



肺癌调养

黄挺 郭伟剑 张晓丽 白永瑞 编著

浙江科学技术出版社

疾病
调养
丛书



出现哪些症状应警惕肺癌

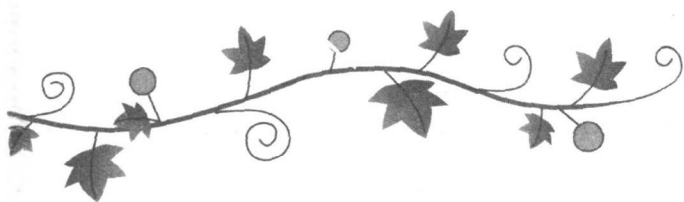
肺癌患者是否可以过性生活

肺癌患者可选择哪些抗癌饮食

戒烟有利于预防肺癌吗

告知肺癌患者病情的策略有哪些





肺癌调养

疾 病 调 养 丛 书

黄挺 郭伟剑 张晓丽 白永瑞 编著

浙 江 科 学 技 术 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

肺癌调养/黄挺等编著. —杭州:浙江科学技术出版社, 2004. 4

(疾病调养丛书)

ISBN 7-5341-2226-0

I. 肺... II. 黄... III. 肺肿瘤-基本知识
IV. R734.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 109713 号

疾病调养丛书

肺癌调养

黄挺 郭伟剑 张晓丽 白永瑞 编著

责任编辑 / 刘丹

封面设计 / 孙菁

出版发行 / 浙江科学技术出版社

地 址 / 浙江杭州市体育场路 347 号

邮 编 / 310006

印 刷 / 杭州大众美术印刷厂印刷

开 本 / 850 × 1168 1/32

印 张 / 8.5

字 数 / 152 000

版 次 / 2004 年 4 月第 1 版

印 次 / 2004 年 4 月第 1 次印刷

定 价 / 13.00 元

书 号 / ISBN 7-5341-2226-0

版权所有 翻印必究

前 言

由于环境污染的加重,吸烟等不良生活习惯的养成,肺癌的发病率逐年增高,已成为一种严重威胁人类生命的疾病。但遗憾的是,绝大部分肺癌发现较晚,即使是早期肺癌,手术治愈率也并不理想,肺癌的治疗效果还很不尽如人意,因此,调养身体、注重保健就成为肺癌患者延长生命,提高生活质量的重要措施。

基于上述认识,本书从康复调养的角度出发,从患者最关心的问题入手,以问答方式一一回答了得了肺癌后怎样随访、怎样制订康复方案、怎样安排一日三餐、怎样运动保健、怎样调节情绪、怎样选择饮食疗法等方方面面的问题。同时,为了方便阅读,对肺癌的某些常用术语、临床症状、目前使用的新药、并发症、病因等作了通俗的解释,列举了临床上一些能鼓舞人心的肺癌病例。值得一提的是,书中还收录了不少适宜肺癌患者进食的菜、汤、粥类及一些药膳,供读者选用。总之,本书是一本较全面介绍肺癌调养知识的保健书。

本书文字通俗易懂,有较强的实用性、可读性。通过此书,患者可以了解有关肺癌的调养知识,在诊断、治疗、康复过程中发挥自己的主观能动性,从而更好地

控制甚至治愈肺癌,阻止其向更坏的方向发展,以获得更长的生存时间和更高的生活质量。

限于时间,限于水平,书中错误之处在所难免,请广大读者批评指正。

编 者

2003 年 12 月

目 录

基本概念

什么是肺癌？肺癌分哪几种类型	(1)
什么叫肺癌的复发	(3)
何谓肺癌的转移？转移途径有哪些	(4)
何谓上腔静脉压迫综合征	(5)
什么叫肺癌的介入性治疗	(7)

