

插图精美 通俗易懂

健康  
有助

AIZHENG ZAOZHIDAO  
9 ZHONG AIZHENG DE ZAOQI ZHENGZHAO

# 癌症早知道

提高全民的健康素质

有病早诊早治

## 9种癌症的早期征兆

编著 王建璋

肺癌 肝癌 胃癌 食管癌 大肠癌  
乳腺癌 子宫颈癌 鼻咽癌 前列腺癌

# 谁动了我们的健康

## 您必须了解的自我检查方式

为了远离癌症 请放弃您的不良生活习惯



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

插图精美 通俗易懂

健康  
有助

AIZHENG ZAOZHIDAO  
9 ZHONG AIZHENG DE ZAOQI ZHENGZHAO

癌症 提高全民的健康素质  
早知道  
有病早诊早治

9种癌症的早期征兆

编著 王建璋

 人民军医出版社  
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

---

图书在版编目(CIP)数据

癌症早知道——9种癌症的早期征兆 / 王建璋编著. —北京: 人民军医出版社, 2011.5

ISBN 978-7-5091-4324-7

I. ①癌… II. ①王… III. ①癌-防治 IV. ①R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 224482 号

---

策划编辑: 郭威 文字编辑: 黎敏 责任审读: 张之生  
出版人: 石虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8037

网址: [www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印、装: 三河市春园印刷有限公司

开本: 850 mm × 1168 mm 1/32

印张: 4.375 字数: 109 千字

版、印次: 2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001 ~ 4000

定价: 26.00 元

---

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

## 内容提要

本书讲述了在我国死亡率位居前 9 位的癌症的早期征兆，包括：肺癌、肝癌、胃癌、食管癌、大肠癌、乳腺癌、子宫颈癌、鼻咽癌和前列腺癌，以及发现这些癌症的方法，它们的早期症状，和检查手段，一般治疗方法等知识，为读者培养更好的生活习惯，预防肿瘤提供的知识支持。



世界卫生组织癌症研究合作中心前主任  
中国医学科学院肿瘤医院前副院长  
中国医学科学院肿瘤研究所前副所长

**王建璋** 教授，1928 年生于江苏江阴，1953 年南京大学医学院毕业后分配至北京中国协和医院外科工作。1958 年调入中国医学科学院肿瘤医院。

曾任中国协和医科大学、中国医学科学院肿瘤医院肿瘤外科副主任，防癌科主任，副院长，肿瘤研究所副所长。

曾先后担任中国癌症研究基金会理事兼科普教育委员会主任委员及肿瘤探测早期诊断委员会主席、世界卫生组织癌症研究合作中心主任、中国抗癌协会理事、中国老年保健协会专家委员会委员、全国高科技健康产业工作委员会委员、《抗癌之窗》杂志专家委员等。

20 世纪 50 年代末，开展放疗和手术综合治疗食管癌的研究。60 年代在国内建立防癌科并开展北京市肿瘤登记工作。自 60 年代始，参加创建林县食管癌高发区防治研究现场。80 年代曾参与云南省个旧锡矿矿工肺癌调研工作。先后在国内外发表论文 60 余篇。主编及参加写作专业及科普书 24 部，发表科普文章 260 余篇。

1991 年获国家科委、卫生部、劳动部等 6 单位授予矿工肺癌防治荣誉奖。1992 年获中华人民共和国国务院政府特殊津贴及证书。1996 年和 1998 年两次获卫生部科技进步三等奖。2002 年 12 月国家科技部、中共中央宣传部等授予全国科普工作先进工作者荣誉证书。2008 年 3 月中国医学科学院肿瘤医院肿瘤研究所授予杰出贡献奖。

# 前 言

建国 60 年来，祖国的医药卫生工作取得了很大的成绩，全国人民的平均寿命从 40 岁左右上升到 73 岁左右。剧烈的传染病和许多地方病得到了控制。许多恶性肿瘤治疗后 5 年生存率得到了很大的提高。医疗卫生机构在全国已成网络。

