



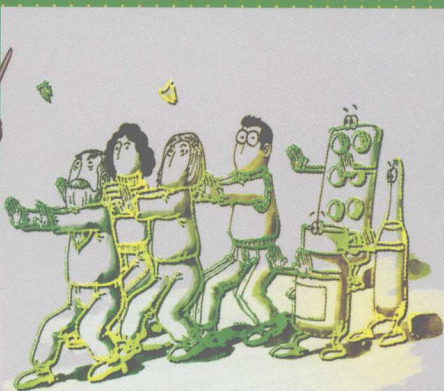
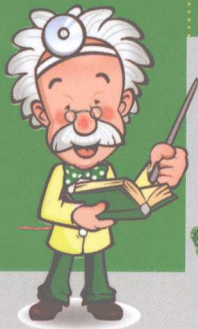
中华人民共和国卫生部 中国抗癌协会科普宣传系列

总主编 曾益新 万德森 杨秉辉

编著 杨秉辉

认识肿瘤

预防肿瘤



人民卫生出版社

... 中华人民共和国卫生部中国抗癌协会科普宣传系列 ...

认识肿瘤 预防肿瘤

总主编 曾益新 万德森 杨秉辉
编 著 杨秉辉
插 图 杨 巍



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

认识肿瘤 预防肿瘤 / 杨秉辉编著. —北京: 人民卫生出版社, 2008. 11

ISBN 978-7-117-10471-5

I. 认… II. 杨… III. ①癌—诊疗②癌—预防 (卫生) IV. R73

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第115310号

认识肿瘤 预防肿瘤

编 著 : 杨秉辉

出版发行 : 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址 : 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编 : 100078

网 址 : <http://www.pmph.com>

E - mail : pmph@pmph.com

购书热线 : 010-67605754 010-65264830

印 刷 : 北京汇林印务有限公司

经 销 : 新华书店

开 本 : 787×1092 1/32 印张 : 4.25

字 数 : 68千字

版 次 : 2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号 : ISBN 978-7-117-10471-5/R · 10472

定 价 : 19.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

∴∴ 中华人民共和国卫生部中国抗癌协会科普宣传系列 ∴∴∴

编 委 会

荣誉总主编 王陇德 徐光炜

总 主 编 曾益新 万德森 杨秉辉

副 总 主 编 张宗卫 潘志忠

总主编助理 孔令亨

编 委 (按姓氏笔画排序)

万德森 刘继红 汤钊猷

杨秉辉 吴一龙 吴传恩

沈镇宙 张宗卫 陈浩泉

季加孚 周芳坚 洪明晃

曾益新 潘志忠

序 言

据统计，1981年至2000年我国59种恶性肿瘤的总发病率上升了近50%，目前癌症死亡已成为我国人口的第一位死因。现阶段我国癌症发病的特点是，上消化道癌症居高不下，同时肺癌、结直肠癌及乳腺癌等也在迅速上升。在众多恶性肿瘤中，肺癌、胃癌、肝癌、食管癌、结直肠癌、乳腺癌、宫颈癌、鼻咽癌和前列腺癌构成了我国癌症的主要死亡原因，占我国癌症死亡的80%以上。癌症不仅严重影响患者的生命质量，而且医疗负担十分沉重，全国癌症诊治每年花费数百亿元人民币，严重制约了我国的经济的发展，影响社会和谐。

人口老龄化是肿瘤发病率上升的主导因素，其他因素包括吸烟、各种污染、不合理膳食、肥胖和缺乏体育锻炼等。我国正步入老龄化社会，若不能有效控制这些因素，今后20年间我国癌症

发病还将继续增加。我国所面临的恶性肿瘤防治形势十分严峻。

随着现代医学的进步，充分利用已知的方法来预防和治疗癌症，有1/3的恶性肿瘤可以通过改变生活方式等方法有效预防；1/3的恶性肿瘤经早期诊断、早期治疗可以获得治愈；1/3的恶性肿瘤依靠综合治疗能达到延长生存期、改善生活质量的目的，这已成为国际社会的广泛共识和明智选择。

卫生部颁发的《中国癌症预防与控制规划纲要》提出，要将癌症防治工作重心前移，从控制危险因素和早诊早治入手展开工作。为了使广大人民群众进一步了解常见癌症的相关知识，卫生部和中国抗癌协会特地委托曾益新教授及万德森教授组织并邀请多位全国知名肿瘤专家，对常见恶性肿瘤的病因、预防、治疗和康复等方面的知识逐一进行介绍，编辑成《中华人民共和国卫生部、中国抗癌协会科普宣传系列》。本系列共分十册，各分册的作者都是各自领域内久负盛名的学者，具有丰富的临床经验，熟悉患者及家属常