发病与病因

肺癌的发病情况如何	(8)
肺癌的发病原因有哪些	(9)
肺癌与吸烟的关系如何	(11)
何谓被动吸烟？被动吸烟有何危害	(12)
烟草中含有哪些致癌物与促癌物	(13)
室内环境与肺癌的发病关系如何	(14)
环境中的氡与肺癌的发病关系如何	(15)
肺癌是否会遗传	(16)
心理因素与肺癌有关吗	(18)
肺癌的发生与饮食是否有关系	(19)
肺癌会不会传染	(20)
哪些职业易引起肺癌	(21)
肺癌发病有没有地区性差别	(22)

年龄、性别和遗传

	肺癌的发病与年龄、性别有关吗	(24)
	肺癌有遗传性吗	(24)
	为什么肺癌“偏爱”东方女性	(25)
	青年人的发病情况如何	(26)
2	老年人为什么容易患肺癌	(28)
	为什么会出现夫妻共患癌的现象	(29)
	为什么肺癌患者比以前多了	(30)

*

临床表现

*

肺癌调养

	肺癌有哪些症状	(32)
	为什么咳嗽、痰血要警惕患肺癌的可能	(33)
	为什么反复发热伴咳嗽要疑为肺癌	(33)
	出现哪些症状应警惕肺癌	(34)
	早期发现肺癌的措施有哪些	(35)
	为什么肺癌患者的症状容易被忽视	(35)
	中央型肺癌患者咳嗽的特点是什么	(36)
	肺癌常见的局部扩展及转移症状有哪些	(37)
	肺癌侵犯胸膜是如何引起胸腔积液的	(38)
	为什么肺癌患者有时会有眼睑下垂和上肢放射性疼痛	(39)
	肺癌患者可能出现哪些肺外症状	(39)

诊 断

	胸透及胸片在肺癌诊断中有什么价值	(41)
	为什么需密切跟踪胸部摄片为阻塞性肺炎者	(42)
	肺癌肿块的 X 线特征有哪些	(43)
	肺内发现小结节如何鉴别	(44)

CT在肺癌诊断与治疗中有哪些应用	(45)
磁共振成像检查在肺癌诊断中有何价值	(46)
肺不张形成的原因有哪些	(47)
纤维支气管镜检查的适应证有哪些	(48)
纤维支气管镜是如何检查的	(49)
纤维支气管镜检查是否是安全的	(50)
胸片发现肺部肿块如何进一步确立诊断	(51)
何谓经皮肺肿块穿刺活检	(53)
肺癌分期的目的是什么	(54)
肺癌的国际 TNM 分期是什么	(55)
肺癌患者抽血检查的目的是什么	(56)
肺癌患者除肺部检查外,还需做哪些辅助检查	(56)
正电子发射断层扫描在肺癌诊断中有什么作用	(57)
何谓放射性核素骨扫描	(58)
为什么对小于2厘米的早期肺癌要做 ECT 及脑 CT	(60)
为什么要作开胸探查术	(60)
什么是病理诊断? 获得病理诊断的方法有哪些	(61)
肺癌与肺炎如何鉴别	(62)
肺癌与肺结核如何鉴别	(63)

治 疗

肺癌的治疗原则是什么	(65)
目前治疗肺癌采用哪些方法	(66)
哪些肺癌患者适合手术治疗	(67)
手术治疗的目的是什么	(67)
手术治疗有哪些局限性	(68)
什么叫化学药物治疗	(68)
肺癌化疗的适应证有哪些	(71)
化疗停药或修正治疗方案的指征是什么	(71)

