癌	1,224	3.9%
7	Non-melanoma skin	非黑色素皮膚瘤	1,063	3.4%
8	Corpus uteri	子宮體癌	1,050	3.3%
9	Non-Hodgkin Lymphoma	非霍奇金淋巴瘤	963	3.1%
10	Nasopharynx	鼻咽癌	889	2.8%
	All sites		**31468**	**100%**

-Cancer **Incidence** in HK 2016 - Rates are calculated per 100,000 persons

Department of Health

Nasopharyngeal Cancer (NPC)





- 926 New cases/ Year;
- Majority: Male
- 53% of Head & Neck Cancer

PEAK

Examinations:

- Physical examination and blood test.
- Endoscopy.
- Biopsy.
- X-ray.
- Computed tomography (CT or CAT) scan.
- Magnetic resonance imaging (MRI).
- Ultrasound.
- Bone scan.
- Neurologic tests.
- Hearing test.
- Positron emission tomography (PET) scan.

檢查：

- 見醫生及血液測驗
- 內窺鏡檢查
- 活組織檢查
- X-光檢查
- 電腦掃描
- 核磁共振
- 超聲波檢查
- 骨骼掃描
- 神經系統測試
- 耳覺測試
- 正電子掃描

Diagnostic Blood Test 診斷性血液檢查

Nasopharynx 鼻咽

EBV antibodies鼻咽癌病毒抗體



Prevention 少碰為妙



1. Stopping the use of all tobacco products;
   → 戒烟

2. Stopping the stimulating factors
   →減少誘發鼻咽癌因素









中式 醃製 食物



PEAK

預防 Prevention

1. 改善日常生活習慣
2. 防患於病患初期

for the Prevention of Cancer



1. Food supply and eating

Choose predominantly plant-based diets rich in a variety of vegetables and fruits, pulses (legumes) and minimally processed starchy staple foods. 均衡飲食: 着重植物纖維素食物



2. Maintaining body weight 保持均衡體重

Avoid being underweight or overweight and limit weight gain during adulthood to less than 5 kg (11 pounds).



3. Maintaining physical activity ↑運動

If occupational activity is low or moderate, take an hour's brisk walk or similar exercise daily, and also exercise vigorously for a total of at least one hour in a week.



4. Vegetables and fruits 植物纖維 - ↑蔬菜、水果

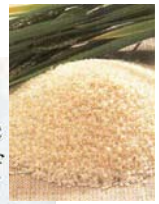
Eat 400-800 grams (15-30 ounces) or five or more portions a day of a variety of vegetables and fruits, all year round.

In Hong Kong, 400 - 800 grams is about 10 - 20 taels.



5. Other plant foods ↑米麥 ↓糖

Eat 600-800 grams (20-30 ounces) or more than seven portions a day of a variety of cereals (grains), pulses (legumes), roots, tubers and plantains. Prefer minimally processed foods. Limit consumption of refined sugar.



6. Alcoholic drinks ↓酒

Alcohol consumption is not recomm
If consumed at all, limit alcoholic d
less than two drinks a day for men a
for women.



PEAK

7. Give meat a lower priority ↓紅肉

If eaten at all, limit intake of red meat (beef, lamb and pork) and meat products made from these meats to less than 80 grams (3 ounces) daily. It is preferable to choose fish or poultry in place of red meat.

↑魚，雞胸（白肉）



8. Total fats and oils ↓油膩食物

Acrylamide

Limit consumption of fatty foods, particularly those of animal origin. Choose modest amounts of

減少動物脂肪

油炸食品致癌強勁

丙烯酰胺是一種有毒及可能令人類患癌的化學物，會在高溫處理過程中產生。燒烤、烘焗或煎炸後的高碳水化合物食品就含有丙烯酰胺。炸薯條、薯片及餅乾，就含有高水平的致癌丙烯酰胺，而中式油粿及米製油炸點心的丙烯酰胺含量顯著較低。大火(190℃)炸的芋頭塊比中火(170℃)炸的高出數倍，故不宜用猛火及過長時間炸食物。



■高溫處理過程中產生丙烯酰胺，是有毒及可致癌的化學物。

d deep
e, and
natives

9. Salt and salting ↓鹽

Limit consumption of salted foods and use of cooking and table salt. Use herbs and spices to season foods.