但是，60 年来我国癌症的发病率逐年上升，20 世纪 50 年代在居民的各种死亡原因中，癌症死亡占各种死亡原因的第 10 位以后，到了 2008 年我国癌症死亡已是各种死亡原因的第 1 位。平均每死亡四五人中就有一人死于癌症。我们已认识到，控制癌症要预防为主，把癌症的发病率和病死率降下来。要发动群众改变不良生活习惯、远离烟草、限制饮酒、均衡饮食、积极锻炼、控制体重、保护环境、注意饮水及饮食卫生、重视身心健康、定期体检、有病早诊早治。因此有必要把防病治病的科学知识告诉广大群众，让群众有知识、有能力主动地防病治病。搞好科普工作是一个重要的、国际上通用的好方法。我们要传播科学知识，做好癌症防治的科学普及工作。

党的十六大提出要提高全民的健康素质。要想提高全民健康素质，就要通过各种形式，广泛开展健康科学知识的宣传普及。世界卫生组织早已提出：癌症的 1/3 通过预防可以避免；1/3 通过早期诊断、早期治疗可以治愈；1/3 通过治疗护理，可以减轻痛苦，延长生命。

本书内容包括癌症的基础知识，常见癌症的病因、症状、体征、治疗和预防的方法，在城市、农村预防癌症的重点，病人康复时要注意的几个方面。书中防治癌症的内容丰富，科学性强，文字简练，配有画图说明，看后能懂，对健康有助。

王建璋

2010-10-8

# 目 录

<b>第 1 章</b>	<b>揭开肿瘤与癌症的神秘面纱</b>	<b>1</b>
第一节	一膜之隔辨良恶	
	—— 良性肿瘤和恶性肿瘤（癌症）的区别	1
第二节	不可忽视的数据和趋势	
第三节	—— 癌症在我国的流行情况	3
	小基因决定大健康	
第四节	—— 细胞、基因与癌症的关系	6
	不可不防的危险因素	8
第五节	一时健康不代表不得癌症	
	—— 癌症的高危人群和早期症状	10
第六节	你必须了解的自我检查方式	
	—— 通过自我检查能发现的肿瘤（癌症）	14
<b>第 2 章</b>	<b>死亡人数最多的肺癌</b>	<b>15</b>
第一节	提高警惕辨肺癌	
	—— 肺癌的症状	15
第二节	认识肺，了解肺	16
第三节	吸烟的朋友要注意看	
	—— 我国肺癌的流行特点	17
第四节	谁动了你的肺	
	—— 引发肺癌的主要因素	19
第五节	医生可以做的事情	
	—— 诊断检查与治疗	21
第六节	得了肺癌不用怕	
	—— 肺癌病人的康复与预防要点	23

<b>第 3 章</b>	<b>肝癌不可忽视</b>	<b>25</b>
第一节	早发现, 早治疗	
	—— 肝癌的症状	25
第二节	认识肝, 了解肝	28
第三节	地域、年龄和性别与肝癌的关系	
	—— 肝癌流行特点	29
第四节	三大杀手: 感染、污染和饮食	
	—— 引发肝癌的主要因素	30
第五节	肝癌的诊断检查	32
第六节	肝癌的治疗原则与治疗方案的选择	34
第七节	肝癌可以预防	
	—— 肝癌的预防要点	37
<b>第 4 章</b>	<b>吃出来的恶性肿瘤——胃癌</b>	<b>39</b>
第一节	别不把胃痛当回事	
	—— 胃癌的常见症状	39
第二节	认识胃	42
第三节	胃癌的流行特点	43
第四节	致命的亚硝胺食物	
	—— 胃癌的主要发病因素	45
第五节	科技手段帮您忙	
	—— 胃癌的诊断检查	49
第六节	选对方案 做对手术	
	—— 胃癌的治疗原则与方案选择	50
第七节	胃癌的康复与预防要点	51
<b>第 5 章</b>	<b>不良饮食习惯易发食管癌</b>	<b>53</b>
第一节	食管癌常见的症状	53
第二节	保护食管从认识开始	
	—— 认识食管	55
第三节	地域、年龄、性别与食管癌的关系	
	—— 食管癌流行特点	56