肺癌化疗效果显著吗	(72)
肺癌的化疗原则是什么	(73)
哪些情况适宜化疗	(74)
肺癌术后是否需要辅助化疗	(75)
术前新辅助化疗加外科手术治疗非小细胞肺癌的优点 是什么	(77)
肺癌患者是否需要术前治疗	(78)
化疗和放疗需联合应用吗	(79)
肺癌需综合治疗吗	(80)
支气管动脉化疗是怎么回事	(81)
治疗恶性胸腔积液的药物有几类	(82)
治疗肺癌的新药有哪些	(83)
哪些情况适宜放疗	(84)
肺癌放疗的原则是什么	(85)
何谓肺癌的质子放射疗法	(86)
何谓放射性肺炎	(87)
在放疗过程中为什么会出现全身乏力	(88)
何谓肺癌骨转移	(89)
什么是姑息治疗? 目的是什么	(90)
什么是支持性家庭治疗模型姑息治疗	(91)

中医中药

肺癌是如何辨证论治的	(92)
治疗肺癌的成药有哪些	(95)
中药对肺癌有哪些特色治疗	(98)
肺癌患者的中药外治方法有哪些	(100)
肺癌患者手术后可用什么中药	(101)
肺癌患者放疗后可用什么中药	(102)
肺癌患者化疗后可用什么中药	(102)

预后和随访

哪些因素可影响肺癌的预后	(104)
免疫功能与肺癌预后的关系如何	(105)
治疗方面的因素会影响肺癌的预后吗	(105)
年龄、性别对肺癌的预后有何影响	(106)
我国目前影响肺癌预后的医疗因素主要有哪些	(106)
治疗对肺癌预后有哪些不良影响	(107)
肺癌患者能带瘤生存,活出好质量吗	(108)
为什么要对肺癌患者进行随访	(108)
如何对肺癌患者进行随访	(109)

婚姻、妊娠与性生活

癌症患者能否结婚	(111)
肺癌患者能否生育和哺乳	(112)
肺癌患者是否可以过性生活	(113)
肺癌患者能达到性欲高潮吗	(115)
肺癌患者是否要节制性生活	(116)
肺癌患者如何恢复性活动	(117)

食疗与进补

何为食疗	(119)
肺癌患者可以吃鸡吗	(119)
肺癌患者可以吃甲鱼吗	(120)
肺癌患者常喝牛奶有什么好处	(121)
肺癌患者喝酸奶有什么好处	(121)
肺癌患者能吃蜂蜜吗	(122)
肺癌患者能吃蜂王浆吗	(123)
肺癌患者为什么要多吃豆制品	(123)

多吃香菇对肺癌患者有什么好处	(124)
肺癌患者为什么要多吃杏和杏仁	(125)
肺癌患者为什么要多吃番薯	(126)
肺癌患者能否吃胡萝卜	(126)
肺癌患者能否吃大枣	(127)
肺癌患者如何选择补药	(128)
肺癌患者能否吃人参	(129)
肺癌患者能否吃石斛	(130)
肺癌患者能否吃冬虫夏草	(130)
肺癌患者能否吃枸杞子	(131)
茶叶是如何抗癌的	(132)
肺癌患者可选择哪些抗癌饮食	(134)
肺癌患者可选择的药膳有哪些	(141)
常用清热解毒散结的药膳有哪些	(147)
常用益气滋阴补血的药膳有哪些	(148)
常用健脾开胃的药膳有哪些	(149)
常用的温里药膳有哪些	(150)
常用补益肺脾的药膳有哪些	(151)
肺癌患者可选择哪些抗癌药茶	(153)
其他抗癌食物有哪些	(155)
哪些蔬菜抗癌作用较强	(166)

饮食调养

肺癌患者为什么会出现营养不良	(168)
肺癌患者营养不良有哪些危害	(170)
肺癌患者所需的营养量是多少	(170)
肺癌患者摄入足量的蛋白质有什么好处	(171)
肺癌患者为什么要少吃脂肪	(172)
肺癌患者为何要摄入足够的碳水化合物	(173)

