



常见病配合治疗丛书

健康教育
去医院看病
配合医生治疗
自我监测
并发症预防
家庭自我疗法
长期保健策略

丛书主编 王庆国
本书主编 胡凯文

李泉旺
黄金昶

Zhimian

直面

癌症

北京出版社

丛书主编 王庆国
本书主编 胡凯文

黄金昶
李泉旺

Z himian

直面

癌症

北京出版社

图书在版编目(CIP)数据

直面癌症/胡凯文, 黄金昶, 李泉旺主编. —北京: 北京出版社, 2003.8

(常见病配合治疗丛书)

ISBN 7-200-05018-0

I. 直... II. ①胡... ②黄... ③李... III. 癌—诊疗
IV. R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 072167 号

常见病配合治疗丛书

直面癌症

ZHI MIAN AI ZHENG

胡凯文 黄金昶 李泉旺 主编

*

北 京 出 版 社 出 版

(北京北三环中路 6 号)

邮政编码: 100011

网 址: www.bph.com.cn

北京出版社出版集团总发行

新 华 书 店 经 销

北京市朝阳区展望印刷厂印刷

*

850×1168 32 开本 8.5 印张 170 千字

2003 年 9 月第 1 版 2003 年 9 月第 1 次印刷

印数 1-8 000

ISBN 7-200-05018-0/R·226

定价: 15.00 元

北京出版社直销电话: (010) 62013123

伦洋公司直销电话: (010) 62361304

编辑部业务电话: (010) 62016699-2282

邮箱: keji@bphg.com.cn

编委会名单

丛 书 主 编 王庆国

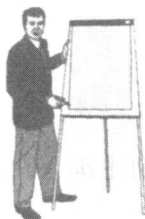
丛书副主编 (按姓氏笔画)

王新月	仝小林	刘占文	刘 洋
李宇航	李澎湃	李成卫	张印生
张洪春	杨金生	高 飞	彭建中
韩学杰			

丛 书 策 划 李成卫

本 书 主 编	胡凯文	黄金昶	李泉旺	
本书副主编	吴 洁	焦拥政	李成卫	段 斐
本 书 编 委	胡凯文	黄金昶	李泉旺	吴 洁
	焦拥政	张 凯	李成卫	连智华
	张承军	梁金坡	梁 昊	王自辉

怎样使用本书



在现实生活中，几乎所有的人都“谈癌色变”，认为癌是“不治之症”。也许因为残存在人们心中的旧观念，或者耳闻目睹太多亲人、朋友遭受癌症折磨、痛苦死亡的惨状，抑或认为现代医学在癌症面前总是束手无策……人们对癌症的错误认识一直在延续着。

事实上人们把“难治”与“不治”等同起来了。如今，医学技术在飞速发展，随着人类基因组工程的完成以及多种抗癌方法的建立，医学工作者已经找到了行之有效的早期发现、早期诊断、有效治愈癌症的办法。坦诚地讲，癌症是一种难治病，但绝不是不治之症。如今我们共同面对的问题在于：多数人对癌症知之甚少，不能有效预防、及早发现癌变，常常延误病情，错过宝贵的治疗时机。因此，向全社会普及防癌、抗癌知识，让每个社会成员学会关注健康、关爱生命已经迫在眉睫！本书的编写就是出于这个目的。全书共包含六大部分：

癌症健康教育

让您了解关于癌症的基本医学常识，从根本上认识癌症。

去医院看病

让您了解就医程序和医生对癌症的检查、诊治方法，克服紧张情绪，坦然面对癌症。

配合医生治疗

是您战胜癌症的关键，在难治疾病面前您必须相信医学、信任医生、积极配合。

癌症的自我监测与并发症预防

把握“三早原则”，及早预防、及早发现、及早治疗。

长期保健策略

送给已经身患癌症并正与病魔作殊死搏斗的朋友；献给健康工作和学习、生活的每一位社会成员，学会长期保健、养生方法，防癌、防病。毕竟医学界还无法完全清楚揭示癌症的病因与发病机理，然而全世界都把防治癌症作为研究重点，随时都可能新的发现，研究成果不断地、迅速地应用于临床，相信在不远的将来，人类将彻底战胜任何类型的癌症。



