

AIDE
FANGZHI
YU
KANGFU



的防治
与康复

洪元康 赵德明 主编

四川辞书出版社

癌的防治与康复

洪元康 赵德明 主编

四川辞书出版社

一九八九·成都

责任编辑：杨宗义

封面设计：黄薇

技术设计：周世清

癌的防治与康复

洪元康 赵德明 主编

出版：四川辞书出版社

成都市盐道街三号 邮政编码610016

发行：四川省新华书店

印刷：四川省军区印刷厂

开本：787×1092毫米 1/32

版次：1989年5月第一版

1989年5月第一次印刷

印张：9.25 字数：200千

印数：1—20000

ISBN7—80543—070—5/R·5

定价：2.80元

前 言

当今，癌症仍在威胁着人类的生命健康。为普及防癌知识，我们于1987年7月4日起，在《成都科技报》“癌症漫谈”专栏中，每期撰写一篇有关癌症防治和康复等方面的文章。连载一年多来，深受广大群众、癌症患者及其亲属，以及基层医务人员的广泛欢迎。不仅争相购买每期的《成都科技报》，还纷纷登门来访或来信索要有关资料，询问有关癌症的诊治和预防等方面的问题，并建议成书出版。为了使大家提高对癌症的警惕性，熟悉癌症的病因，识别癌症的早期信号，以期达到早期发现、早期诊断和早期治疗的目的，我们将“癌症漫谈”专栏中连载的文章加以充实整理，编章分节，汇编成册，作为一本普及防癌知识的通俗读物，奉献给读者。

由于编者的学识水平有限，缺点和错误在所难免，敬请读者批评指正。

洪元康 赵德明

1988年9月

编写人员名单

主 编 洪元康 赵德明

编写人员 (以姓名笔划为序)

方亚声 方忠汉 田一川 李和群 吴乙黎
吴敦德 辛 秦 陈占德 罗昌俊 罗 萍
赵德明 咎志明 洪元康 胥永忠 梅治家
彭光大 曾兴炳 蔡都

目 录

前 言

第一部分 总论	(1)
一、 什么叫肿瘤、癌和癌症.....	(1)
二、 良性肿瘤与恶性肿瘤有何区别.....	(2)
三、 当前恶性肿瘤的发病情况.....	(4)
四、 当今世界的八大癌症.....	(5)
五、 患癌症的人为什么越来越多.....	(6)
六、 怎样才能减少癌的转移.....	(7)
七、 什么是癌症的三级防治措施.....	(8)
八、 如何预防癌症患者的感染.....	(9)
九、 当前治疗癌症的趋势.....	(10)
十、 治疗癌症疼痛的指导方针.....	(13)
十一、 癌症研究的五个难题.....	(14)
十二、 让全社会都来关怀癌症病人.....	(16)
第二部分 癌症的病因	(18)
一、 环境与癌症.....	(18)
二、 化学物质与癌症.....	(19)
三、 金属、非金属与癌症.....	(21)
四、 职业与癌症.....	(24)
五、 吸烟与癌症.....	(26)

六、	药物与癌症·····	(28)
七、	霉菌毒素与癌症·····	(29)
八、	饮食与癌症·····	(31)
九、	偏食与癌症·····	(33)
十、	脂肪与癌症·····	(35)
十一、	咖啡与癌症·····	(36)
十二、	电离辐射与癌症·····	(38)
十三、	阳光与癌症·····	(39)
十四、	假牙与口腔癌·····	(40)
十五、	木工与鼻腔、鼻窦癌·····	(41)
十六、	早婚、多产与子宫颈癌·····	(42)
十七、	乙型肝炎、肝硬化与肝癌·····	(44)
十八、	结核与癌症·····	(47)
十九、	隐睾与睾丸肿瘤·····	(49)
二十、	免疫与癌症·····	(50)
二十一、	遗传与癌症·····	(52)
二十二、	精神因素与癌症·····	(55)
二十三、	养鸟与肺癌·····	(57)
第三部分	癌症的信号 ·····	(58)
一、	警惕癌前病变·····	(58)
二、	癌症有哪些信号·····	(59)
三、	怎样早期发现癌症·····	(61)
四、	颈部肿块是癌症的信号·····	(63)
五、	皮肤发痒是癌症的信号·····	(64)
六、	特发性深静脉血栓形成是潜在癌的信号·····	(65)
七、	癌症患者的舌象·····	(67)
八、	脑肿瘤的早期信号·····	(67)

