

马云相信十年以后中国三大癌症
将会困扰着每一个家庭

癌症常识 全知道

朱利明 主编

99%的癌症患者不是死于疾病，而是死于对疾病的无知和恐惧。
认清、了解癌症，及早正确生活与饮食，才能预防与逆转癌症，活得更安全！

浙江省肿瘤医院临床一线专家，
为癌症治疗揭秘，说清癌症的方方面面

- 浙江省癌症中心主任
- 浙江省肿瘤医院院长
- 浙江省抗癌协会常务副理事长
- 中国抗癌协会常务理事

毛伟敏

推荐
作序

中国医药科技出版社



癌症常识 全知道

朱利明 主编

中国医药科技出版社

内容提要

一本认清癌症治疗的百科全书 让读者为之动容的“健康好书”一本如何逆袭癌症的大百科全书！知己知彼，让你不再害怕癌症，让你懂得现代癌症的诊治之道及早正确生活与饮食，知道如何预防，如何治疗！通过对本书知识的了解，你可以信心满满地依靠自身的力量来掌控自己的生活，更能自信地知道，你正在尽一切可能使自己的身体超越于癌症所能及的范围外，而不是处于一种无法控制的威胁中。对癌症患者和家属而言，这是一本全面而分量十足的书，是让你摆脱癌症这个恶魔的有力武器！想了解癌症治疗吗？这本书值得你一读。

图书在版编目（CIP）数据

癌症常识全知道 / 朱利明主编. — 北京：中国医药科技出版社，

2015.9

ISBN 978-7-5067-7702-5

I. ①癌… II. ①朱… III. ①癌—防治—基本知识 IV. ①R73

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第149978号

责任编辑 白极

美术编辑 陈君杞

版式设计 琥珀视觉

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲22号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710×1020

印张 21.75

字数 220千字

版次 2015年9月第1版

印次 2015年9月第1次印刷

印刷 三河兴达印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7702-5

定价 39.80元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编委会

主 编 朱利明

编 委 (按姓氏笔画排序)

丁国军	王佳峰	龙 斌	卢 珂
包叶江	朱利明	刘 卓	刘 冠
刘金石	刘春喜	寿华锋	杜义安
吴 伟	余海峰	邹德宏	张光辉
张爱琴	陈丽羽	周陈西	郑家平
皇志琴	俞江平	洪 丹	祝成龙
夏李明	徐 君	蒋华萍	鞠海星

前言

PREFACE

一次和医院里的同事谈起他父亲在外院开刀的经历，他说他以前总以为自己是医生，只要是医疗圈里的事情都可以很方便地解决，但是真碰上亲人生病住院，自己做了回陪客，才发现不单单在陌生的医院里不知道各个科室怎么走之外，而且其他专业上的医学知识也不够用，他对父亲所患的疾病如何诊治懵懵懂懂，还走了一些弯路。

以前一直没有好好想过患者如何就医这个问题，同事的这些话让他体会到，对一个毫无医学背景的人来说，在自己或亲人患病后，到一个陌生的、充满各种拗口的专业术语，又让人心情压抑的地方，而且对所患疾病更是知之甚少，该是多么迷茫和无助啊！

事实也是如此，在我们的临床实践中，有很多患者对我们说，他不害怕癌症本身，也不害怕死亡，他害怕的是不知道怎么去对付癌症、不知道癌症以及治疗可能带来的痛苦该如何去解决，更害怕罹患癌症后不可预知的未来。因此，如果患者能够提前了解癌症和癌症诊疗的相关知识，做到心中有数，那么对他顺利地度过癌症治疗期、健康地进入康复期可能会有所裨益。



这是触动我们动笔编辑写作这本书的初衷。在这本书中，我们详细介绍了现代癌症治疗的各类手段、原则以及一些疾病诊治的注意事项，同时对癌症患者的心理、饮食、运动、性等生活问题的处理也做了介绍，内容基本涵盖了癌症诊治的各个领域。但是限于水平和时间，本书的结构和内容有待进一步完善和丰富，而对于那些不足之处，希望读者能给我们提出宝贵的意见。

朱利明

2015年5月

序言

PREAMBLE

世界卫生组织发表的《全球癌症报告 2014》表明，在世界范围内，我国并未进入癌症发病率和死亡率最高国家的行列，但由于我们国家人口基数巨大，因此癌症的发病绝对人数位列世界第一；而且，按照我国 2015 年发表的最新统计数据测算，国人在一生中罹患癌症的累积风险为 21.2%；因此，癌症是一个我们不得不需要去直面的疾病。

