

借

吴煜 编著

肿瘤病人 家庭康复

金盾出版社



肿瘤病人家庭康复

吴 煜 编著

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书主要介绍了便于肿瘤病人在家庭实施的心理康复,营养与饮食康复,运动与自然康复,癌痛的调养与护理,放疗、化疗及术后病人的调养与护理,肿瘤病人抗转移、复发以及日常生活忌宜等知识。内容丰富,通俗易懂,科学实用,简便易行,适合肿瘤患者及其亲属阅读,也可供基层医务人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

肿瘤病人家庭康复/吴煜编著. —北京:金盾出版社,2003.

10

ISBN 7-5082-2673-9

I. 肿… II. 吴… III. 肿瘤-康复 IV. R730.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 082184 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话 68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京 2207 工厂

正文印刷:北京天宇星印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:9 字数:200 千字

2006 年 8 月第 1 版第 2 次印刷

印数:13001—17000 册 定价:11.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

癌症是危害人类健康的严重疾病之一,尽管手术、放疗、化疗及中医药治疗对于癌症病人的预后有所帮助,也为肿瘤患者提供了较从前更好的治疗手段,但大多数病人并不知道自己在得病以后应该做些什么,病人的亲属不知道该如何面对患有肿瘤的亲人,如何在家中或其他方面给他们以最大程度的康复和舒适。

本书深入浅出地告诉广大读者,在有肿瘤病人的家庭里,亲人们需要做些什么,怎样调理更有利于病人的康复。家庭的作用对于肿瘤病人是十分重要的,不论是肿瘤病人经过治疗已基本“无瘤”或是肿瘤已转移病情严重者,他们的家庭成员都有很多事情要做,家庭在病人的治疗和康复中的作用是任何一个医师都代替不了的。本书以问答形式逐一回答相关问题。内容包括肿瘤病人在家庭实施的心理康复,运动与自然康复,营养与饮食康复,癌痛的调养与护理,放疗、化疗及术后病人的调养与护理,肿瘤病人抗转移、防复发以及日常生活忌宜等知识。

本书内容丰富,通俗易懂,方法科学实用、简便易行,适合肿瘤患者及其亲属阅读,也可供基层医务人员参考。

由于个人水平有限,书中缺点和错误在所难免,恳请广大读者和同行不吝赐教。

吴 煜

2003年8月

金盾版图书,科学实用, 通俗易懂,物美价廉,欢迎选购

临床实用中药辞典	88.00 元	手册	26.00 元
新编诊疗常规(精装)	59.00 元	新编眼科临床手册	
新编诊疗常规(修订版)	88.00 元	(精装)	39.00 元
乡村医生手册(精装)	39.00 元	妇科肿瘤临床手册	19.50 元
乡村医生手册(平装)	36.50 元	玻璃体显微手术学	
新编心血管内科诊疗		(精装)	39.00 元
手册	36.00 元	急诊抢救手册	
常见眼病诊断图谱	58.00 元	(精装·修订版)	27.00 元
临床皮肤病性病彩色图谱	130 元	新编临床医学数据手册	29.00 元
新编内科诊疗手册		临床药物手册(精装)	58.00 元
(精装·第三版)	49.00 元	新编简明药物手册	21.00 元
新编外科诊疗手册		新编常用药物手册	
(精装)	49.50 元	(精装·第三版)	37.00 元
新编实习医师手册		新编常用药物手册	
(精装)	59.00 元	(平装·第三版)	32.00 元
新编妇产科临床手册		简明常用药物手册	8.50 元
(精装)	32.00 元	袖珍常用医学数据手册	9.50 元
新编儿科临床手册		中华名医方剂大全	
(修订版)	49.00 元	(精装)	59.50 元
新编传染病诊疗手册		新编中医临床手册	
(精装)	28.00 元	(精装)	35.00 元
消化系统疾病诊断及		新编常用中药手册	
治疗	39.00 元	(精装)	21.00 元
新编消化系统疾病诊疗		实用基本中药制剂	
手册(精装)	29.00 元	手册(精装)	44.00 元
新编呼吸系统疾病诊疗		实用针灸选穴手册	