減少 豉油、蠔油



Also limit your consumption of Chinese sauces such as soy and oyster sauce. Try using garlic, ginger, and far jiu bak kok (peppercorn and star anise) to season foods instead.

避免儲存太耐食物，避免 發霉食物

10. Storage

Do not eat food whic
of prolonged storag
temperatures, is liab
contamination.

堅果穀物發霉與肝中毒

黃曲霉毒素是自然界最烈的致癌物之一，發霉的花生、粟米、乾果堅果、穀物、香料都有機會含有黃曲霉毒素，這種無色、無味和無臭的毒素能抵受高溫，並會導致肝癌，有研究指全球高達三成的肝癌個案是由黃曲霉毒素所引致。對於乙型肝炎帶菌者來說，黃曲霉毒素尤其危險。一些嚴重急性中毒個案，不但引致肝臟受損，甚或死亡。盡量進食新鮮的食物，留意食用期限及把食物存放在陰涼乾燥的地方，都有助減低風險。



■發霉的花生及堅果料都有機會含有黃曲霉毒素，這毒素會導致肝癌。

11. Preservation 適當儲存

Use refrigeration and other appropriate methods to preserve perishable food as purchased and at home.



PEAK

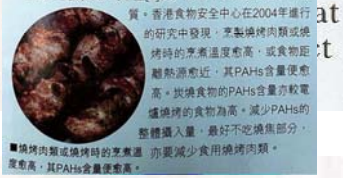
12. Additives and residues 避免添加劑

When levels of additives, contaminants and other residues are properly regulated, their presence in food and drink is not known to be harmful. However, unregulated or improper use can be a health hazard, and this applies particularly in economically developing countries.

13. Preparation ↓直接燒烤食物

燒烤肉類高致癌物質

多環芳香族碳氫化合物(PAHs)無處不在，周圍的環境和食物中都含有PAHs。PAHs在人體內經過新陳代謝過程後，可能會形成具活性的代謝物，與細胞內的DNA結合，變成PAH（苯並[a]芘）成為「令人類患癌」的物質。香港食物安全中心在2004年進行的研究中發現，烹製燒烤肉類或燒烤時的烹煮溫度愈高，或食物距離熱源愈近，其PAHs含量便愈高。炭燒食物的PAHs含量亦較電爐燒烤的食物為高。減少PAHs的整體攝入量，最好不吃燒焦部分，亦要減少食用燒烤肉類。



■燒烤肉類或燒烤時的烹煮溫度愈高，其PAHs含量便愈高。

√



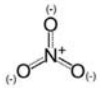
14. Dietary supplements 營養補充劑 (無必要)

For those who follow the recommendations presented here, dietary supplements are probably unnecessary, and possibly unhelpful, for reducing cancer risk.



PEAK

人工施加的 硝酸鹽 (Nitrate (NO3)



儘量少吃！

人類商業使用的硝酸鹽都是人工合成的。在農業上，它主要用作化肥施於田間；食品加工業上，可作食物防腐劑及著色劑用於肉類及乳製品；工業上，可用來生產爆炸品、煙花、火柴、冷凝劑、水泥、凝乳劑、.....，甚至可用於核子工業中。亞硝酸鹽同樣可作食物防腐劑及著色劑用於肉類加工業上。
另外，在工業上，可用來生產橡膠、感光膜、抗蝕劑及氰化物的解毒劑（但過量可引致亞硝酸鹽中毒）。