传统观念认为，患了癌症，就是判了死刑，但随着医学科技的进步，多数癌症可控可治，不少癌症已能治愈，癌症已被世界卫生组织列为与高血压、糖尿病等疾病类似的慢性病。但现实中，绝大多数人却并不真正了解癌症以及现代对癌症的治疗，再加上普遍存在的恐癌心理，使得很多患者和他们的亲人在癌症面前手足无措、惊恐万分，往往不能做出最有利于患者康复的决策。因此，告诉癌症患者和他们的亲人癌症是什么、怎么去科学抗癌、罹患癌症后如何调整饮食运动等生活方式很有必要。

很高兴本书的作者了解到这种需求，同时也付诸行动编写了这本书，为普及科学的癌症诊疗知识做了一件好事。本书的作者都是长期工作在癌症诊疗临床一线的业务骨干，经验丰富，我相信他们编写的这本书能



促进癌症患者接受科学的诊疗，并促使患者顺利步入康复期，重拾健康幸福的生活。

毛伟敏

浙江省癌症中心主任

浙江省肿瘤医院院长

浙江省抗癌协会常务副理事长

2015年3月

目录

CONTENTS

癌症治疗是盘棋	001
天哪，为什么这么不幸	002
癌症是个啥玩意	007
那该怎么办	010
瞒与不瞒，你会如何选	013
对付癌症，医生有办法	016
十八般兵器——现代癌症治疗方法	019
现代癌症治疗的模式	024
不信任自己的医生，你还去找他干什么	028
做个好病人	031
治疗不能不足，更不能过度	035
明确分期很重要	038
治疗的效果在哪里	040



肿瘤指标让人像坐过山车	043
很痛，那该怎么办	047
癌症患者怎么吃	050
不良的生活习惯一定要戒除吗	055
静与动，癌症患者的运动选择题	057
老年癌症患者，不要轻言放弃	061
性生活也是你们的权利	065
健康体检为什么没查出晚期癌	068
癌症治疗“小白鼠”，做还是不做	071
心结，可以在这里解决	076
你要认识那些会打交道的科室和部门	080
癌症治疗的老大——肿瘤外科	083
微创手术适合肿瘤治疗吗	091
胸部肿瘤手术要注意的问题	095
肝胆胰胃肿瘤手术要注意的问题	110
妇科肿瘤手术要注意的问题	119
结直肠肿瘤手术要注意的问题	130
软组织肿瘤手术要注意的问题	137

你的乳房你做主	143
致失去的“蝴蝶”	
——甲状腺癌手术要注意的问题	150
膀胱没了小便怎么办	154
给你的癌细胞下毒药——肿瘤内科	156
肿瘤内科治疗须知	162
层流病房及骨髓/干细胞移植	185
认识生物免疫治疗	189
射线杀癌——放疗科	194
放疗科的幕后英雄——物理室	201
放疗须知	205
中医中药——现代癌症治疗中的传统选择	221
中医治疗须知	225
介入科是干什么的	231
介入治疗的一些项目和注意事项	234
手术无痛——麻醉科居功至伟	244
手术麻醉二三事	249
癌症诊断的法院——病理科	252



放射科检查注意的事项	256
黑暗屋子里的侦查部队——超声科	266
超声科诊治要注意的事项	274
管窥癌症世界——内镜中心	277
消化内镜	278
呼吸系统内镜	296
看懂检验报告单	304
医院里的原子能机构——核医学科	313
癌症患者也要查心电图	319
安全用药，临床药师告诉你	322
保护癌症患者静脉的输液装置	327

癌症治疗是盘棋

头痛脑热是常有的事，一般的小毛病大家自己对着书本现学现卖，用头痛医头、脚痛医脚的方法也许可以做到药到病除，然而癌症不一样！

首先不论什么类型的癌症与其他各类疾病比较都可以称得上是大病，大病不能轻视；二则癌症是一种全身病，肺出了问题不能只管好肺，肝出了问题不能只注意肝，还需要关注他们可能转移的部位；更重要的是，现在已经步入 21 世纪十余年了，癌症治疗的方法较其发展之初有了质的飞跃，而且也更加的专业化、复杂化，很多医院针对癌症成立了专门的诊治单元，而在更大型的医院甚至以某一病种或某一治疗手段形成了专科，在这样的背景下患者应该学会和自己的主治医生沟通，一起商讨如何用好各种抗癌的手段让自己最大程度的获益。从这个意义上看，在癌症的治疗上下出一盘好棋那是一门艺术！