见的困惑和疑虑。他们运用通俗易懂的语言，图文并茂，对群众最迫切关心的热点问题作了详细的解释，并且提出了生活上的指导和建议。读者能通过阅读，加深对恶性肿瘤的认识，消除不必要的恐惧，积极预防，及早治疗，从而达到减少发病率和死亡率的目的。

衷心祝愿本系列在我国癌症控制中发挥其重要作用！

卫生部部长 中国科学院院士



2008年8月

内容简介

本系列是由中华人民共和国卫生部、中国抗癌协会组织国内相关领域专家编写的一套权威的癌症科普读物。本系列共有十册，第一册重点介绍癌症的病因与预防知识，第二册至第九册分别全面介绍我国常见癌症最新的诊断与治疗信息，第十册详细讲解癌症的康复过程与方法。本系列力求运用通俗易懂的语言，科学实用、图文并茂地介绍有关防癌、抗癌的基本知识，帮助广大读者了解癌症防治的正确方法、治疗后康复的正确措施，避免对癌症产生消极、盲目甚至是错误的看法和行为。本系列作者均为权威医学专家，从事癌症临床实践多年，对解答广大读者，尤其是癌症患者及其家属迫切需要知道的问题颇有心得。本系列是广大读者战胜癌症的好帮手，也是基层医务人员必备的癌症防治参考书。

总主编简介

曾益新，1962年10月出生，1990年中山医科大学博士毕业，2005年当选为中国科学院院士。1992~1997年留学日本、美国。回国后在中山大学附属肿瘤医院工作至今，现为该院院长、中心和教授，兼任国际EB病毒及相关疾病协会理事长、中国抗癌协会副理事长。主要从事鼻咽癌发病机制及恶性肿瘤基因治疗的研究，先后在*Nature*、*Nature Genetics*、*Cancer Research*等国内外权威杂志发表论文200余篇，并担任卫生部规划的全国研究生教材《肿瘤学》的主编、《癌症》杂志的主编及临床医学本科生教材《临床肿瘤学》的副主编。承担多项国家“863”、“973”计划项目，国家自然科学基金和广东省科研基金课题，获得中华医学科技进步一等奖、教育部自然科学一等奖、广东省科技进步一等奖及国家自然科学基金二等奖，曾获评为教育部“全国优秀骨干教师”、国务院“政府特殊津贴”专家、卫生部“有突出贡献中青年专家”、团中央“中国青年科学家奖”等。



总主编简介

万德森，肿瘤外科教授，博士生导师。曾任中山医科大学肿瘤防治中心主任、肿瘤医院院长、肿瘤研究所所长，获国务院颁发的政府特殊津贴，现兼任世界卫生组织癌症研究合作中心主任、中国抗癌协会大肠癌专业委员会主任、广东省抗癌协会副理事长兼秘书长、广东省抗癌协会大肠癌专业委员会主任。在大肠癌手术、化疗领域有深厚的造诣，多次荣获科研成果奖；致力于肠造口康复治疗和社区肿瘤防治工作。发表医学论文100余篇，主编肿瘤学专著5部，参编医学专著10部，并担任十余本专业杂志的主编、副主编和常务编委工作。



总主编及编著者简介

杨秉辉，复旦大学上海医学院内科学教授，博士生导师；国务院学位委员会学科评议组专家；中华医学会常务理事，全科医学分会主任委员；中国健康教育协会副会长。



近40年来主要从事肝癌的临床研究，主攻肝癌的早期发现，是我国肝癌筛查工作的主要创导者之一。1985年因“小肝癌的诊断和治疗”获国家科技进步奖一等奖，2001年因“肝癌二级预防的评价”获上海科技进步二等奖，2006年因《健康的生活方式》一书获国家科技进步奖二等奖等多项奖励。

主编《肝胆肿瘤学》、《原发性肝癌的研究和进展》、《癌的早期发现》、《现代内科学进展》、《全科医学概论》等专著8部，在国内外发表学术论文150余篇。并著有《健康的生活方式》、《战胜癌症》等科普著作40余部，发表科普文章近千篇。