肺癌患者为什么要多吃含纤维素的食物	(174)	
肺癌患者进行饮食调养的原则有哪些	(175)	
吃素的肺癌患者进行饮食调养的原则有哪些	(176)	
肺癌患者的进食途径有哪几种	(178)	
肺癌患者如何选用饮食	(179)	
肺癌患者如何忌口	(182)	
维生素 A 是怎样防癌抗癌的	(183)	7
B 族维生素是怎样防癌抗癌的	(185)	
维生素 C 是怎样防癌抗癌的	(186)	
维生素 E 是怎样防癌抗癌的	(187)	*
硒是怎样防癌抗癌的	(187)	
锗是怎样防癌抗癌的	(189)	
锰是怎样防癌抗癌的	(190)	
锌是怎样防癌抗癌的	(190)	
镁是怎样防癌抗癌的	(191)	*
其他哪些无机盐也能防癌抗癌	(191)	
放疗、化疗患者如何进行饮食调养	(192)	

康复锻炼与生活起居

什么是康复	(195)	目
哪些因素对癌症患者的康复很重要	(196)	录
为什么癌症的集体心理治疗效果显著	(197)	
什么是家庭康复治疗	(199)	
家庭康复治疗包括哪些内容	(199)	
家庭康复对肺癌患者有何意义	(201)	
肺癌患者康复锻炼的原则有哪些	(201)	
肺癌患者可选择的锻炼方法有哪些	(202)	
肺癌患者可常做的体操有哪些	(203)	
肺癌患者如何养成良好的生活规律	(208)	

肺癌患者体力活动的评定标准是什么	(210)
------------------------	-------

情绪调节

怎样保持心理健康	(212)
癌症患者常见的正常心理反应有哪些	(213)
如何处理肺癌患者常见的心理障碍	(213)
什么是适应障碍? 如何处理	(215)
如何对待患者及其家属对癌症的不恰当认知	(216)
什么是焦虑性精神障碍? 如何治疗	(217)
肺癌患者出现恐惧情绪怎么办	(219)
肺癌患者出现愤怒情绪怎么办	(220)
肺癌患者变得很孤僻怎么办	(220)
如何告知肺癌患者病情	(221)
对癌症患者保密性医疗弊大还是利大	(223)
告知肺癌患者病情的具体策略有哪些	(224)
什么是肺癌患者战胜疾病的有利武器	(226)
影响疼痛的心理-社会因素有哪些	(227)
对肺癌疼痛可采取哪些心理干预	(228)
怎样发挥家属的巨大作用	(230)

护 理

对肺癌患者常见的症状怎样护理	(232)
对肺癌患者常见的并发症如何护理	(233)
肺癌患者的家属应掌握哪些生活护理	(234)
怎样对化疗患者进行护理	(235)
怎样对放疗患者进行护理	(237)
对放疗引起的局部皮肤反应应如何护理	(238)

预防与误区

癌症可以预防吗	(240)
肺癌的预防和普查工作有哪些	(241)
精神因素与肺癌的预防有关吗	(242)
吸烟与肺癌的预防有关吗	(243)
哪些人群是肺癌的高危人群	(244)
被动吸烟者的健康会受到哪些危害	(244)
戒烟有利于预防肺癌吗	(245)
既喝酒又抽烟会增加发生肺癌的机会吗	(246)
饮食与癌症的预防有关吗	(246)
食物有助于抑制肺癌的发生吗	(248)
红葡萄酒可防癌吗	(248)
防癌饮食应如何因人而异	(250)
我国居民应采取怎样的防癌抗癌膳食	(251)
如何消除食物中的致癌物	(254)