第四节	食管癌的主要病因及危险因素 .....	57
第五节	食管癌的诊断检查 .....	58
第六节	食管癌的治疗原则与方案选择 .....	59
第七节	食管癌的康复和预防要点 .....	59
<b>第 6 章</b>	<b>运输不畅通，排泄出问题——谨防大肠癌</b> ....	<b>61</b>
第一节	大肠癌的症状 .....	61
第二节	大肠的结构 .....	64
第三节	地域、性别和年龄与大肠癌的关系 —— 大肠癌流行特点 .....	65
第四节	引发大肠癌的主要危险因素 .....	66
第五节	大肠癌的诊断检查 .....	68
第六节	手术治疗解除病痛 —— 大肠癌的治疗原则 .....	70
第七节	大肠癌的康复与预防要点 .....	70
<b>第 7 章</b>	<b>女性肿瘤第一杀手——乳腺癌</b> .....	<b>73</b>
第一节	自我检查可发现 —— 乳腺癌的症状 .....	73
第二节	认识乳房 .....	75
第三节	患病人数年年上升的乳腺癌流行特点 .....	76
第四节	乳腺癌的主要病因及危险因素 .....	77
第五节	乳腺癌的诊断检查 .....	80
第六节	乳腺癌的治疗原则与方案选择 .....	82
第七节	乳腺癌的康复与预防要点 .....	83
<b>第 8 章</b>	<b>女性肿瘤第二杀手——子宫颈癌</b> .....	<b>85</b>
第一节	子宫颈癌的症状 .....	85
第二节	认识子宫 .....	87
第三节	地域、年龄与子宫颈癌的关系 —— 子宫颈癌流行情况 .....	88
第四节	子宫颈癌的发病因素 .....	89
第五节	子宫颈癌的诊断检查 .....	92

第六节	子宫颈癌的治疗原则与方法 .....	93
第七节	子宫颈癌的预防要点 .....	94
<b>第 9 章</b>	<b>鼻咽癌 .....</b>	<b>95</b>
第一节	警惕鼻咽癌的危险信号 .....	95
第二节	鼻咽的结构 .....	97
第三节	南方多发鼻咽癌 ——鼻咽癌流行特点 .....	98
第四节	鼻咽癌的主要病因及危险因素 .....	99
第五节	鼻咽癌的诊断检查 .....	100
第六节	鼻咽癌的治疗原则 .....	101
<b>第 10 章</b>	<b>老年男性需防前列腺癌 .....</b>	<b>103</b>
第一节	前列腺癌的症状早发现 .....	103
第二节	前列腺的结构 .....	105
第三节	前列腺癌的流行特点 .....	106
第四节	前列腺癌的主要病因和危险因素 .....	107
第五节	早期诊断检查 .....	108
第六节	前列腺癌的治疗原则与预防要点 .....	110
<b>第 11 章</b>	<b>得了癌症不可怕选好方法最重要 ——不同治疗方法的选择 .....</b>	<b>111</b>
<b>第 12 章</b>	<b>防范未然早下手——防癌要点 .....</b>	<b>115</b>
<b>第 13 章</b>	<b>癌症的康复原则 .....</b>	<b>127</b>