前 言

恶性肿瘤，或通俗地称为癌症，或笼统地称为肿瘤，是严重威胁人类生命健康的一类疾病。恶性肿瘤分布广泛，无论东西南北，不分男女老幼，都可能患上此症。一些传染性疾病与营养不良症已经随着经济的发展、科技的进步而被控制或被消除，但恶性肿瘤却仍在肆虐人类。而且似乎经济越是发展，一些恶性肿瘤的发病率也越高；科技虽已明显进步，但似乎仍是奈何它不得。它们虽发生在各个不同的器官，但毁损器官功能、阻碍新陈代谢、发生转移扩散、治疗后还会复发之类的恶行却是大同小异，所以人们至今仍将其视为“瘟神”。当然，随着科技的进步，人类对恶性肿瘤的认识也在深化，诊断治疗的技术也在发展，疗效也有提高。不过许多群众对此并不了解。由于恶性肿瘤的防与治，皆需广大群众积极参与，而要动员群众积极参与防癌事业，则必先让群

众对于恶性肿瘤的基本知识及防治措施有所了解。因此卫生部、中国抗癌协会组织编写此科普系列，向群众宣传关于肿瘤防治的科学知识。

我受命编写《认识肿瘤 预防肿瘤》分册。作为一名肿瘤专业的临床医师，我深感预防工作极为重要，尤其恶性肿瘤的预防更主要取决于人们生活行为的改善，更需要人民大众了解其中的道理，从“知”到“信”到“行”，努力减少致癌因素入侵人体，树立防癌意识，定期进行防癌检查，则有可能防患于未然。所以勉力而行，写成此书。

本书分两部分。第一部分为肿瘤的基本知识，简略提及肿瘤的分子生物学研究成果和进展，重点介绍了一般群众较为关心的肿瘤诊断和治疗方面的知识。第二部分全面阐述了肿瘤的预防知识。全书共分22节，每节叙述一个问题，读者可以选择所需内容阅读，以节约时间，亦可自首而尾通读，相信必有更多收获。

书稿写成后，承上海美术馆杨巍先生绘



制精美插图，使本书生色，在此谨致谢意。

肿瘤学博大精深，我实在知之不多。而仅以数万字介绍肿瘤的基本知识与预防措施，其实更难。故书虽已写成而心中仍感不安。深望各位读者、专家学者不吝指正，今后或有机会再版时当再改正。

杨秉辉

2008年8月



编者的话

本来有一句成语叫“谈虎色变”。如今老虎成了珍稀动物，放在动物园里展览，人们不再谈虎色变，而把这个成语变成了“谈癌色变”。癌是一种恶性的肿瘤，确实是一类严重威胁全人类生命和健康的疾病。但是恶性肿瘤，也是一个可以预防和可以治疗的疾病。本书将介绍恶性肿瘤是怎样的一类疾病和怎样预防这类疾病。关于各种恶性肿瘤的诊断和治疗，留给本丛书的相关各册了。

目 录

第一部分 认识肿瘤 1

一、肿瘤问题的严重性/2

1. “20世纪的瘟疫”跟着来到了21世纪/2
2. 我国的恶性肿瘤形势严峻/4

二、癌与肿瘤是一回事吗/6

1. 肿瘤分良性与恶性/6
2. 癌是恶性肿瘤中最多见的一种/8

三、癌细胞从何而来/10

1. 人体细胞生生灭灭/10
2. 原癌基因、促癌基因、抑癌基因/11

四、癌的病因有哪些/13

1. 癌症发生的内因/13
2. 癌症发生的外因/14
3. 癌症的发生是多因素共同作用的结果/16

五、癌的形态与行为/17

1. 汉字“癌”是坚如岩石之意/17
2. 癌细胞劣迹斑斑/18

六、关于遗传和传染的问题/22

1. 癌症是多基因遗传易感性疾病/22

2. 癌症病人并不排出致癌物质/23

七、癌症的高发地区和高危对象/26

1. 研究癌症的高发地区有助于查出病因/26

2. 癌症的高危对象是防癌的重点/27

八、癌症诊断方法多多/30

1. 症状、体征加上辅助诊断/30

2. 病理诊断是“金标准”/35

九、癌症并非不治之症/40

1. 手术切除可能给病人带来根治的希望/40

2. 放射治疗与化学治疗/43

3. 生物治疗与其他治疗/46

4. 提倡综合治疗/48

十、癌症病人的康复/49

1. 治疗之后还需定期复查/49

2. 应有健康的生活方式/50

第二部分 预防肿瘤

52

一、防癌先从吃谈起/54

1. “癌从口入”/54

2. 烹调方法大有讲究/57