九、	鼻咽癌的早期信号·····	(69)
十、	鼻腔出血要警惕癌症·····	(70)
十一、	舌癌的早期信号·····	(72)
十二、	喉癌的早期信号·····	(73)
十三、	肺癌的早期信号·····	(74)
十四、	警惕隐性肺癌·····	(76)
十五、	肩臂胸痛要警惕肺上沟瘤·····	(77)
十六、	食管癌的早期信号·····	(77)
十七、	胃癌的早期信号·····	(80)
十八、	残胃癌的信号·····	(82)
十九、	大肠癌的早期信号·····	(83)
二十、	肝癌的早期信号·····	(84)
二十一、	无痛性黄疸是癌症的信号·····	(86)
二十二、	警惕胰腺癌·····	(88)
二十三、	无痛性血尿是泌尿道癌症的信号·····	(89)
二十四、	乳腺癌的早期信号·····	(91)
二十五、	阴道异常出血与子宫颈癌·····	(93)
二十六、	恶性淋巴瘤的早期信号·····	(94)
第四部分	诊断癌症的方法·····	(96)
一、	自我检查·····	(96)
二、	医务人员的检查·····	(97)
三、	放射学检查·····	(98)
四、	放射诊断学中的高技术·····	(100)
五、	CT 扫描·····	(101)
六、	放射性核素检查·····	(103)
七、	磁共振成像·····	(104)
八、	正电子放射体层扫描成像·····	(105)

九、	超声波检查·····	(106)
十、	体液与排泄物检查·····	(107)
十一、	细针吸取活检·····	(109)
十二、	内窥镜检查·····	(110)
十三、	病理学检查·····	(111)
十四、	生化检查·····	(112)
第五部分	癌症的治疗·····	(116)
一、	癌瘤的手术治疗·····	(116)
二、	癌瘤的放射治疗·····	(119)
三、	放射治疗中的化疗增敏·····	(123)
四、	放射治疗反应的处理·····	(123)
五、	癌瘤的化学药物治疗·····	(125)
六、	常见癌瘤的联合化疗方案·····	(130)
七、	肿瘤化疗中的输血与成份输血·····	(132)
八、	癌瘤的激素治疗·····	(135)
九、	癌瘤的免疫治疗·····	(139)
十、	胸腺抗癌·····	(143)
十一、	癌瘤的加温治疗·····	(144)
十二、	癌瘤的冷冻治疗·····	(147)
十三、	癌瘤的激光治疗·····	(149)
十四、	癌瘤的中医药治疗·····	(151)
十五、	癌症治愈的标准·····	(155)
十六、	评价癌症治疗效果的新见解·····	(158)
第六部分	癌症患者的康复·····	(159)
一、	癌症患者康复的意义·····	(159)
二、	癌症患者的调养与康复·····	(160)
三、	癌症患者的饮食康复·····	(163)

四、	癌症患者的饮食禁忌·····	(164)
五、	癌症患者的“药粥”·····	(167)
六、	体育锻炼促进癌症患者的康复·····	(170)
七、	气功与癌症患者的康复·····	(171)
八、	心理因素与癌症患者的康复·····	(174)
九、	鼻咽癌患者的康复·····	(175)
十、	喉癌患者的康复·····	(177)
十一、	乳腺癌患者的康复·····	(178)
十二、	肺癌患者的康复·····	(180)
十三、	食管癌患者的康复·····	(182)
十四、	食管癌患者的饮食·····	(183)
十五、	胃癌患者的康复·····	(184)
十六、	大肠癌患者的康复·····	(186)
十七、	妇科癌症患者的康复·····	(187)
十八、	癌症患者的家庭病房护理·····	(189)
十九、	癌症患者的随诊·····	(191)
第七部分	癌症的预防·····	(194)
一、	消除或减少致癌因素的作用·····	(194)
二、	预防及治疗癌前期病变·····	(195)
三、	大力开展防癌宣传, 积极做好预防检查·····	(196)
四、	注意饮食卫生, 及早预防癌症·····	(197)
五、	多吃蔬菜水果可以防癌·····	(199)
六、	防霉与防癌·····	(200)
七、	胡萝卜与防癌·····	(201)
八、	酸牛奶与防癌·····	(202)
九、	饮茶与防癌·····	(204)
十、	常吃玉米可防癌·····	(204)