# 第1章

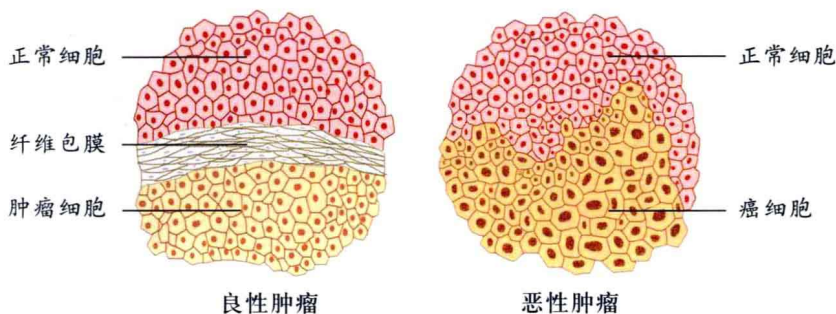
## 揭开肿瘤与癌症的神秘面纱

### 第一节 一膜之隔辨良恶

#### ——良性肿瘤和恶性肿瘤（癌症）的区别

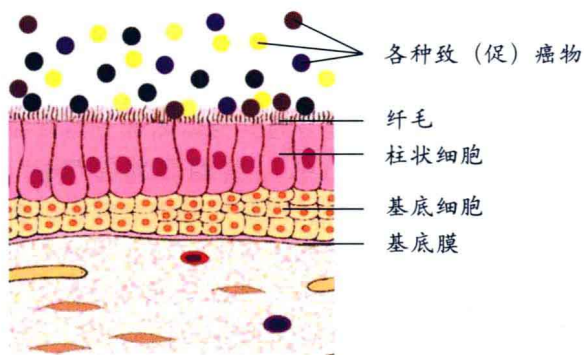
肿瘤是一大类疾病的总称，它是由于身体上的一些细胞过度生长引起的。人体是由亿万个有生命的细胞组成的。在正常情况下，身体内各器官的细胞按一定的方式和速度生长，进行新陈代谢，维持身体的正常功能。但是有时候身体内部分器官在外部或内部特殊因素长时间的作用下，出现了一些不正常的细胞，它们的生长能力特别强，生长速度特别快，没有控制地生长，就形成了肿瘤。根据肿瘤的外表、内部结构、临床表现、对人体的危害等，肿瘤可分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类。恶性肿瘤又称癌症。

良性肿瘤，一般生长较缓慢，可以在身上存在几年或几十年，膨胀性地生长，有较清楚的界限。良性肿瘤的细胞形态和正常组织的细胞形态比较接近。大多数良性肿瘤有一层纤维膜包裹，通常没有浸润性（不规则地向外侵犯）扩张。对人体的危害较小。

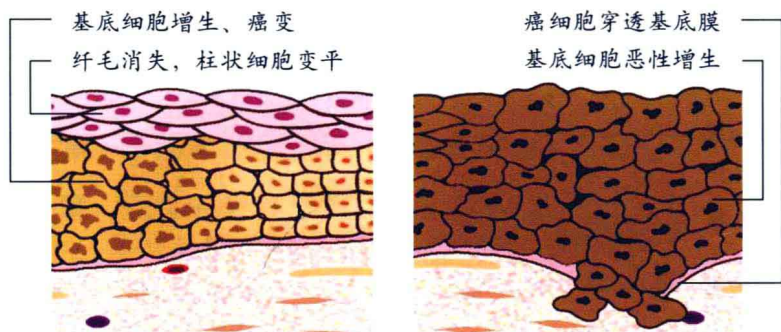


良性肿瘤常用外科手术切除治疗，切除后一般不会复发或转移。少数良性肿瘤在一定条件下，可以逐渐变成恶性，所以，良性肿瘤也要适时治疗。

恶性肿瘤生长较快，肿瘤界限不太清楚。恶性肿瘤位于人体表浅部位者，往往不易推动，浸润性生长，如不及时治疗可发生转移性癌瘤。如果治疗不彻底易于复发和转移。恶性肿瘤细胞的形态与正常细胞的形态很不相同。恶性肿瘤外面通常没有薄膜包裹，恶性肿瘤细胞向周围浸润扩张，还可能沿着淋巴管或血管扩散到身体其他器官或组织内。恶性肿瘤的发展可能危及人的健康和生命。