基本概念

什么是肺癌？肺癌分哪几种类型

肺是人体内重要的器官之一，属呼吸系统，其主要功能为进行气体交换，即吸入氧气，排出二氧化碳。此外，它还具有排除致病菌与微生物、维持人体水平衡与酸碱平衡、产生激素等功能。肺从上到下，由气管、支气管、细支气管、肺泡等组成。肺癌也称为原发性支气管癌，是最常见的肺部原发性恶性肿瘤。肺癌大多数起源于支气管粘膜上皮细胞的癌变，再向肺泡发展，少数先发生在肺泡上皮，再向支气管蔓延。肺癌的发展大致可分为3个阶段。第一阶段，正常细胞发展为间变细胞，即从正常细胞向癌细胞过渡的阶段，此时无明显临床症状，痰液检查可能发现间变细胞。第二阶段，逐渐演变为原位癌，此时细胞已经癌变，肿瘤已经形成，但肿瘤局限在粘膜内，还未通过粘膜下面的基底层侵犯到周围组织。原位癌是癌的最早期，故又称为0期癌，此时如手术切除即可完全治愈，但因常无临床症状，故难以被发现。第三阶段，由原位癌发展为浸润性癌，肿瘤不断发展，引起咳嗽、咳痰、痰中带血、胸痛、气

急等症状,肿瘤也可向远处转移,并出现相应的症状。

在确定为肺癌以后,还需了解肺癌的分类,为治疗做准备。如按解剖学分类,肺癌可分为:

(1)中央型肺癌 生长在叶、段以上的支气管,位于肺门附近,约占 $3/4$,以鳞状上皮细胞癌(简称鳞癌)和小细胞未分化癌多见。

(2)周围型肺癌 生长在段以下的支气管,位于肺边缘,约占 $1/4$,以腺癌较为常见。

如按组织学分类,肺癌的常见类型包括:

(1)鳞癌 为最常见的类型;约占原发性肺癌的 $40\% \sim 50\%$ 。肿瘤多生长在接近肺门的叶、段支气管,并有向管腔内生长的倾向,常早期引起支气管狭窄,导致肺不张或阻塞性肺炎。鳞癌生长缓慢,转移晚,手术切除的机会相对多,但对放射治疗(简称放疗)和化学药物治疗(简称化疗)不如小细胞未分化癌敏感。

(2)腺癌 女性多见,与吸烟关系不大,多起源于肺边缘小支气管粘膜上皮。腺癌倾向于管外生长,但也可循肺泡壁蔓延。腺癌富含血管,故局部浸润和血行转移较鳞癌早,易转移。

(3)小细胞未分化癌 简称小细胞癌,包括燕麦细胞型、中间细胞型、复合燕麦细胞型,是肺癌中恶性程度最高的一种,占原发性肺癌的 $10\% \sim 15\%$ 。多发于肺门附近的大支气管,倾向于粘膜下层生长。癌细胞生长快,侵袭力强,远处转移早,常转移至脑、肝、骨、肾上腺等脏器,但对放疗和化疗比较敏感。

鳞癌和腺癌在临床特点、预后、治疗等方面均较相

近,又统称为非小细胞肺癌(以区别于恶性程度高、易转移的小细胞肺癌),治疗首选手术,不能手术的可行放疗或局部化疗,同时可辅以全身化疗、中药等;而小细胞肺癌则以全身化疗为主,辅以手术或放疗等局部治疗。

除这3类外,还有临床上比较少见的病理类型,如大细胞癌、腺鳞癌、类癌、癌伴肉瘤成分等。

什么叫肺癌的复发

肺癌经过治疗消退后,在原来肺癌的所在部位重新长出肿瘤,新长出的肿瘤与原来肺癌的细胞类型相同,这就是肺癌的局部复发。一般所称的复发即指局部复发,而广义的复发除局部复发以外,还包括远处转移。

肺癌复发的原因是多方面的,最主要的因素是治疗不彻底,如手术未切除干净,放疗和化疗未能杀灭所有癌细胞,使肿瘤表面上消失,而实际上还残留有一些癌细胞。这些残留的癌细胞在一定的条件下可死灰复燃,迅速发展,导致肺癌复发。肺癌复发的危险性也与多种因素有关,如癌细胞的恶性程度与生物学行为、肺癌分期的早晚、治疗的效果,以及患者的身体状况、心理状态、免疫功能等。