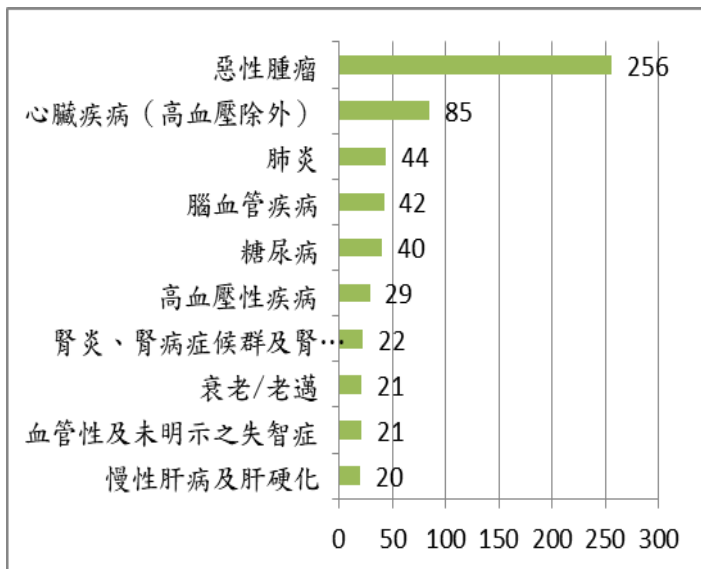


健康飲食 規律運動 定期健檢 降低死亡率

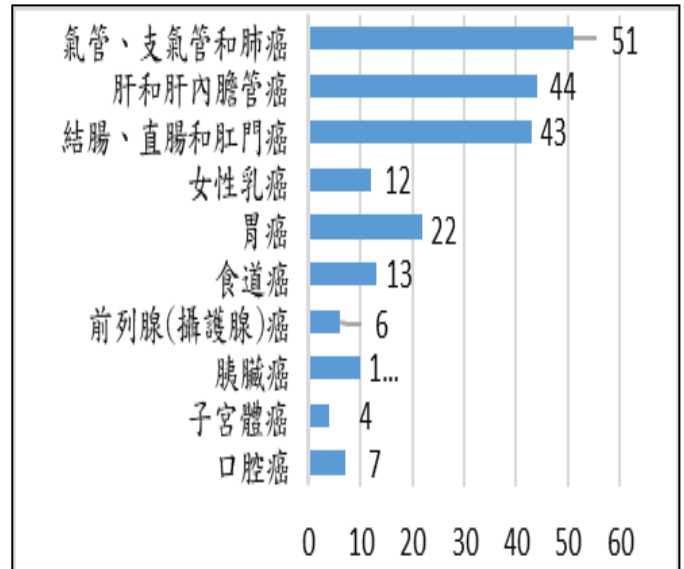
110 年度金門縣十大死因分析

110 年金門十大死因



(死亡人數)

110 年金門癌症十大死因



(死亡人數)

衛生福利部公布 110 年全國十大死因統計，惡性腫瘤(癌症)連續 40 年蟬聯全國十大死因之首，110 年全國十大死因前三名為惡性腫瘤、心臟疾病與肺炎，本縣亦同，本縣十大死因依序為：1. 惡性腫瘤(死亡人數 265 人)2. 心臟疾病(高血壓性疾病除外，死亡人數 85 人)3. 肺炎(死亡人數 44 人)4. 腦血管疾病(死亡人數 42 人)5. 糖尿病(死亡人數 40 人)6. 高血壓性疾病(死亡人數 29 人)7. 腎炎、腎病症候群及腎病變 (死亡人數 22 人)8. 血管性及未明示之失智症(死亡人數 21 人)9. 衰老/老邁(死亡人數 21 人)10. 慢性肝病及肝硬化(死亡人數 20 人)。

本縣 110 年死亡人數計 750 人(男性 444 人，女性 306 人)，較 109 年 762 人減少 12 人，每十萬人口標準化死亡率為 276.6 人與 109 年每十萬人口 281.0 人相較減少了 4.4 人，也遠低於全國每十萬人口標準化死亡率 405.5 人。

與全國十大死因相比，本縣「腎炎、腎病症候群及腎病變」、「血管性及未明示之失智症」、「衰老/老邁」排名分別為第 7 至第 9 順位，全國排名則為第 9、第 12、第 13 順位，其中「衰老/老邁」死亡率較全國死亡率高，「衰老、老邁」有如傳統的「善終」，找不到死因，被歸類為自然死亡，而「事故傷害」死亡率則較全國死亡率低，「事故傷害」為全國十大死因第 7 名，本縣「事故傷害」則在十大死因之外。

110 年本縣十大死因惡性腫瘤上死亡率與 109 年較上升，每十萬人口標準化死亡率由 82.8 人上升至 99.9 人，血管性及未明示之失智症每十萬人口標準化死亡率由 4.9 上升至 6.0，其餘死因死亡率皆有一定程度下降，並以心臟疾病(高血壓性疾病除外)降幅做多，

每十萬人口標準化死亡率由 44.2 下降至 30.4。

本縣 110 年主要癌症死亡原因依序為：1. 氣管、支氣管和肺癌(死亡人數 51 人)2. 肝和肝內膽管癌(死亡人數 44 人)3. 結腸、直腸和肛門癌(死亡人數 43 人)4. 女性乳癌(死亡人數 12 人)5. 胃癌(死亡人數 22 人)6. 食道癌(死亡人數 13 人)7. 前列腺(攝護腺)癌(死亡人數 6 人)8. 胰臟癌(死亡人數 10 人)9. 子宮體癌(死亡人數 4 人)10. 口腔癌(死亡人數 7 人)，110 年本縣癌症死亡人數計 256 人(男性 162 人，女性 94 人)，占所有死亡人數 34.1%，每十萬人口標準化死亡率為 99.9 人，與全國每十萬人口標準化死亡率 118.2 人相較低 18.3 人。

研究顯示，定期篩檢可降低癌症死亡率，癌症篩檢可以早期發現癌症或其癌前病變，經治療後可以降低死亡率外，還可以阻斷癌前病變進展為癌症，金門縣政府針對設籍本縣滿三年且年滿 30 歲以上者補助自費健康檢查，也針對四大癌症(乳癌、子宮頸癌、大腸癌與口腔癌)免費篩檢，30 歲以上婦女每年可接受 1 次子宮頸抹片檢查；45 至 69 歲婦女、40 至 44 歲二等血親內曾罹患乳癌之婦女，每 2 年 1 次乳房攝影；50 至 74 歲民眾每 2 年 1 次糞便潛血檢查，以及 30 歲以上嚼檳榔(含已戒)或吸菸民眾、18 歲以上有嚼檳榔(含已戒)原住民，每 2 年 1 次口腔黏膜檢查，符合資格的民眾應定期篩檢。

心臟疾病(高血壓性疾病)、腦血管疾病、糖尿病、高血壓等疾病多與現代人常見的代謝症候群有關，金門縣衛生局近年來積極推動各項健康促進工作，包括菸害防制、營造健康生活環境、糖尿病共同照護等，衛生局呼籲民眾注意自身的身體健康，從養成健康的生活習慣開始，不吸菸、增加運動、健康飲食及少飲酒、不吃檳榔、少吃燒烤紅肉、少吃加工食品，除烹調少糖少鹽少油外，應多攝取天然蔬果，規律運動等，並請定期健康檢查，檢查結果若為異常，要配合醫療院所進一步複診及確診，才能真正達到早期發現早期治療的效果，在工作之餘，多加注意愛護自己及家人的健康，才能擁有快樂美滿幸福的人生。