正常细胞



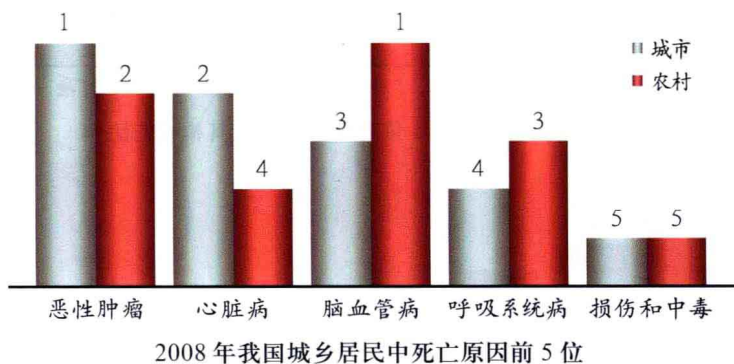
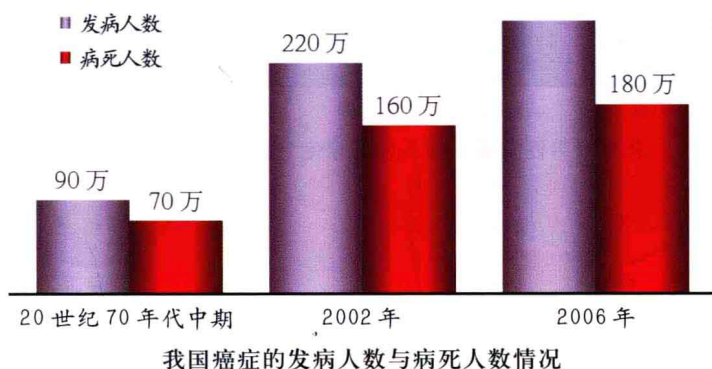
癌细胞的发展变化过程

目前国内外医师对早期和较早期的恶性肿瘤（癌症），大部分可以治愈。治疗时花费少、痛苦轻、时间短、疗效好。所以，对恶性肿瘤，要重视预防，提倡早发现、早治疗。

## 第二节 不可忽视的数据和趋势

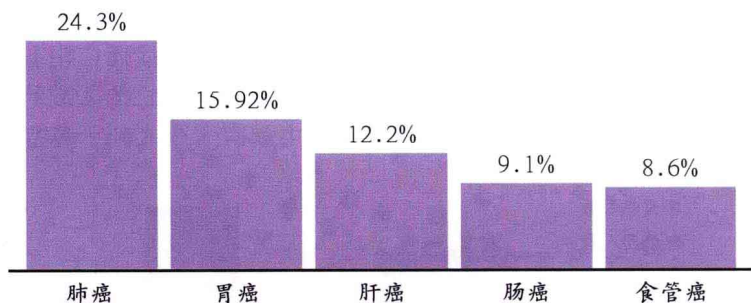
### —— 癌症在我国的流行情况

我国在 20 世纪 70 年代中期，每年癌症发病约 90 万人，每年癌症死亡约 70 万人。在 2002 我国癌症新发病例 220 万，死亡病例 160 万。在 2006 年全国第 3 次死因调查表明，我国因癌症死亡约 180 万人。比 30 年前的死亡数增加了 1 倍。全年因癌症死亡的人数约占总死亡人数的 1/4，即平均每死亡 4 个人中就有 1 个人死于癌症。

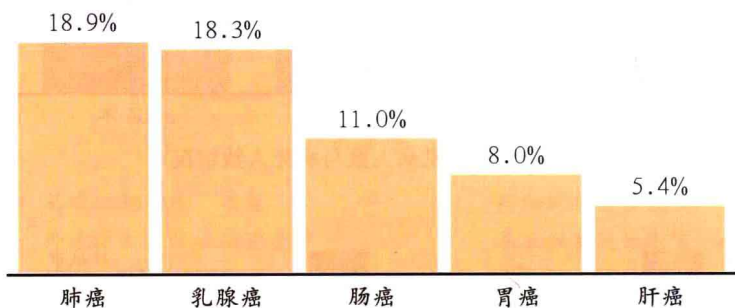


癌症是城市居民的首位死亡原因。在农村，癌症是第 2 位死因。2008 年，城市中因癌症死亡的人数占总死亡人数的 27.1%；在县和农村中，癌症死亡的人数占总死亡人数的 26.39%。