硝酸鹽

在人體內轉化為**亞硝酸鹽**（Nitrite, NO2-），轉化為**亞硝基化合物**（N-nitroso compounds），

→ 引致人類血液缺氧，且可能致癌及致基因突變，

→ 可誘發多種癌症，特別是食道癌及胃癌。





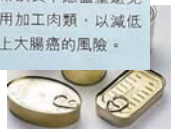
加工肉類易誘發大腸癌

腸仔、火腿、午餐肉、鹹牛肉和肉乾等加工肉類，在製作時一般會經過鹽漬、發酵或以其他添加劑以增加美味味及改善保存方法。這種加工肉類屬一級致癌物，原來醃製肉類時所使用的硝酸鹽和亞硝酸鹽，在人類的消化腸道內可被細菌轉化為N-亞硝基化合物，是其中一種令人類致癌的物質，每天食用50克的加工肉類可增加患大腸癌風險達18%。因此，日常飲食中應儘量避免食用加工肉類，以減低患上大腸癌的風險。



■醃製肉類時所用的硝酸鹽和亞硝酸鹽，是其中一種致癌物質。





硝酸鹽和亞硝酸鹽是許多國家核准的食品添加劑，可以直接加入肉製品中。亞硝酸鹽在肉製品中主要是用來抑制肉毒桿菌（Clostridium botulinum）孢子的生長，以及改善食品的顏色及風味，而硝酸鹽在食品中會經食品中的微生物還原成亞硝酸鹽而發揮抑制效用，此外，亞硝胺（Nitrosamines）也直接存在經煙或鹽酶的肉類中，如鹹魚、鹹肉等，啤酒及威士忌也含有少量的亞硝酸。
根據歐盟的標準(註 19)，硝酸鹽在食品中的最高殘留量有以下規定：
臘肉及罐頭肉類製品，250毫克/公斤（= ppm）；鹽肝，50 ppm；芝士，50 ppm，釀酒的鯡魚，200 ppm。
另外，歐盟標準中，亞硝酸鹽在食品中的殘留有以下規定：
非加熱處理的乾臘肉製品，50 ppm；其他臘肉，罐頭肉食，鹽肝等，100 ppm；臘製標肉，175 ppm。
source: http://producegreen.org.hk/topic_02.html

中式鹹魚與鼻咽癌的關聯

中式鹹魚在製作和蒸煮過程中會產生N-亞硝基化合物，不少研究已證實這種物質有機會令人上患鼻咽癌。一些研究更指出，進食中式鹹魚的次數、持續時間，與患上鼻咽癌之間存在一定關係，如進食者年齡在10歲以下，則患上的機會更會大增。



■長時間持續食用中式鹹魚證實跟鼻咽癌有關。

酒精增加頭頸癌

酒精進入人體後轉化成乙醛，被列為一級致癌物，經常飲酒會增加患口腔癌、咽喉癌、喉癌和食道癌的風險。接近三成的東亞人，體內分解乙醛的酵素活性約只有一般人的10%。這些酵素功能較差的人飲酒，患食道癌和頭頸癌的機率比其他人高。每天喝大約50克酒精，患上述癌症的風險比不飲酒的人高2至3倍。而每天喝大約50克酒精的人，患乳癌的風險比較不喝酒的人高1倍半，而同時有吸煙及喝酒習慣的人，患癌風險更會倍增。



■攝取過量酒精易增加頭頸癌的機會。

重金屬菜蔬引發循環系統癌症

蔬菜含重金屬一樣會致癌，工業活動產物的六價鉻會導致急性中毒，損害肝臟及腎臟。而長期攝入六價鉻化合物可損害皮膚、呼吸道、腎臟、肝臟、胃腸道和循環系統，引致基因改變和細胞突變。國際癌症研究機構已表明，吸入六價鉻可令人患呼吸道癌，政府現時為有關蔬菜中鉻含量作出規管，亦會抽取蔬菜樣本作化驗。每天食用菜蔬時，必須徹底洗淨才烹煮，清洗浸泡過程可大量除去蔬菜中的重金屬及污染物，應每天進食不同種類的蔬菜，避免長期食用同一種。



■蔬菜含重金屬六價鉻一樣會致癌。



預防 Prevention

均衡健康狀況: 身、心、運動、均衡飲食

Physiological and Psychological health --> good condition



(1)保持健康習慣

Keep a healthy habit



(2) 防患於病患初期，

每年進行身體檢查 。

To ensure your health,

to have Checkup annually.

PEAK