



初期徵候

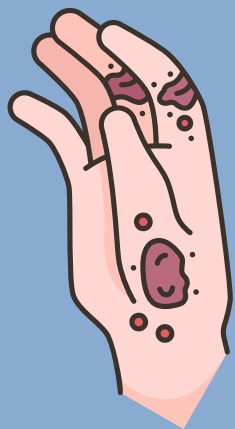
異常排泄
及出血



乳房
不明腫塊



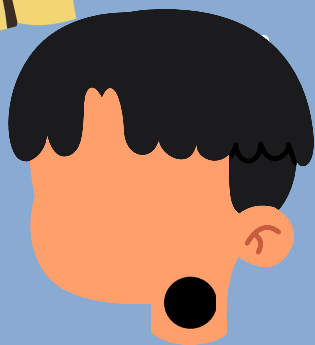
傷口潰瘍
不易癒合



久咳



痣變大



110年 十大癌症排行

氣管、支氣管、肺癌

肝和肝內膽管癌

結腸直腸大腸癌

女性乳癌

前列(攝護)腺癌

口腔癌

胰臟癌

胃癌

食道癌

卵巢癌

世界癌症日

02/04



預防癌症 由你我做起

資料來源：衛服部

製作單位：行政中心營養組



台北市立關渡醫院

飲食原則

優質蛋白質

避免
產氣食物



避免
刺激食物

補充
礦物質

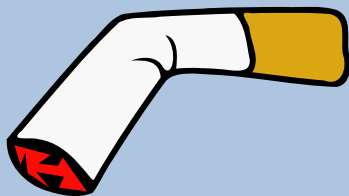


補充
維生素



危險因子

抽菸



肥胖

喝酒



缺乏
運動

生活型態改變

天天
五蔬果



避免過
度日曬



維持
理想
體重



減輕
壓力