(修订版)	14.50 元	153 问	6.50 元
新编中医老年病临		高脂血症防治 100 问	
床手册	39.00 元	(修订版)	4.50 元
儿童医疗保健手册	13.50 元	动脉粥样硬化防治	6.50 元
护士手册(精装)	28.00 元	心律失常防治 150 问	7.00 元
护士手册(平装)	24.00 元	心肌梗塞防治 230 问	6.00 元
新编肿瘤诊疗手册	29.00 元	肺心病防治 130 问	3.50 元
新编口腔科诊疗手册	28.00 元	心力衰竭防治 200 问	5.00 元
药物治疗处方手册	35.00 元	心肌炎与心肌病防治	
家庭医疗保健手册		110 问	3.50 元
(精装)	32.00 元	风湿性心脏病防治 200	
新编神经系统疾病		问	6.00 元
诊疗手册	26.00 元	心脏骤停的抢救及预防	4.50 元
常用进口药物手册	21.00 元	常见心血管病中西医诊	
实用糖尿病防治手册	15.00 元	治	11.50 元
新编皮肤疾病诊疗手册	14.50 元	常见心血管疾病家庭康	
新编临床急救表解手册	8.00 元	复	5.50 元
临床动态心电图图谱		第二批非处方药选用知	
(精装)	45.00 元	识	17.00 元
新编临床心电图识读	6.50 元	心血管病防治用药知识	
怎样看化验单	12.00 元	160 问	7.00 元
常见病运动疗法	13.50 元	心脑血管病的自我预防	
实用内科疾病护理	14.50 元	与康复	6.50 元
冠心病防治 320 问		心脑血管疾病用药知识	9.50 元
(修订版)	8.50 元	常见心脑血管疾病的早	
高血压防治(修订版)	9.50 元	期信号与防治	6.00 元
血压异常的危害及其防治	9.50 元	中老年人心血管急症的	
高血压中西医防治	13.00 元	防治	8.50 元
低血压与休克诊治 90 问	3.50 元	老年心血管病防治与康复	6.50 元
高脂血症中西医防治		中老年冠心病防治	6.00 元

贫血防治 70 问	2.20 元	320 问	7.50 元
白血病防治 200 问	6.00 元	呼吸系统疾病中西医	
常见肾脏病防治 300 问	7.00 元	防治	8.00 元
肾炎防治(修订版)	8.00 元	感冒防治 100 问	2.20 元
肾功能衰竭防治 300 问	7.50 元	哮喘防治 130 问	3.30 元
血尿防治 190 问	4.00 元	咳嗽防治	7.50 元
脑血管病防治 200 问		支气管炎防治 150 问	6.00 元
(第二版)	7.50 元	支气管扩张防治 160 问	3.40 元
脑血栓防治 200 问	7.50 元	呼吸衰竭防治 200 问	5.00 元
周围神经疾病防治 150 问	5.00 元	肺炎防治 200 问	2.50 元
头痛防治 120 问	4.50 元	肺癌防治(修订版)	10.00 元
偏头痛防治 120 问	4.00 元	癌症治疗新方法	6.00 元
常见精神病防治 120 问	5.00 元	消化系统常见病防治	
精神分裂症防治 200 问	7.50 元	260 问	7.00 元
神经官能症防治 230 问	5.30 元	胃癌防治 150 问	6.00 元
神经衰弱防治 100 问	3.50 元	胃炎防治 110 问	3.00 元
神经衰弱自然疗法	8.50 元	萎缩性胃炎防治	4.00 元
失眠防治 120 问	3.50 元	胃溃疡防治 200 问	6.50 元
失眠自我防治	13.50 元	十二指肠溃疡防治 200 问	6.50 元
眩晕防治 150 问	4.50 元	食管癌防治 100 问	5.00 元
脑膜炎防治 130 问	2.50 元	上消化道疾病电子胃镜	
老年痴呆防治 200 问	5.50 元	图析 100 例	16.00 元
中风防治 200 问	7.00 元	下消化道疾病电子肠镜	
癫痫防治 240 问(修订版)	7.50 元	图析 100 例	34.90 元
帕金森病诊治 120 问	6.00 元	溃疡性结肠炎防治 120 问	3.50 元
呼吸系统常见病防治		腹泻病防治 365 问	7.10 元