十一、香菇、草菇有抗癌作用·····	(205)
十二、维生素A与防癌·····	(206)
十三、维生素B与防癌·····	(206)
十四、维生素C与防癌·····	(207)
十五、维生素E与防癌·····	(208)
十六、常吃海带可防乳腺癌·····	(209)
十七、预防膀胱癌的办法·····	(210)
十八、如何预防阴茎癌·····	(211)
十九、消灭蟑螂预防癌症·····	(212)
二十、防癌炒菜法·····	(213)
二十一、防癌歌谣·····	(213)

第八部分 癌症问答····· (215)

一、患了癌症怎么办·····	(215)
二、为什么中、老年人容易患癌症·····	(216)
三、后吸痰带血是什么原因造成的·····	(219)
四、鼻咽癌患者放疗后为什么还有涕血·····	(220)
五、鼻咽癌患者放疗后口干怎么办·····	(221)
六、鼻咽癌复发可以再治疗吗·····	(222)
七、喉部不适与进食发梗是一种病吗·····	(223)
八、全喉切除后不能讲话吗·····	(225)
九、心窝痛是胃病吗·····	(226)
十、经常腹泻是慢性肠炎吗·····	(227)
十一、出现血尿是什么病·····	(229)
十二、乳房长了包块怎么办·····	(230)
十三、哪些女性易患乳腺癌·····	(232)
十四、早婚、多产有什么害处·····	(233)
十五、癌症患者为何易患带状疱疹·····	(235)

十六、	癌症对性功能有影响吗·····	(236)
十七、	癌症患者能结婚、生育吗·····	(237)
十八、	癌症患者能吃鸡吗·····	(239)
十九、	穿山甲、龟、甲鱼能治癌吗·····	(239)
二十、	人与癌可以共存吗·····	(240)
二十一、	癌症患者可以自愈吗·····	(241)
二十二、	为何心脏极少发生癌·····	(241)
二十三、	化妆品会致癌吗·····	(242)
二十四、	什么叫“夫妻癌”·····	(243)
二十五、	什么叫恶性淋巴瘤·····	(244)
二十六、	什么叫肿瘤的倍增时间·····	(245)
二十七、	放疗病人应注意哪些事情·····	(246)
二十八、	为什么癌症患者转治时要带资料·····	(249)
二十九、	爱滋病是癌症吗·····	(250)
附 录	·····	(254)
一、	癌瘤客观疗效评定标准·····	(254)
二、	中数缓解期、中数稳定期及中数生存期·····	(254)
三、	癌瘤患者健康状况评分标准·····	(255)
四、	常用肿瘤统计指标和计算方法·····	(256)
五、	癌瘤分期简介·····	(257)
六、	主要抗癌药物中英文名称、商品名、别名及简写符号·····	(279)

第一部分 总 论

一、什么叫肿瘤、癌和癌症

在我们的日常生活中，常常可以听到有些人说：“××得了×癌”。在病人之间也互相询问“你患的是什么肿瘤”、“他得的是什么癌症”等等。

以上三个名称既有共同点，也有其本质上的差别。共同点是，它们在人体的表面或深部的组织器官一般都可看到、摸到或通过化验和仪器可以发现到非生理性的或发育上的异常色块或肿块。其形成是因为身体中某一部分正常细胞在某种致癌因素的作用下，失去对它的控制，而呈自发的、异常的增殖，形成了一种肿块，我们称它为“肿瘤”。它们之间的差别呢？如果是良性肿瘤，一般而言不影响患者的身体健康；而癌或癌症则对患者的生命健康有极大的危害性。此外还可从各自的外来含义或名称稍加说明。

