

非常健康

编著 郭伶俐 杜小莉

结-直肠癌 人造肛门

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



YZL10890113247

吴孟超

朱庆生

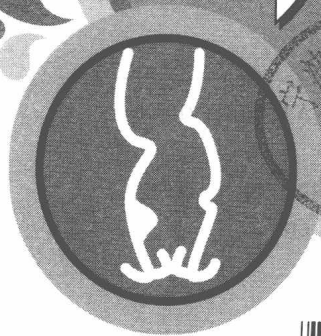
临床一线专家倾力打造的权威科普书
——科学指导饮食起居，预防保健

100
万册



编著 郭伶俐 杜小莉

结-直肠癌 人造肛门



YZLI0890113247

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

结-直肠癌·人造肛门 / 郭伶俐等编著. —南京:
江苏科学技术出版社, 2011. 1

(非常健康 6+1 丛书)

ISBN 978-7-5345-7689-8

I. ①结… II. ①郭… III. ①结肠癌-防治②直肠肿瘤-防治 IV. ①R735.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 211573 号

非常健康 6+1

结-直肠癌·人造肛门

编 著 郭伶俐 杜小莉

责任编辑 徐祝平

特约编辑 李辉芳

责任校对 郝慧华

责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009)

网 址 <http://www.pspress.cn>

集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009)

集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

经 销 江苏省新华发行集团有限公司

印 刷 江苏凤凰通达印刷有限公司

开 本 880 mm×1 240 mm 1/32

印 张 5.25

字 数 140 000

版 次 2011年1月第1版

印 次 2011年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-7689-8

定 价 17.00 元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

吴序

“让医学归于大众”是我的老师裘法祖教授在60多年前向广大医务工作者发出的号召。

近几年来，随着生活水平的不断提高，人们对生活质量越来越讲究，对身心健康越来越加重视，对医学科普知识的需求越来越迫切。因此，裘老的这句口号更是被赋予了新的时代要求。

这两年，有关健康养生类科普图书犹如雨后春笋不断涌现。然而，繁荣的背后，也有些让人担忧的隐患。在内容严谨的医学科普图书不断面世的同时，粗制滥造甚至伪科学的所谓“大家之作”趁势充斥市场，混淆视听。我们的老百姓医学知识缺乏，辨别是非的能力还不够，受害屡见不鲜。要想真正把科学的医学知识普及到广大百姓中去，我们从事临床一线工作的医务工作者必须在临床工作之余，加强医学科普图书的创作，积极响应我们的先驱裘老院士“让医学归于大众”的号召。

我在60余年的临床工作中，经常会见到生活方式、饮食习惯不良，生病后缺乏基本的医学知识的病人，小病酿大病，大病不可治，乃至被病魔夺去生命。时代呼唤优秀的医学科普图书，呼唤医务工作者将深奥的医学理论普及化，传播给老百

姓。医学科普图书的创作，有时候比医学专著更难，应该具有科学性、规范性、简洁性、可读性、实用性等特点，要求作者知识渊博、思路清晰，语言要深入浅出、活发生动，要把复杂的医学知识、深奥的发病机制用通俗易懂的文字呈现出来。

“非常健康6+1”系列医学科普丛书就是这样一套科普读物。第一辑共36本，2008年在裘法祖院士的关心和指导下面世。每本书都是由各科的专家执笔，科学性强。在第二辑扩充到了近60本的编写过程中，裘老驾鹤仙去，全体编写人员在卫生部原副部长朱庆生同志的带领下，以无比崇敬的心情，带着裘老的良好意愿继续创作，终于如期完成了这套丛书的出版。图书的内容更加丰富、实用，相比于普通的医学科普图书，模式已有一定程度的突破，逐渐走向个性化，更贴近读者。

“一个医学家要做两件事，一是做个好医生，并将科学研究搞上去；另一件，就是要做科普工作。将普通医学常识教给老百姓，很重要。希望有更多的人参与科普工作，让医学归于大众。”这是裘老的遗愿，也是对医务工作者的殷切期望。为大众健康服务，是我们不断努力、不断创新的目标。很高兴看到江苏科学技术出版社“非常健康6+1”系列医学科普丛书第二辑如期付梓，相信该丛书一定会为大众带来福音！