以上图书由全国各地新华书店经销。凡向本社邮购图书者,另加 10% 邮挂费。书价如有变动,多退少补。邮购地址:北京市丰台区晓月中路 29 号院金盾出版社邮购部,联系人徐玉珏,邮政编码:100072,电话:(010)83210682,传真:(010)83219217。

JS035-3



目 录

一、基础知识

1. 什么是肿瘤? (1)
2. 良性肿瘤与恶性肿瘤有哪些区别? (2)
3. 恶性肿瘤都是癌吗? (3)
4. 引起癌症的原因有哪些? (4)
5. 肿瘤的发生与哪些内在因素有关? (6)
6. 哪些人群是癌症的高危人群? (7)
7. 什么是肿瘤的浸润? (9)
8. 肿瘤细胞是怎样转移的? (10)
9. 恶性肿瘤的转移主要有哪些途径? (11)
10. 癌症会传染吗? (13)
11. 癌症会遗传吗? (13)
12. 恶性肿瘤怎样分期? (15)
13. 癌症是不治之症吗? (16)
14. 肿瘤病人的免疫力怎样起防癌作用? (17)
15. 恶性肿瘤为什么能自然消退? (19)
16. 常用的癌症治疗手段有哪些? (20)
17. 肿瘤在什么情况下需要手术治疗? (22)
18. 化疗适用于什么样肿瘤病人? (23)
19. 放疗适用于什么样肿瘤病人? (25)
20. 癌症的康复主要包括什么内容? (26)

21. 肿瘤病人什么情况下应该看中医? (27)
22. 中医是怎样认识肿瘤的? (29)
23. 什么是扶正祛邪? (30)
24. 治疗肿瘤怎样处理局部与整体的关系? (31)
25. 中医治疗肿瘤有哪些常用方法? (32)
26. 中医怎样看待治疗癌症“以毒攻毒”? (35)

二、心理康复

27. 精神因素与癌症有关吗? (36)
28. 哪些精神状态容易患肿瘤? (37)
29. 不良心理是怎样影响人体的? (38)
30. 潜意识与癌症有关吗? (39)
31. 患癌之后应该怎么办? (40)
32. 肿瘤病人有哪些心理特点? (41)
33. 肿瘤病人如何减轻不良心理反应? (44)
34. 为什么有些病人总爱求助于偏方单方? (45)
35. 要不要将病情告诉癌症患者本人? (46)
36. 怎样将癌症病情告诉病人? (47)
37. 如何做好癌症病人的家庭心理护理? (48)
38. 求生意志是抗癌的巨大动力吗? (49)
39. 想象疗法能治疗癌吗? (49)
40. 怎样用想象疗法治癌? (51)
41. 中医是怎样看待精神疗法的? (53)
42. 什么是七情? 七情如何致病? (54)
43. 乳腺癌病人术后心理有哪些变化? (55)
44. 卵巢癌病人术后心理有哪些变化? (56)
45. 宫颈癌病人术后如何进行心理调理? (57)

46. 什么是音乐疗法? (57)
47. 音乐疗法有什么治疗作用? (59)
48. 五行音乐是怎么回事? (60)
49. 对肿瘤病人怎样辨证施乐? (62)
50. 肿瘤病人放化疗期间适合听什么音乐? (63)
51. 肿瘤病人精神不好时听什么音乐为好? (64)