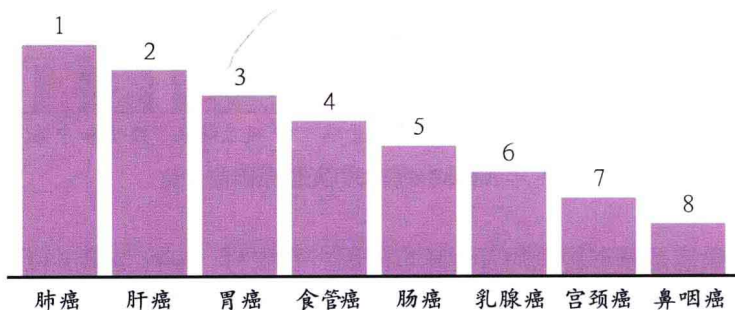
城市中以北京市为例，1992年，北京市有癌症新病人4 248人，癌症发病率男性178.5/10万；女性151.5/10万。发病率前5位的癌症名称及其构成的百分比为：



北京市男性发病率前5位的癌症名称及其构成的比例

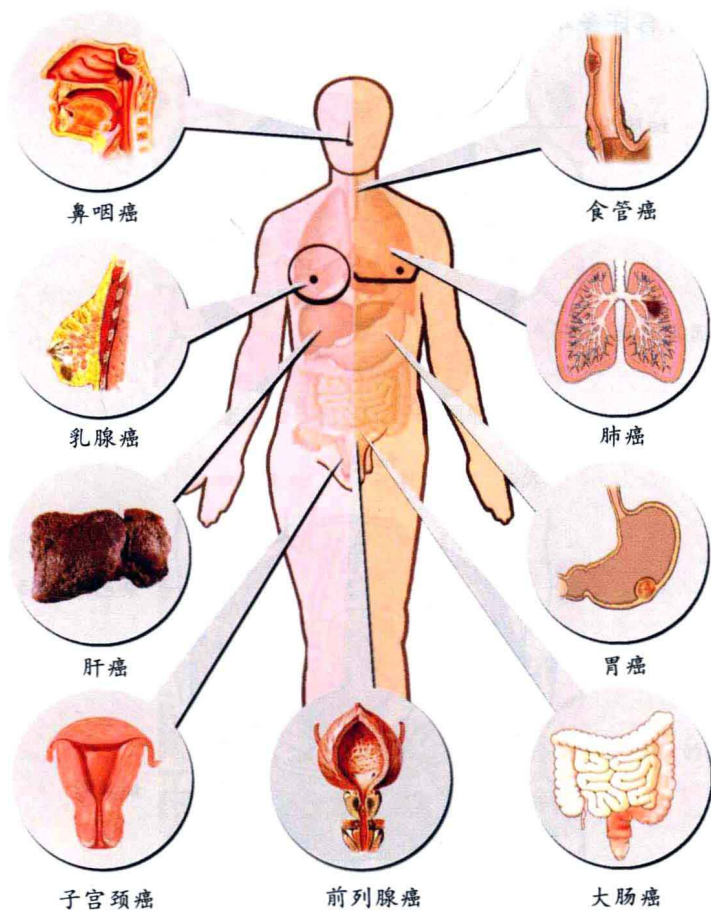


北京市女性发病率前5位的癌症名称及其构成的比例



我国病死率最高的8种癌症

我国癌症死亡率最高的癌症依次为肺癌、肝癌、胃癌、食管癌、结直肠癌、乳腺癌、宫颈癌和鼻咽癌。这 8 种癌症的死亡合计占癌症总死亡的 88% 以上。

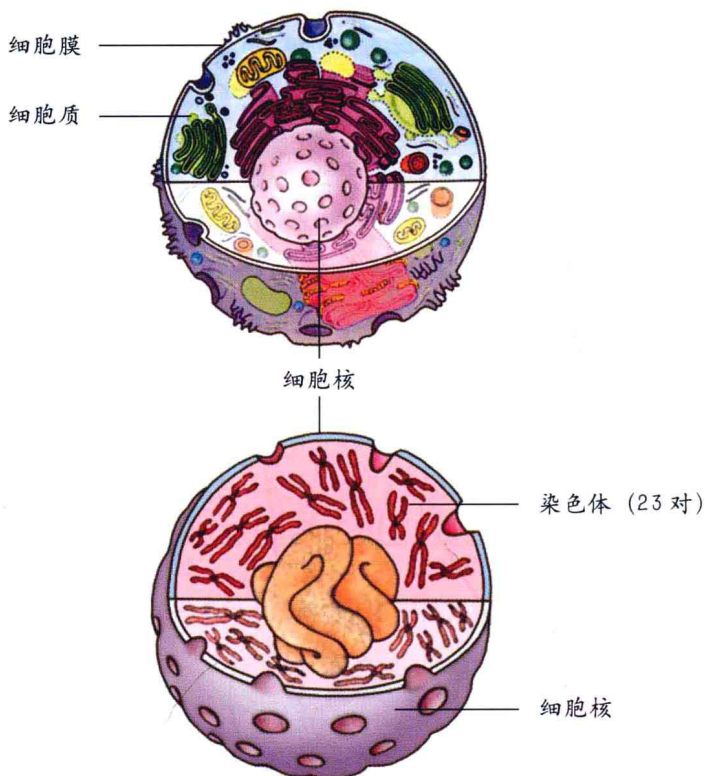


我国常见的 9 种癌症

### 第三节 小基因决定大健康

#### ——细胞、基因与癌症的关系

人体是由亿万个细胞构成，细胞是构成人体的基本单位。细胞由细胞膜、细胞质和细胞核所构成。在人体细胞核中有46条染色体，染色体含有许多不同的基因。