1	第一章 癌症健康教育
3	基本概念
3	肿瘤
4	良性肿瘤与恶性肿瘤
5	癌和肉瘤都是恶性肿瘤
6	“癌症”名字的由来
8	临床表现
8	癌的症状
10	肿瘤确诊的依据
10	癌症可能出现哪些可疑警告信号
12	癌症的 24 种危险信号
13	世界卫生组织提出的癌症八大早期信号
13	各种常见癌瘤的早期信号
15	病因
15	癌症是怎样发生的
17	五个癌症的“高发人群”
17	人类 85% 以上的肿瘤是环境因素引起的
19	穿甲醛超标衣会致癌
20	生活因素与癌症发病息息相关
20	烹调过程中形成的致癌物
21	亚硝基化合物与癌
22	色素、甜味剂等食品添加剂等可致癌
23	残留农药致癌
23	真菌污染食物致癌





24	香烟中含有 1500 种致癌物质
26	营养因素与致癌
27	一项调查敲警钟——年轻人喝酒要节制
27	社会心理因素与癌症发生相关
30	专家证实多种癌症与感染有关
30	癌是否具有传染性
31	遗传因素与癌症发生关系密切
35	不治疗的危害
35	癌症的危害
36	树立信心，挑战癌症
36	癌症并非不治之症，治疗关键是三早
37	预防癌症、治疗癌症的时代已经到来
38	自身生活习惯的检查
39	自身饮食习惯的检查
40	癌症研究进展
40	基因治疗
41	免疫疗法
45	第二章 去医院看病
47	去医院看病应注意什么
47	携带以前诊治的资料
48	首次治疗应当选择肿瘤专科医院、科室
49	在医院看病的时候医生经常问到哪些内容





51	医生的检查
51	癌的诊断方法
52	癌症的常用辅助检查
52	早期诊断肿瘤试剂——隐血珠查体法
53	最新诊断方法——基因诊断
54	3300 颗芯片组成超级计算机诊断癌症
54	癌症早期诊断
55	癌症检查常用的方法
56	肿瘤患者为什么要做病理学检查
57	肿瘤患者为什么要做 X 线检查和 CT 检查
58	临床治疗
58	癌的治疗有哪些内容
59	抗癌药
60	化学疗法
62	抗癌药的副作用
63	抗癌药是否有作用
63	用一种还是几种抗癌药好
65	发展中的癌治疗
66	治疗癌症的常用外科疗法
67	放射疗法
68	生物治疗
68	导向治疗
69	癌症治疗新方法——氩氦刀技术
70	正在推行的癌症治疗新方法





71	中医对癌症的治疗
73	中西医结合效果佳
75	约有三分之一癌症病人通过中医治疗 延长了寿命
76	肿瘤病人服用中药的注意事项
77	常见肿瘤的诊断、治疗与预防
77	脑肿瘤
79	脊髓肿瘤
79	鼻部肿瘤
80	鼻咽癌
81	口唇及口腔内肿瘤
82	舌癌
83	牙龈癌
83	口底癌
83	喉癌
84	唾液腺肿瘤
85	颌骨肿瘤
87	甲状腺癌、恶性淋巴瘤
88	肺癌（支气管癌）
90	食管癌
93	食管平滑肌瘤
93	胃癌
98	胃腺瘤与胃息肉
99	胃黏膜下肿瘤





100	胃恶性淋巴瘤
100	MALT 淋巴瘤
100	结肠癌
103	肝癌
105	胆囊癌、胆管癌、十二指肠乳头癌
105	胰腺癌
107	肾癌（肾透明细胞癌）
107	膀胱肿瘤
108	前列腺癌
111	阴茎癌
111	骨肿瘤
112	皮肤肿瘤
115	白血病
117	恶性淋巴瘤
118	多发性骨髓瘤
119	子宫肌瘤
121	子宫颈癌
124	子宫体癌