三、营养与饮食康复

52. 肿瘤患者饮食要注意些什么? (66)
53. 维生素 A 有防癌抗癌的作用吗? (67)
54. 怎样补充维生素 A 比较合适? (68)
55. B 族维生素有抗癌作用吗? (69)
56. 维生素 E 有抗癌作用吗? (70)
57. 硒为什么能抗癌? (71)
58. 钙与癌症有关吗? (74)
59. 常见的防癌抗癌食物有哪些? (75)
60. 常食哪些蔬菜抗癌作用好? (77)
61. 大蒜和洋葱能防癌抗癌吗? (79)
62. 甲鱼能抗癌吗? (81)
63. 肿瘤病人适合吃蜂蜜和蜂王浆吗? (82)
64. 哪些水果抗癌作用更好? (82)
65. 哪些食用菌有抗癌作用? (84)
66. 抗癌食谱里为什么常有薏苡仁? (85)
67. 肿瘤病人的饮食调养原则和要求是什么? (87)
68. 肿瘤病人怎样做到高营养平衡饮食? (88)
69. 肿瘤病人的饮食调养有哪些途径? (89)
70. 饮食调养在抗肿瘤治疗中有哪些作用? (90)

71. 什么是恶病质?	(91)
72. 恶病质有哪些临床表现?	(93)
73. 肿瘤病人为什么常有明显的体重下降?	(94)
74. 抗肿瘤治疗对患者营养状况有什么影响?	(95)
75. 为什么肿瘤病人会厌食? 有什么解决方法?	(96)
76. 怎样评价营养不良的程度?	(97)
77. 恶病质肿瘤患者护理要注意些什么?	(99)
78. 什么是药食同源?	(100)
79. 什么是中医抗癌食疗法?	(101)
80. 肿瘤病人怎样辨证施膳?	(102)
81. 什么是食物的性味?	(103)
82. 常见食物的药性有哪些? 主要包括哪些食物?	(105)
83. 肿瘤病人在饮食治疗中怎样注意扶正与祛邪?	(106)
84. 怎样烹调药膳?	(107)
85. 肿瘤病人食疗常用药粥有什么讲究?	(108)
86. 肿瘤病人怎样制作药粥?	(109)
87. 肿瘤病人术前饮食注意事项有哪些?	(110)
88. 肿瘤病人术后宜选用什么食物?	(110)
89. 肿瘤病人术后药膳方有哪些?	(112)
90. 肿瘤病人放疗期间怎样注意饮食调理?	(113)
91. 肿瘤病人放疗时为什么食物不能过于精细?	(114)
92. 不同部位放疗的肿瘤病人饮食调理有什么不同?	(115)
93. 肿瘤病人放疗期间适合什么样的药膳? 如何制作 和应用?	(116)

94. 头颈部放疗病人适合哪些药膳?	(118)
95. 胸部放疗病人哪些药膳比较好?	(119)
96. 腹部放疗病人适合用哪些药膳?	(121)
97. 蜂蜜对放疗、化疗病人有什么好处?	(122)
98. 放疗、化疗期间为什么需要忌烟酒?	(123)
99. 化疗期间如何进行饮食调养?	(124)
100. 化疗期间怎样选择药膳?	(125)
101. 怎样增加肿瘤病人放疗、化疗期间的食欲?	(128)
102. 癌症病人康复期怎样进行饮食调理?	(129)
103. 肿瘤康复期如何选择补药?	(130)
104. 康复期适合哪些药膳?	(131)
105. 肿瘤病人出现水肿或胸腹水时适合用哪些食疗 方?	(133)
106. 肺癌干咳的病人适合吃什么药膳?	(135)
107. 肺癌病人咳嗽痰多适合用什么药膳?	(137)
108. 肿瘤病人发热时适合吃什么药膳?	(138)
109. 肿瘤病人脱发时适合用什么食疗方?	(139)
110. 肿瘤病人出血时适合用哪些药膳?	(141)
111. 肿瘤病人白细胞下降时怎样进行饮食调养? ...	(142)
112. 肿瘤病人肝功能异常用什么食疗方?	(144)
113. 肿瘤病人肾功能异常适合用哪些药膳?	(145)
114. 癌症病人腹泻时怎样进行饮食调理?	(146)
115. 肿瘤病人便秘如何进行饮食调理?	(147)
116. 癌症病人需要忌口吗?	(149)
117. 什么是“发物”? 肿瘤病人能否进食发物?	(151)
118. 饥饿能饿死肿瘤细胞吗?	(152)
119. 肿瘤病人能饮酒吗?	(153)

