

## 皮肤癌 (Skin Cancers)

### 1. 什么是皮肤癌?

皮肤肿瘤可分良性和恶性两大类，恶性皮肤肿瘤也称皮肤癌。当异常的皮肤细胞开始失控的增生，皮肤癌就产生了。这些皮肤癌细胞可穿透或侵入周围组织，并可通过血液或淋巴系统扩散到身体其他部位（癌症转移）。癌细胞持续不断的生长，排挤正常的细胞，形成块状的组织称为肿瘤。这些恶性肿瘤的成长可影响内脏及身体器官的功能、堵塞血管和神经系统，严重的可抑制正常的身体机能而导致死亡。

### 2. 是什么原因导致皮肤癌?

皮肤癌的主要的原因是紫外线 (Ultraviolet light)，是一种包含在太阳光里看不见的光线。紫外线可破坏皮肤细胞核的脱氧核糖核酸(DNA)，产生基因突变而导致癌细胞出现。一般人的皮肤对紫外线有多重的先天防御：表皮黑色素是细胞核的防护罩，专阻挡紫外线。细胞核内具有复杂高效的核酸修复系统，每分每秒地在把受破坏的 DNA 修好。皮肤内的先天免疫系统也会把受损或异常的细胞及时消灭，避免癌细胞的产生。然而长时间在猛烈的太阳下暴晒或使用晒黑床，可能会使这些防御系统不堪重负而产生疏漏，令癌细胞得以存活和增生。

除了紫外线，导致皮肤癌的其他因素有：

- 电离辐射，如 X 射线和核辐射
- 遗传因子：患有不耐阳光的遗传性疾病，如着色性干皮病 (xeroderma pigmentosum)、白化病 (albinism) 的患者
- 长期接触可致癌化学物质：砷化物、沥青、煤油、焦油等
- 慢性砷中毒（长期饮用受砷污染的井水或服用含砷的传统药物）
- 慢性皮肤炎症：长期皮肤溃疡、瘘管、窦道以及烧伤疤痕
- 长期服用免疫抑制药物，如环孢素 (cyclosporin)
- 生殖器感染人乳头瘤病毒 (Human papilloma virus)

### 3. 是否有不同类型的皮肤癌?

皮肤癌有分原发性 (Primary) 与继发性 (Secondary) 两大类。三种主要的原发性皮肤癌包括：基底细胞癌 (Basal Cell Carcinoma)，鳞状细胞癌 (Squamous Cell Carcinoma)，和黑色素瘤 (Melanoma)。

- a. 基底细胞癌 (简称 BCC)：最常见的皮肤癌，好发于中老年人，主要发生于面部和前臂。外观为红色、肉色或黑色的肿瘤，逐渐长大，出现溃疡、流血，但无痛。虽然内部器官转移很罕见，可是基底细胞癌具有局部侵略性，可能导致严重的组织破坏。

- b. 鳞状细胞癌（简称 SCC）：第二常见的皮肤癌，也好发于老年人，容易发生在阳光长期照射之处，如耳朵、脸部、唇和嘴部，也可能发生在粘膜或生殖器。外观为红色或肉色的肿瘤或溃疡，通常会发展成蕈样状的肿块，而且可经由淋巴腺散播出去，造成淋巴结肿大，也可能转移到其他内脏。
- c. 黑色素瘤（Melanoma）：是恶性度最高的皮肤癌，非常容易转移，如迟发现死亡率很高。中老年人较常见，可是在所有年龄层都有可能发生，而且可发生于身体任何部位。在亚洲人常出现在肢端如手指脚趾、手掌、脚指甲下等处，大多数颜色为黑色或咖啡色，偶而是红色或肉色。有接近一半的黑色素瘤是從黑痣演变而来，而黑色素瘤有时候也难以與良性黑痣作区分。
- d. 其他较少见的原发性皮肤癌有皮肤 T 细胞淋巴瘤（Cutaneous T cell lymphoma）、皮肤纤维肉瘤（Dermatofibrosarcoma）、血管肉瘤（Angiosarcoma）、卡波西氏肉瘤（Kaposi's sarcoma）、皮脂腺癌（Sebaceous carcinoma）、默克尔细胞癌（Merkel cell carcinoma）等等。
- e. 继发性皮肤癌，即原发于其他器官恶性肿瘤的皮肤转移。