所谓肿瘤(Tumor)，有“成块”(Mass)或“成堆”(Plump)之意，但并不特指该肿瘤是良性或恶性，所以肿瘤常常包括“癌”和“瘤”的总称。这种称呼非常笼统，为广义性。

而癌(拉丁文为Cancer，希腊文是Carcinoma)则一定是恶性肿瘤。它在皮肤与内脏器官覆盖的粘膜上皮组织发

生。按上皮组织的不同性质又可分为以下几种情况，如在皮肤鳞状上皮发生的癌，叫做鳞状上皮细胞癌；在子宫颈腺上皮发生的癌，叫做腺癌；若在胃或直肠的粘液上皮发生的癌，则叫粘液腺癌等。

癌症是恶性肿瘤 (Malignant tumor) 的总称。它除了包括上述的各种癌外，也包括中胚层、间叶组织或淋巴组织发生的恶性肿瘤。这种恶性肿瘤不叫癌，而称为“肉瘤” (Sarcoma)。例如骨组织发生的恶性肿瘤叫骨肉瘤，纤维组织发生的恶性肿瘤称纤维肉瘤，脂肪组织发生的恶性肿瘤叫脂肪肉瘤，而肌肉组织或肌腱发生的恶性肿瘤，则分别称为肌肉瘤 (如平滑肌肉瘤、横纹肌肉瘤) 或滑膜肉瘤。如在淋巴组织发生的恶性肿瘤，总称为恶性淋巴瘤。

此外，还有一些特殊情况的称呼，如中胚层发生的恶性肿瘤，本应称肉瘤，但不叫肉瘤而称为“病”或“瘤”。如血液细胞发生的恶性肿瘤称之为“白血病” (俗称血癌)；骨髓细胞发生的恶性肿瘤，又称为“骨髓瘤”等。又如，外胚层神经组织发生的恶性肿瘤并不称为“癌”，也不叫“肉瘤”或“病”，而称为“瘤”。例如在脑组织发生的恶性肿瘤有胶质细胞瘤、室管膜瘤及髓母细胞瘤等恶性肿瘤。

二、良性肿瘤与恶性肿瘤有何区别

人体各种组织均可发生良性 (Benign) 与恶性 (Malignant) 肿瘤，如何区别它们呢？我们认为可从下面几点来判断：

- 1、病程与生长速度：良性肿瘤 (肿块) 病史可以很短 (数天) 或很长 (数年~数十年)。在很短时间内出现的

肿块多为急性炎症所致的区域性淋巴结肿大。常见的如头皮、牙龈、口腔、咽喉的急性炎症所致的颌下、颈部淋巴结肿大；乳腺炎所致的腋窝淋巴结长大；以及脚癣（俗称香港脚）感染所致的腹股沟（大腿根部）淋巴结长大。这种情况，患者常伴有发烧、肿块疼痛等征象，经抗感染治疗后，肿块即可全部或基本消散。而肿块已出现数年或十多年者，或甚至出生后就有的，则多为先天性的肿块或其它良性肿瘤。它们生长缓慢，数年、甚至数十年都无明显增大，疼痛也不显著，对病人生活、工作都无影响。而恶性肿瘤的肿块，当其发现时一般都有数个月的病程了，且生长快，开始常不伴有任何疼痛。有人对身体出现的肿块总结出“七”字规律来初步判断它的性质：凡七天内出现的肿块，多为炎症性，七个月内出现的肿块则为肿瘤性，而七年内出现的肿块则为先天性。

2、肿块色泽：良性肿瘤表面所覆盖的皮肤与邻近皮肤的色泽相同，而炎性肿块可呈微红色，此乃毛细血管充血所致。血管瘤的表面皮肤可呈青紫色或可见怒张的血管网。而恶性肿瘤的皮肤表面有的张力较高、光滑；有的呈橘皮样或暗褐色；有的表面甚至溃烂、坏死。

3、肿块的硬度：良性肿瘤扪之较软，有的呈囊状感，压后可退缩，有的还可扪到小的硬性结节样物；边界非常清楚；表面温度与对侧相同部位一样；推之包块可活动，与深层结构和表面皮肤无粘连。而恶性肿瘤扪之较硬，有的甚至如“岩石”一样的硬；常与深层结构与皮肤表面粘连，故推动时不活动；与四周界线不清，压之不缩小；表面温度较高。