- 120. 肿瘤病人能吃鸡肉和鸡蛋吗? (153)
- 121. 食管癌病人怎样注意饮食调养? (154)
- 122. 食管癌病人常用药膳有哪些? (155)
- 123. 胃癌患者饮食原则是什么? (157)
- 124. 胃癌病人术后饮食有哪些注意事项? (158)
- 125. 胃癌病人服用中药时饮食上有哪些忌宜? (158)
- 126. 胃癌病人常用的食疗方有哪些? (159)
- 127. 肝癌病人饮食要注意些什么? (162)
- 128. 肝癌病人有哪些合适的药膳? (163)
- 129. 肺癌病人适合用哪些药膳? (164)
- 130. 乳腺癌患者适合经常应用哪些食疗方? (166)
- 131. 大肠癌患者有哪些常用的药膳? (167)

...

四、运动与自然康复

- 132. 癌症病人康复期为什么要进行体育锻炼? (169)
- 133. 什么是主动锻炼和被动锻炼? 如何进行? (170)
- 134. 肿瘤病人怎样选择一些合适的锻炼项目? (171)
- 135. 锻炼对肿瘤病人康复有哪些好处? (172)
- 136. 为什么说“久卧伤气”? (173)
- 137. 肿瘤病人进行锻炼要注意些什么? (173)
- 138. 体力活动与大肠癌有关吗? (174)
- 139. 怎样进行呼吸锻炼? (175)
- 140. 肿瘤病人散步需要注意些什么? (176)
- 141. 散步为什么很适合肿瘤病人? (176)
- 142. 肿瘤病人康复期打太极拳有什么好处? (177)
- 143. 肿瘤病人练太极拳需要注意些什么? (178)
- 144. 练习太极拳的要点有哪些? (179)

145. 钓鱼对病人有什么好处？	(181)
146. 癌症病人如何使用针灸疗法？	(181)
147. 常用的针刺方法有哪些？	(182)
148. 针灸疗法适合什么样的肿瘤病人？	(182)
149. 艾灸是怎么回事？	(183)
150. 按摩有什么作用？肿瘤病人按摩应注意什么？	(184)
151. 肿瘤病人如何进行自我保健按摩？	(185)
152. 高山疗养对肿瘤病人适合吗？	(186)
153. 森林疗法是怎么一回事？	(187)
154. 什么是空气浴？肿瘤病人如何进行空气浴？ ...	(188)
155. 肿瘤病人适合做书画疗法吗？	(189)
156. 头颈部放疗须注意什么？	(189)
157. 乳腺癌术后如何进行康复锻炼？	(190)
158. 常做日光浴有什么好处？	(191)
159. 什么是香味疗法？	(192)

五、癌痛的调养与护理

160. 为什么癌痛的治疗很重要？	(194)
161. 癌症为什么会疼痛？	(195)
162. 怎样评价癌症病人的疼痛程度？	(196)
163. 疼痛与心理因素关系大吗？	(198)
164. 癌痛病人有哪些心理改变？	(199)
165. 癌痛的治疗方法有哪些？	(199)
166. 什么是三阶梯止痛疗法？	(200)
167. 为什么吗啡被推荐用于癌痛？	(202)
168. 非麻醉止痛药有哪些？有何副作用？	(202)

169. 麻醉止痛药物的成瘾性是怎么回事?	(203)
170. 癌痛病人服用吗啡易成瘾吗?	(205)
171. 吗啡治疗癌痛多大剂量合适?	(206)
172. 吗啡有哪些副作用? 如何消除?	(206)
173. 为什么癌痛病人不提倡用度冷丁?	(208)
174. 治疗癌痛时有哪些辅助药物?	(209)
175. 怎样通过刺激皮肤止痛?	(209)
176. 疼痛时怎样分散注意力?	(211)
177. 什么是松弛止痛法?	(211)
178. 放疗适合哪些癌痛?	(212)
179. 什么是神经阻滞疗法?	(213)
180. 骨转移疼痛怎样治疗?	(214)
181. 癌症引起神经痛怎样治疗?	(215)
182. 癌痛病人怎样护理?	(216)
183. 中医是怎样认识癌痛的?	(217)
184. 中医对癌痛怎样辨证论治?	(217)

