

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、瘰管、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、手脚掌、手脚指甲下等处，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从黑痣演变而来，而黑色素瘤有时候也难以与良性黑痣作区分。
- d. 其他较罕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

- 家族有罹患皮膚癌的

6. 皮膚癌有什麼特徵及如何診斷？

未經醫療訓練的人很難確認皮膚癌。皮膚癌可以表現出各種形式，包括凸點、結節、邊緣隆起、潰瘍等。皮膚癌初期時往往不痛不癢，讓人忽視它的存在。但是如不理會，很可能造成惡化。如果皮膚長出不明的腫塊、潰瘍或流血、長期無法癒合的傷口，應儘快到皮膚科就診。此外，民眾們應該定期檢查身上黑痣的變化，如果發現形狀或顏色不規則的黑痣，大於 0.6 公分或是變大的黑痣（尤其是手腳掌的黑痣），應儘快找皮膚專科醫生進行檢查 (<http://www.dermatology.org.my/dermatologist.htm>)。皮膚癌的診斷必須以皮膚切片作組織病理學檢查，這是一種只需要局部麻醉就可以進行的小手術。

7. 如何治療皮膚癌？

皮膚癌的早期診斷非常重要。如果能夠經常檢查自己的皮膚，及早發現初期的腫瘤，在未轉移之前治療，痊癒的可能性很高。然而如腫瘤已經變大而且已轉移至淋巴結或內部其他器官，則存活率很低。

皮膚癌的治療方式取決於它的種類、惡性、深度及有否轉移。治療初期腫瘤的主要方式是外科手術切除。其他治療方式有 Mohs 顯微外科手術、放射療法、電燒刮除、冷凍療法、局部化學療法、光動力治療、激光療法、生物治療（免疫治療）等等。如果皮膚癌侵犯較深或是已經轉移，則需要一個包括皮膚科、外科和腫瘤科的醫療團隊，依據不同病患來設計一個適當的治療計劃。

基底細胞癌及鱗狀細胞癌如果能夠早期發現診斷，通常只需做手術切除，治癒率很高。黑色素瘤治療比較困難，除了手術切除之外，晚期的黑色素瘤需作截肢、淋巴腺切除、化學治療、放射治療及免疫治療。如果黑色素瘤已經轉移到內部器官，即使經過治療，死亡率還是很高。

8. 如何預防皮膚癌？

由於紫外線是皮膚癌的主因，預防皮膚癌的最佳方法就是避免皮膚受到過度的紫外線照射：

- 上午 10 時至下午 4 時這段陽光最猛烈的時間，盡量減少戶外活動
- 在戶外應穿上全長袖服裝和戴上寬邊帽子
- 正確地使用防曬霜（必須 SPF30 或更高，UVA/PA+++或更高）：外出之前半小時塗抹，然後每隔 2 小時重複塗抹。
- 戴上防紫外線的墨鏡
- 使用有防晒功能的潤唇膏（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 keratosis)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/>)