吴孟超

中国科学院院士
国家最高科学技术奖获得者

朱序

当今，随着经济社会的发展，生活水平的提高，人们的工作压力日益加大，生活方式发生了很大改变，对健康的要求越来越高，对健康知识的渴求也更加迫切。“让医学归于大众”，这是我国当代医学奠基人之一的裘法祖教授在1948年创办《大众医学》杂志时提出的口号。2006年初，为了向大众普及健康知识，宣传健康理念，帮助他们养成健康的生活方式，准确了解科学的医学常识，在裘法祖教授的倡导和指导下，我们特组织国内具有丰富经验的临床、营养、康复、护理乃至心理学专家、教授，联合编著了一套健康科普读物——“非常健康6+1”，第一系列丛书列共计36本，于2008年1月隆重推出。

第一系列丛书出版后，市场反响强烈。大量读者反映，通过“6+1”模式介绍疾病的诊治和病人饮食起居的方方面面，既不像一些类似专著的科学书内容艰深难懂，难以操作，也不像时下一些比较时髦的健康保健书内容空洞，可信度不高，这套书非常适合广大病人及家属参考，在保证严谨的科学性的同时，注意趣味性，形式活泼，内容浅显易懂，非常实用。阅读此书不仅可以了解医学常识，还能学会了健康的生活、工作和学习方式，学用并举，寓学于乐，是了解现代医学难

得的范本。在广大读者的强烈要求下，我们谨遵裘老的遗愿，发扬先人的精神，将医学知识普及到大众中去，将丛书规模扩大到近60本。

丛书作者均为临床一线专家，他们都具有丰富的临床经验，对于医学知识的理解和健康的体会非常深切，保证了丛书的科学性和权威性。在确保科学性的前提下，作者也特别注意遣词造句，语言生动活泼，形式图文并茂。在内容的安排上，每本书分为疾病诊治、生活起居、护理、饮食、运动、预防六个部分，每个部分写作过程中对要特别指出的问题以“专家提醒”的形式插于文中，既活化了版面，又起到警示作用。对一些读者可能感兴趣的话题和小知识，以“深度阅读”和“小贴士”的模式介绍给读者，以增加图书内容的趣味性和丰富性。

丛书的编写倾注了作者大量的心血，聘请了医学名家把脉，还征求了许多读者的建议，同时在江苏科学技术出版社编辑们的不懈努力下，内容翔实而生动。我为丛书的扩版表示祝贺。我相信，阅读她，不仅为您带来健康的理念，同时还能为您带来愉悦身心的享受。

朱度生

中华人民共和国卫生部原副部长
中国农村卫生协会会长



引言

作为一名结-直肠外科医生，在行医工作中会遇到很多确诊为结-直肠癌的患者，当把诊断明确地告诉患者本人后，他们的第一反应一般是表示质疑，我怎么可能一下子就得上这种“不治之症”呢？他会想尽一切办法再去找其他医生会诊或检查，当得出相同的诊断时，他们会进入第二个阶段——盲从阶段，虽然内心对诊断多少还心存怀疑，但认同医生诊断的意识已占主导地位，心里只有一个愿望，只要能治好我的病，做什么都可以，患者及家属会到处打听谁治疗这种病最好，谁有什么偏方，甚至听从于巫师的迷信说法和欺骗。当患者对癌症的诊治方法、效果和现状逐渐有了更多、更全面的了解时，再加上社会、经济、家庭等因素的综合考虑，患者会进入第三个阶段——理智配合阶段，也只有在此阶段患者的思考才会顾及多方面，会比较客观地面对自己的疾病，多数患者能积极地配合医生进行治疗。为何患者会出现前两个阶段，主要原因是因为他们对结-直肠癌的基本知识缺乏了解，所以，才会出现质疑、抗拒或盲目求助于非正规医疗机构，甚至延误治疗。