下棋的目的很强，就是要赢，癌症治疗的目的更要强，那就是要活下去，好好地活下去！其实不论什么样的情况，都只有两点：延长生命，改善生活质量。简化成六个字：活得长、活得好。我们有了目标，就要制定战略：坦然面对，调动一切有利因素，积极抗癌。有了战略，就要发动战役，背靠家人，配合医生，顶住毒性，争取阶段性治疗的胜利。战役开始打响，我们还要懂得具体战术，了解癌症治疗的手段和毒性，善于发现身体的变化，学会制定治疗和康复期间的起居及饮食。这一切的精髓犹如下棋布局，就是要有全局视野，也要注重细节！



天哪，为什么这么不幸

当我的这个朋友打电话告诉我他妈妈事情的时候，我简直不敢相信自己的耳朵！怎么偏偏就是她？

朋友是我从小一起长大的挚友，自小学一直到初中，他家就是我家，那时我时常会幻想颜阿姨要是我的妈妈就好了：说话那么的柔和，家里总是收拾地干干净净，每次见到我总是明明长明明短地招呼我吃她自己做的各式小食，哪怕是我们干了什么错事，颜阿姨也只是和颜悦色地拍拍我们的脑袋以示责怪；而在所有邻居的眼中，颜阿姨是千里挑一的好儿媳好妻子，他们都说我这朋友的爸爸积了五百年的德娶了这么个好老婆！

胃镜确诊颜阿姨患了胃癌，等我再次给她检查时，发现她左侧脖子根部有了好几个硬硬的肿块，这意味着已经没有了根治手术的机会。那天我值班，就在我的办公室里，在听了最终的诊断结论后，朋友的爸爸抹着眼泪，颜阿姨坐在我面前低头抽泣，嘴里反复着一句话：怎么会是我？怎么会是我？

是啊，不止颜阿姨，我的每一个病人都在问我他为什么会患癌。很多病人说他既不抽烟又不喝酒，平时注重养生，每天还在锻炼，实在想不明白自己罹患癌症的缘由。

为什么会患癌，对每一个病人，我不能给他非常准确的答案，这个原因有没有关系？我不知道！那个因素是主要的还是次要的？我也不知

道！但是医学对肿瘤研究两百多年了，人们已经确定了一些癌症发生的原因。

追溯癌症研究历史，1761年，英国的一个叫J.Hill的医生发现吸鼻烟的人患鼻咽癌的比例很高，过了十几年，另一个英国医生P.Pott观察到扫烟囱的工人得阴囊癌的比例也高，这似乎说明接触了煤烟和煤焦油就容易得癌，从专业上来讲这是最早的致癌因素流行病学研究结果。但是这只是观察到现象而已，如何证明它是真实的呢？又过了一百多年，在1918年的时候，两个日本科学家拿煤焦油给兔子耳朵反复涂抹，兔子耳朵患上了皮肤癌。这才确立了化学物质可以诱发动物肿瘤的结论。随后又经过深入挖掘，科学家发现煤焦油中真正的致癌物质是苯并芘，如果大家有印象的话，2010年湖南金浩茶油和2012年韩国农心集团方便面事件中让人惊恐不已的主角就是苯并芘。

不单单是苯并芘，20世纪50~60年代，还发现了一大批化学物质可以诱发动物肿瘤，它们与人体细胞的DNA结合在一起就导致细胞癌变，这些化学物质就是致癌物！除此之外，科学家们发现还有很多物质是致癌物的帮凶，这些东西本身不直接致癌，但能强化致癌物的作用或者形成一种有利于癌细胞生长的环境，我们叫它们肿瘤促进物。为了弄明白什么物质能致癌，什么因素有促癌作用，科学家进行流行病学的调查，现在确定大多数人体发生的肿瘤是直接接触环境物质或环境因素的结果，而这些环境因素包括了吸烟、饮食习惯、文化与性行为、职业、放射线接触，当然，还有大家谁都脱离不了的空气、水或土壤中的各种物质。

说到这里，大家是不是觉得这个世界充满了危险？我想，我们存在的世界是美好的，但我们周围的危险也是客观存在的！下面让我来告诉大家我们周围什么东西有致癌的作用。为了方便描述致癌物，我们以科学的态度和方法把它们分分类，致癌物无非是以下三种：一是物理致癌物，二是生物致癌物，三是化学致癌物。