六、放疗、化疗及术后调养与护理

185. 得了肿瘤是看中医还是看西医?	(220)
186. 如何评价肿瘤化疗的疗效?	(221)
187. 怎样评价肿瘤病人的生存质量?	(222)
188. 化疗患者如何进行家庭调护?	(223)
189. 怎样防治化疗引起的恶心呕吐?	(224)
190. 化疗时恶心呕吐应注意些什么?	(225)
191. 化疗引起白细胞下降怎么办?	(226)
192. 化疗引起脱发怎么办?	(227)
193. 化疗有远期不良反应吗?	(227)

194. 化疗引起的静脉炎怎么办?	(228)
195. 如何防止化疗药物渗漏? 化疗药物渗漏怎么办?	(229)
196. 化疗时感觉很疲劳怎么办?	(230)
197. 怎样预防化疗感染?	(230)
198. 膀胱灌注化疗时需要注意些什么?	(231)
199. 如何看待化疗药物的“利与弊”?	(232)
200. 放疗期间要注意些什么?	(232)
201. 为什么放疗时皮肤要划红色印记?	(233)
202. 放疗引起放射性食管炎如何调护?	(233)
203. 怎样防治放射性皮炎?	(234)
204. 放射性肺炎如何调护?	(235)
205. 放射性膀胱炎的调护要注意些什么?	(236)
206. 放疗引起的直肠炎怎样调理?	(237)
207. 放疗、化疗期间服中药有什么好处?	(237)
208. 直肠癌术后护理要注意些什么?	(238)
209. 鼻咽癌放疗病人如何调养?	(239)
210. 放疗、化疗时出现恶心呕吐能服中药吗?	(239)
211. 肿瘤病人手术后怎样进行中医调理?	(240)
212. 肺癌病人手术及放疗后应注意什么?	(241)

七、肿瘤病人抗转移、复发与随访

213. 肿瘤病人到医院复查要携带哪些资料?	(242)
214. 肿瘤病人治疗后为什么要随访?	(242)
215. 肿瘤病人术后随访需要查些什么?	(243)
216. 甲胎蛋白(AFP)与肝癌有何关系?	(244)
217. 大肠癌病人术后转移复发常见部位及有哪些表	

现?	(245)
218. 肿瘤病人如何正确对待保健品?	(247)
219. 如何合理地应用补法?	(247)
220. 放疗、化疗中常用的补气药、补血药有哪些? ...	(249)
221. 肿瘤病人怎样服用人参?	(249)
222. 可以随便服用西洋参吗?	(250)
223. 灵芝有哪些作用?	(251)
224. 常用黄芪对肿瘤病人有用吗?	(251)
225. 生脉饮在放疗、化疗中有哪些作用?	(252)
226. 六味地黄丸在放疗、化疗中有哪些作用?	(252)
227. 什么时候可以服阿胶?	(253)
228. 为什么不能滥用以毒攻毒药物?	(254)
229. 怎样看待单方、偏方?	(254)

八、肿瘤病人日常生活忌宜

230. 空气污染与肿瘤有关吗?	(256)
231. 吸烟与癌症关系密切吗?	(256)
232. 香烟中有哪些有害物质?	(258)
233. 吸过滤嘴香烟可以防止得肺癌吗?	(260)
234. 被动吸烟也能得癌吗?	(260)
235. 性生活会影响癌症患者及其配偶的健康吗?	(261)
236. 癌症患者在什么时候不应有性生活?	(261)
237. 癌症病人性生活需要注意些什么?	(262)
238. 盆腔放疗对女性性功能有什么影响?	(263)
239. 化疗对女性性功能有影响吗?	(264)
240. 化疗对男性性功能有影响吗?	(265)
241. 怀孕会引起乳腺癌复发吗?	(265)