邵先生是一名中学教师，他最后做班主任所带领班级学生毕业后，就该光荣退休了，平时身体非常健壮，可是半年前开始出现大便带血，身体消瘦，他因为教学工作忙，总以为是痔疮发作，没有及时到医院就诊，这两天因为大便出血量明显增多，不得已才到医院检查，确诊为直肠癌，根据他的病情，医生建议他做手术，切除直肠和肛门并要做永久人造肛门。但是，他坚决不同意做人造肛门，只是做了姑息性切除手术。术后虽然也进行了放化疗，但很快因为癌症复发和转移而病故。

另一位患者米先生因为下腹疼痛、排便困难3个月，到医院做直肠镜检查发现直肠肿物，经病理活检确诊为直肠癌，接受了保留肛门的根治切除手术，并积极配合医生进行了手术后规范化的放化疗，到现在已经健康地生活了20多年了。

同样都是直肠癌，为什么有的要做肛门切除、永久人造肛门？有的就可以保留肛门？得了结-直肠癌必须手术吗？手术能治好结-直肠癌吗？怎样积极配合医生进行治疗？怎样预防结-直肠癌呢？对于这些老百姓非常关心的话题，本书用通俗易懂的语言做了详细的解答。

自测题

1. 结-直肠癌的特异性表现是 ()
 - A. 便血
 - B. 腹泻
 - C. 排便困难
 - D. 腹痛
 - E. 以上都不是
2. 结-直肠癌肿浸润肠壁一周需 ()
 - A. 0.5 ~ 1年
 - B. 1 ~ 1.5年
 - C. 1.5 ~ 2年
 - D. 2 ~ 2.5年
 - E. 2.5 ~ 3年
3. 结-直肠癌最主要的扩散途径是 ()
 - A. 血行转移
 - B. 淋巴转移
 - C. 直接浸润
 - D. 种植转移
 - E. 医源性扩散
4. 结-直肠癌最主要的治疗方法是 ()
 - A. 手术治疗
 - B. 放射治疗

-
- C. 化学治疗 D. 中药治疗
E. 基因治疗

5. () 需行腹会阴联合切除、人造肛门手术
- A. 癌肿下缘距离肛缘 10 厘米以上的直肠癌
 - B. 早期直肠癌
 - C. 发生远处转移后的直肠癌
 - D. 腹膜反折以下的直肠癌
 - E. 老年人直肠癌

6. 结-直肠癌最常见的远处脏器转移部位是 ()
- A. 肝 B. 肺
 - C. 骨 D. 卵巢
 - E. 脑

7. 下列哪项检查能取得活体组织进行病理学检查 ()
- A. CT B. MRI

- C. 肠镜 D. X线
E. B超

8. 直肠癌最常见的症状是 ()

- A. 大便变细 B. 腹痛
C. 肛门痛 D. 便血
E. 腹泻

9. () 是结-直肠癌化疗中的最基本药物

- A. 奥沙利铂 B. 5-氟尿嘧啶
C. 亚叶酸钙 D. 希罗达
E. 羟基喜树碱

10. 有关腹腔镜结-直肠癌手术下列哪项不正确
()


- A. 术中视野更清楚
B. 对机体损伤较小

-
- C. 术后恢复快
 - D. 不适于体质特别肥胖的患者
 - E. 不能达到与传统开腹手术同样的根治目的

答案

1. E 2. C 3. B 4. A 5. D
6. A 7. C 8. D 9. B 10. E

目 录



第一部分 P001
结-直肠癌的诊断
和治疗

一、结-直肠基础知识 / 004

(一) 结肠姓结和直肠姓直的道理 / 004

(二) 结肠分为几部分 / 005

(三) 结肠的外观特征 / 006

(四) 直肠在腹部的位置 / 006

(五) 结-直肠壁分几层 / 007

(六) 肛管的特点 / 007

(七) 直肠肛管周围有哪些肌肉组织 / 008

(八) 结-直肠在人体有什么用途 / 009

(九) 人体怎样管理和控制排便 / 010

二、结-直肠癌的相关知识 / 012

(一) 结-直肠癌发病的危险因素 / 012

(二) 结-直肠癌的病理与分型 / 014

(三) 结-直肠癌的扩散和转移途径 / 015

(四) 早期结-直肠癌的概念 / 016

(五) 结-直肠癌的临床表现 / 017

- (六) 怎样才能早期发现结 - 直肠癌 / 019
- (七) 怀疑患有结 - 直肠癌时做什么检查 / 020
- (八) 直肠指诊对于直肠癌诊断的重要性 / 020
- (九) 结 - 直肠癌的治疗方法 & 手术原则 / 021
- (十) 腹腔镜下结 - 直肠癌根治切除能达到根治要求吗 / 023
- (十一) 结 - 直肠癌术前需要做好肠道准备 / 023
- (十二) 结 - 直肠癌化学治疗 / 024
- (十三) 结 - 直肠癌放射治疗 / 025
- (十四) 结 - 直肠癌中医药治疗 / 026