4、对生命的影响：良性肿瘤一般对健康和生命无任何影响，当发生在某些重要器官部位时，仅可产生压迫等症。

状，一般不转移。但个别良性肿瘤在经历很长一段时期后偶可恶变。故在未明确诊断前，身上的任何肿块都应及早去诊治。而恶性肿瘤对健康与生命威胁较大，因它不仅生长快，而且在较早期便可侵犯周围正常组织，更危险的是，它还容易经过淋巴管、血管蔓延到全身。因此，对恶性肿瘤应及早发现、及早诊断和早期治疗。随着诊疗技术的进展，当前约有50%的恶性肿瘤病人可望治愈。

三、当前恶性肿瘤的发病情况

恶性肿瘤已是常见病、多发病，全世界每年净增2%。据美国《癌症中心通报》报导，1986年美国人各种癌死亡率在癌症总死亡率中的比例是：肺癌35%（男）及19%（女），结肠癌男女分别为11%与14%，乳癌18%，白血病与淋巴瘤9%，泌尿道癌5%，卵巢癌5%。口腔癌男女分别为3%与1%，皮肤癌男女分别为2%与1%，胰腺癌5%，子宫颈癌4%，其它癌瘤合计男女分别为20%与21%。

另据美国癌症协会1984年统计，当年新诊断癌症病例132万，其中包括浸润性癌87万，子宫颈原位癌4.5万，女性乳腺原位癌0.5万，以及非黑色素性皮肤癌40万。

我国现在恶性肿瘤年发病率估计约200多万人，死亡约100多万人。在我国人口十大死因中，恶性肿瘤的死亡仅次于呼吸系统疾病而名列第二，个别省市为第一位。1974~1978年全国大规模的调查表明，我国恶性肿瘤死亡率（男女合计）前十位由高到低依次是胃癌（23.03%）、食管癌（22.34%）、肝癌（15.08%）、子宫颈癌（7.56%）、肺癌（7.43%）、肠癌（5.29%）、白血病（3.77%）、鼻咽癌（2.81%）、

乳癌(2%)、脑瘤(1.87%)。这十大癌症合计占全部癌症患者死亡率的91%，其中居前三位的胃癌、食管癌和肝癌，共占全部恶性肿瘤死亡率的一半以上。现在，上述十大肿瘤已作为今后研究的重点。

在我国，恶性肿瘤的发病率及死亡率还因性别、年龄、民族以及地区的不同而异。如一般男性高于女性，但甲状腺癌女性高于男性。少儿期(14岁以下)以白血病、脑瘤、恶性淋巴瘤最高；青年期(15~34岁)以白血病、鼻咽癌、骨肉瘤常见；中年期(35~59岁)与老年期(60岁以上)则以胃、食管癌、肺癌、肝癌及子宫颈癌最高。华东沿海各省及西北、华北等地区高于中南、西南等地区；城市高于农村，其中肺癌、胃癌、肝癌城市明显高于农村；河南林县食管癌发病率占全国首位；广东、广西、福建、江苏、浙江、四川等南方诸省的鼻咽癌发病率也明显高于北方各省。因此，我们应做到有重点、有计划地进行不同癌症的流行病学调查，以便进一步弄清病因，达到早期发现、早期诊断和及早治疗的目的。

四、当今世界的八大癌症

据世界卫生组织的最新资料显示，世界八大癌症中，胃癌发生率居首位。每年各种癌症发生情况如下：

- 1、胃癌：约68万宗，多发生于日本、苏联和东欧。
- 2、肺癌：约59万宗，世界各地均有，在发达国家有下降趋势，而发展中国家有所增加。
- 3、乳癌：约54万宗，在日本和中国都有增加。
- 4、结肠癌：约51万宗，西方国家较普遍。
- 5、子宫颈癌：约46万宗，在西方国家有所下降，而在南非、非洲和中国则有上升趋势。
- 6、口腔癌：34万宗，印