

預防食道癌 遠離風險因子！



根據臺灣資料統計

食道癌位於男性十大癌症死因排名第**5**位

造成食道癌的風險因子包含：

吸菸

喝酒

嚼檳榔

常吃
煙燻燒烤、
醃漬及加工食品

過燙飲食

若出現吞嚥困難、
吞嚥時有異物感或痛感、
食物逆流、火燒心、聲音
沙啞、胸後痛、體重減輕、
上腹痛及久咳等情形，
請立即就醫檢查。



Minimize risk factors to prevent esophageal cancer

Official statistic provided by
Taiwan's government indicates
that esophageal cancer is the **fifth** deadliest
form of cancer for men nationwide.



Risk factors for esophageal cancer include:

Smoking

Drinking
alcohol

Chewing
betel nut

Frequent
consumption of
smoked BBQ,
pickled and processed
foods

Consuming
excessively
hot drinks

If you experience difficulty swallowing,
feel as though there is a foreign object
when you swallow, experience pain
when swallowing, gastroesophageal
reflux, heartburn, develop a
hoarse voice, chest pain, loss of
weight, upper abdominal pain
or a chronic cough, seek
immediate medical attention



Pencegahan Kanker Esofagus,

Menjauh dari Sumber Risiko

Berdasarkan statistik Taiwan, kanker esofagus menduduki urutan **ke-5** dalam sepuluh besar kematian akibat kanker pada pria

Faktor risiko kanker esofagus antara lain:

Merokok

Minum minuman beralkohol

Makan pinang

Sering memakan produk makanan yang diproses secara pengasapan, pemanggangan, pengawetan dan produk makanan olahan

Makan makanan terlalu panas

Apabila mengalami kesulitan menelan,

merasa sakit atau seperti ada benda

asing saat menelan, refluks makanan,

nyeri ulu hati, suara menjadi serak,

nyeri dada belakang, berat badan

menurun, nyeri perut bagian

atas dan batuk berkepanjangan

serta situasi lainnya, harap

segera melakukan

pemeriksaan medis.

PREVENT



Phòng ngừa ung thư thực quản

Tránh xa các yếu tố nguy cơ!

Theo dữ liệu thống kê của Đài Loan, ung thư thực quản đứng thứ **5** trong 10 loại ung thư gây tử vong hàng đầu ở nam giới.

Các yếu tố nguy cơ gây ung thư thực quản bao gồm:

Hút thuốc

Uống rượu

Ăn trầu

Thường xuyên ăn các thực phẩm hun khói, nướng, muối chua và chế biến sẵn

Đồ ăn thức uống quá nóng

Nếu bạn gặp khó khăn khi nuốt, cảm giác có vật thể lạ hoặc đau khi nuốt, trào ngược thức ăn, ợ nóng, khàn giọng, đau lưng và ngực, sụt cân, đau bụng trên và ho kéo dài, hãy đi khám ngay lập tức.

PREVENT

การป้องกัน โรคมะเร็งหลอดอาหาร

ห่างไกลปัจจัยเสี่ยง!



OUT

ข้อมูลสถิติของไต้หวันระบุ มะเร็งหลอดอาหารติดอันดับที่ 5
ของ 10 สาเหตุการตายด้วยโรคมะเร็งในเพศชาย

หากมีอาการกลืนอาหารลำบาก ระหว่าง

กลืนอาหารเหมือนมีสิ่งแปลกปลอมติด

อยู่หรือรู้สึกเจ็บ กรดไหลย้อน รู้สึก

แสบร้อนที่หน้าอก เสี่ยงแหบ

ปวดหลังกระดูกหน้าอก น้ำหนัก

ลด ปวดท้องช่วงบนและไอ

เรื้อรัง โปรดรีบไปพบแพทย์

เพื่อตรวจวินิจฉัยทันที

สูบบุหรี่

ดื่มสุรา

เคี้ยวหมาก

กินอาหารรมควัน ปิ้ง
ย่าง หมักดองและ
อาหารแปรรูปบ่อยๆ

กินอาหารที่
ร้อนเกินไป

PREVENT