三、人造肛门基础知识 / 028

- (一) 什么是肠造口 / 028
- (二) 人造肛门到底对身体有什么影响 / 028
- (三) 人造肛门对患者生活质量的影响 / 029
- (四) 人造肛门术前教育及肠造口的术前定位 / 030
- (五) 人造肛门的术后护理 / 030



- 一、调整心态，正确面对 / 036
 - (一) 情绪影响康复 / 036
 - (二) 正确对待人造肛门 / 037
 - (三) 如何调节情绪与心理健康 / 038
 - (四) 平心接受人造肛门肠造口 / 038

- 二、结-直肠癌患者的日常起居 / 040
 - (一) 结-直肠癌患者的起居环境 / 040
 - (二) 结-直肠癌患者的生活要规律 / 042
 - (三) 保障睡眠有利于康复 / 043
 - (四) 结-直肠癌患者应戒除烟酒 / 044
 - (五) 房事有节适度 / 046


- 三、适时地恢复工作，继续正常的运动和社交 / 048
- 四、丰富多彩的业余生活有利于身体康复 / 049
 - (一) 欣赏音乐 / 049
 - (二) 棋类活动 / 051
 - (三) 练习书法和绘画 / 052
 - (四) 养花赏花 / 053
 - (五) 养鱼养鸟心情爽 / 056
 - (六) 摄影摄像好休闲 / 058

- 五、和平共处带癌生存 / 061
- 六、定期复查 / 062

第三部分
做个称职的家庭医生

P063

- 一、结-直肠癌患者的家庭护理首先是心理护理 / 066
 - (一) 结-直肠癌患者常见的心理问题 / 066
 - (二) 对结-直肠癌患者心理护理的方法 / 067
- 二、结-直肠癌患者的护理 / 069
- 三、重症患者的日常护理 / 070
 - (一) 喂食 / 070
 - (二) 定时翻身拍背 / 070
 - (三) 大小便的护理 / 071
 - (四) 经常为患者擦浴，勤换衣裤和被单 / 071
- 四、人造肛门患者的肠造口护理 / 072
 - (一) 人造肛门排泄物的处理方法 / 072
 - (二) 肠造口袋品种繁多，哪一种适合我呢 / 075
 - (三) 保护造口及时更换 / 076
 - (四) 粘贴造口袋时注意事项 / 078
 - (五) 平日造口多清洗，舒适少烦恼 / 078
 - (六) 手术后造口周围皮肤不平整怎么粘造口袋 / 080
 - (七) 造口袋常常鼓起，没法参加社交活动如何解决 / 080
 - (八) 便秘时怎么办 / 081
 - (九) 腹泻时应对办法 / 081
 - (十) 对付臭味及腹胀的措施 / 081
 - (十一) 人造肛门术后怎样沐浴 / 081



第四部分 P083
科学饮食保健康

- 一、正常人体的营养代谢 / 086
 - (一) 营养素的分类 / 086
 - (二) 热量的摄入与消耗 / 090
 - (三) 中国居民平衡膳食宝塔 / 091
- 二、结-直肠癌患者的饮食原则 / 094
- 三、结-直肠癌饮食注意事项 / 097
 - (一) 饮食调理存在的误区 / 097
 - (二) 癌症患者要不要忌口 / 097
 - (三) 化疗期间的饮食调理 / 098
 - (四) 放疗期间的饮食如何调理 / 099
 - (五) 科学进“补”，辨证施餐 / 099
 - (六) 科学配餐 / 100
 - (七) 良好的就餐习惯和注意点 / 102
 - (八) 肠造口与饮食 / 103