#### 4. 皮肤癌有多普遍？

近年来，皮肤癌的发生率在欧美和亚洲逐年上升。皮肤癌是白种人最常见的癌症之一，发病率最高的国家有澳洲和纽西兰。东方人发生皮肤癌的机率比白种人低，但是却伴随较高的后遗症和死亡率。

根据马来西亚国家癌症数据显示，在我国皮肤癌占了所有癌症病例的 2.6%（在排行榜上名列第十）。51 岁至 69 岁为黑色素瘤的发病高峰期，而其他类型的皮肤癌则以 60 岁以上患者为多。发病率男性多于女性，男女比例约 2:1。

#### 5. 哪些人比较容易患上皮肤癌？

有些人因一些先天或后天的因素而比起其他人容易患上皮肤癌：

- 皮肤白皙、眼睛蓝绿的人（这类人的皮肤很容易晒伤）
- 长时间在太阳下工作或活动而又不做防晒措施的人
- 不常晒太阳但偶尔暴晒的人
- 住在紫外线数值高的地区，如南非和澳洲
- 童年曾经被晒伤的人
- 身上有很多痣的人
- 过度/长期接触砒霜
- 本身曾罹患皮肤癌

- 家族有罹患皮肤癌的

## 6. 皮肤癌有什么特征及如何诊断？

未经过医疗训练的人很难确认皮肤癌。皮肤癌可以表现出各种形式，包括凸点、结节、边缘隆起、溃疡等。皮肤癌初期时往往不痛不痒，让人忽视它的存在。但是如不理会，很可能造成恶化。如果皮肤长出不明的肿块、溃疡或流血、长期无法愈合的伤口，应尽快到皮肤科就诊。此外，民众们应该定期检查身上黑痣的变化，如果发现形状或颜色不规则的黑痣，大于 0.6 公分或是变大的黑痣(尤其是手脚掌的黑痣)，应尽快找皮肤专科医生进行检查 (<http://www.dermatology.org.my/dermatologist.htm>)。皮肤癌的诊断必须以皮肤切片作组织病理学检查，这是一种只需要局部麻醉就可以进行的小手术。

## 7. 如何治疗皮肤癌？

皮肤癌的早期诊断非常重要。如果能够经常检查自己的皮肤，及早发现初期的肿瘤，在未转移之前治疗，痊愈的可能性很高。然而如肿瘤已经变大而且已转移至淋巴结或内部其他器官，则存活率很低。

皮肤癌的治疗方式取决于它的种类、恶性、深度及有否转移。治疗初期肿瘤的主要方式是外科手术切除。其他治疗方式有 Mohs 显微外科手术、放射疗法、电烧刮除、冷冻疗法、局部化学疗法、光动力治疗、激光疗法、生物治疗(免疫治疗)等等。如果皮肤癌侵犯较深或是已经转移，则需要一个包括皮肤科、外科和肿瘤科的医疗团队，依据不同病患来设计一个适当的治疗计划。

基底细胞癌及鳞状细胞癌如果能够早期发现诊断，通常只需做手术切除，治愈率很高。黑色素瘤治疗比较困难，除了手术切除之外，晚期的黑色素瘤需作截肢、淋巴腺切除、化学治疗、放射治疗及免疫治疗。如果黑色素瘤已经转移到内部器官，即使经过治疗，死亡率还是很高。

## 8. 如何预防皮肤癌？

由于紫外线是皮肤癌的主因，预防皮肤癌的最佳方法就是避免皮肤受到过度的紫外线照射：

- 上午 10 时至下午 4 时这段阳光最猛烈的时间，尽量减少户外活动
- 在户外应穿上全长袖服装和戴上宽边帽子
- 正确地使用防晒霜（必须 SPF30 或更高，UVA/PA+++或更高）：外出之前半小时涂抹，然后每隔 2 小时重复涂抹。
- 戴上防紫外线的墨镜
- 使用有防晒功能的润唇膏（SPF30 或更高）。
- 避免日光浴和晒黑床

- 定期作皮肤检查，如发现癌前病变如光化性角化病(actinic keratoses)应尽早治疗，可避免产生癌变

注：“SPF” = UVB 防晒系数（防止 UVB 紫外线晒伤的相对能力）；  
UVA 或 PA = UVA 防晒系数（防止 UVA 紫外线晒伤的相对能力）



詹中佐医生执笔  
现任吉隆坡鹰阁医院皮肤专科顾问  
马来西亚皮肤专科学会会员

此皮肤医药专栏讯息是由马来西亚皮肤专科学会(Dermatological Society of Malaysia)提供  
(<http://www.dermatology.org.my/>)