第三章 积极配合医生治疗

对癌症的认知

129	癌症是一种生活方式疾病
130	癌症患者需要的综合康复治疗
132	癌症患者综合康复治疗的内容





133 癌症患者康复期五大注意

134 饮食配合

134 科学膳食，有益健康

135 肿瘤患者要忌口吗

136 肿瘤患者手术后宜选什么食物

138 增强癌症病人化疗期食欲的方法

139 肿瘤患者放射治疗后宜选择的饮食

140 肿瘤患者化学治疗后宜选择的饮食

140 放疗病人怎样配合治疗

141 放疗病人如何进行家庭护理

142 放疗、化疗时出现食欲不好、恶心呕吐应
如何进行饮食护理

143 放疗引起口干舌燥等症状时吃什么好

143 癌症病人食欲不振如何护理

145 癌症病人腹泻如何护理

146 哪些蔬菜具有抗癌作用

146 心理配合

146 癌症患者康复过程中心理的两面作用

148 求生欲望与意志是抗癌的巨大动力

149 让忧虑和悲观远离癌症病人

150 癌症自愈的奥秘是什么，自愈应有的
心理要素有哪些

152 运动配合

152 癌症病人康复期可以进行的体育锻炼





152	癌症病人康复期如何进行呼吸锻炼
153	癌症病人康复期如何进行散步锻炼
154	癌症病人可以选择的传统医疗保健操锻炼
156	癌症病人如何进行气功锻炼
156	癌症病人如何进行自然功锻炼
157	癌症病人是否可以继续学习和工作

第四章 癌症的自我监测与并发症预防

159	癌症发病前可以预知吗
161	隐血筛查法有助于早期发现癌症
162	容易忽略的三种癌症
164	妇科自查四症可发现肿瘤
165	癌症防治的三大误区
168	肿瘤能否预防

病情的监测

169	手术后需多长时间复查一次
171	八种癌症征兆及对策

防止复发与转移

174	癌的扩散方式
175	预防肿瘤转移
176	通过扶正、祛邪来防止癌症复发和转移

癌性疼痛

177	关于癌性疼痛
178	止痛药用药的基本原则





179	癌性疼痛治疗的现状
182	止痛药的给药途径
182	止痛药的副作用和处置方法
183	姑息治疗
185	肿瘤专业的姑息治疗的三个阶段
186	姑息治疗在肿瘤治疗中的地位

急症处理

191	要警惕肿瘤急症的发生
192	咯血
192	呼吸道阻塞
192	心包积液
193	消化道出血
193	肠梗阻
194	弥漫性血管内凝血
194	高钙血症
194	颅内转移
195	脊髓压迫症

第五章 癌症的自我治疗方法

食疗药膳

199	癌症患者的饮食原则
199	癌症药膳疗法的基本原理
200	癌症药膳疗法的配膳原则
202	癌症药膳疗法的注意事项





202	常用补益类药膳
207	常用清热解毒散结类药膳
213	常用活血类药膳
217	常用软坚类药膳
220	针灸、按摩疗法
220	艾灸防治癌症
223	隔姜灸治疗放疗或化疗引起的骨髓抑制
225	按摩治疗放疗或化疗引起的胃肠反应
226	耳穴压籽治疗放疗或化疗引起的胃肠反应
229	第六章 癌症患者长期保健策略
231	健康生活
231	建立健康的生活方式
232	国际上公认的饮食防癌“十要点”
233	日本人提出的防癌十二条
234	去除致癌因素
235	肿瘤的三级预防
236	癌症患者在日常生活中如何选择食品
237	情志舒畅是防癌的关键
238	癌症与性
238	癌症治疗对男性性行为的影响
239	癌症治疗对女性性行为的影响
241	化疗对生殖及性机能的影响
242	手术治疗对女性的影响





246	改善癌症患者性生活质量的方法
253	什么时候癌症患者不应过性生活



第一章

癌症健康教育



- 主题** | 了解有关癌症的知识，对自己的健康做到心中有数。
- 目的** | 为积极、主动地配合医生治疗打好基础。
- 问题** | 癌症到底是怎么回事？癌症病人应注意什么问题？
癌细胞为什么会转移？