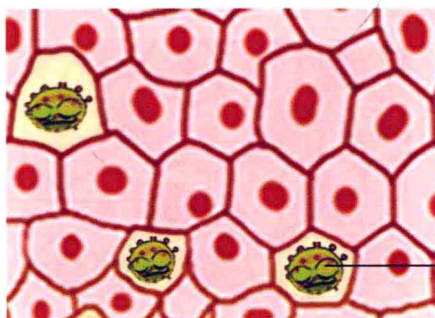
细胞的构成与细胞核中的染色体

基因是决定细胞乃至人体特征的遗传物质，赋予人种与人种之间、个体与个体之间的特征及其千差万别。在每条染色体上有1 000多个基因，每个细胞共有46 000个左右的基因。基因的突然变异、不断地变异与人类发生癌症有密切的关系。



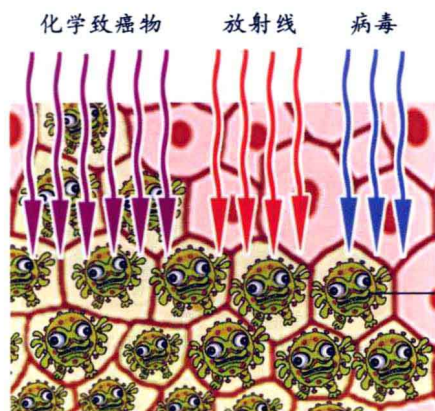
## 癌基因

人体的众多基因中，有一种特殊的基因或基因族，他们随着人体发育将慢慢地失去活性。然而，机体一旦遇到了致癌因子，特殊基因族便会骚动起来，称为基因的激活。例如当遇到化学致癌物、放射线、某些病毒等，激活的特殊基因便会永不休止地增殖而成为癌细胞。



原癌基因

常态下处于休眠状态的原癌基因



激活后的癌基因

激活后的原癌基因成为癌基因

因为这些基因原本是存在于正常细胞中的，科学家们称之为原癌基因，原癌基因遇上了致癌因子，发生了改变、有异常表现、过度地增殖，才变成有害的癌基因并形成癌细胞。