先看物理致癌物，第一个因素说出来大家不要不信，晒晒太阳也会晒出癌症！很多人会问这怎么可能？我负责任地告诉大家，这确实可能，而且这是物理致癌物中研究最多、证据最充分的！肤色浅的户外劳动者日光暴露的部位容易患皮肤癌，世界上阳光充足地带的皮肤癌发病率也是最高，儿童或者青春期的时候晒伤皮肤也很有可能影响皮肤癌的发生率。太阳光致癌真正的罪魁祸首是其中的紫外线。皮肤癌的主要类型，如鳞癌、基底细胞癌、恶性黑色素瘤都与接触紫外线的增多相关，我说的似乎很可怕，但绝不是让大家不去晒太阳，冬日里晒晒暖阳是件很惬意的事儿，而且太阳光可以促进体内钙质的吸收，我要强调的是为了防止皮肤癌的发生，绝不要过度暴露在太阳光线下。另外一个明确有致癌作用的物理因素就是放射线，在一些存活期非常长的癌症患者中，在接受了放射治疗后，在照射野内出现明显高比例的第二原发肿瘤，这是放射线致癌最有力的证据；第二个证据就是核爆后的幸存者，调查发现核爆幸存者受辐射后3年白血病的发生率开始上升，辐射后5~8年达到高峰，除白血病外，甲状腺癌、乳腺癌、肺癌、唾液腺癌、胃癌的发生率也明显高于对照人群，只是发生率在接触辐射后15年才开始增加；第三个证据是我们国家在1984年调查了26983名X线诊断工作者，发现白血病的发病率和死亡率都显著高于对照组，而美国于1960年，英国于1959年也有同样结果的报道。物理致癌因素还有很多，比如石棉纤维接触可以引起恶性胸膜间皮瘤、肺癌，长期的伤口不愈合或溃疡会癌变，腰带或颈背区的痣不断摩擦、色素痣多次激光烧灼或冷冻也可能会引起恶变等等。这些原因都非常明确，但也有些还很难搞清楚，就像现在大家很关心的使用手机会不会导致脑瘤的问题，是有很大争议的，但如果确定，这就是物理致癌因素。

生物致癌物可以说是生化武器，研究发现一些病毒、寄生虫和细菌与一些特定的肿瘤有关。最常见的例子就是感染乙型肝炎病毒的病人很

容易罹患肝细胞肝癌，通过性接触交叉感染人乳头瘤病毒的妇女罹患宫颈癌的可能性增高，另外，EB 病毒感染和鼻咽癌、淋巴瘤的发生相关，肝吸虫寄生会引发胆管癌。现在很多人都非常关注自己的身体，肚子不舒服就去查胃镜，医生往往会告诉你“HP 感染”，这个 HP 就是幽门螺杆菌，它的感染可能和胃癌相关，也与一种很少见的名为胃黏膜相关淋巴瘤的发生有关系。科学家厘清这些病毒、细菌和癌症发生的关系，使用乙肝疫苗、人乳头瘤病毒疫苗预防接种，有效阻止了相关癌症的发生，反证了它们的致癌作用。

病从口入是句老话，癌从口入也不假，多数情况下化学致癌物是吃进去的。喝酒，大量的酒精可以诱发食管癌、肝癌、口咽癌和喉癌；长期嚼槟榔会诱发口腔癌；吃腌制的食物，亚硝酸盐会导致胃癌；吃了霉变的花生，摄入黄曲霉毒素，能诱发肝癌；吃多了烧烤的肉类，苯并芘之类的化学物质会诱发肠癌；哪怕吃避孕药，时间长了也可能会诱发乳腺癌；不单单是吃，很多的有机、无机化学致癌物还可以吸入体内，装修后残留的甲醛、厨房的油烟、烟草的烟雾、汽车的尾气、雾霾空气，不仅可以引起急性的刺激，慢性持续的影响就成了癌症的诱因。

癌症的诱因我们知道了不少，但为什么会患癌还是说不清道不明。有些癌和生活水平有关系，穷苦的时候，胃癌、肝癌、食管癌来找你，富裕的时候乳腺癌、大肠癌、前列腺癌来欺负你；有些癌和个体间的癌症易感性有关系，同样的生活条件、同样的生活习惯，我患癌了，他啥事没有；还有些癌和家族遗传相关，爸爸大肠癌，儿子也是大肠癌，妈妈乳腺癌，女儿也乳腺癌，还没有患癌就预防性切除了双侧乳腺的大嘴美女安吉丽娜·茱莉就遗传了这样的患癌基因。

生老病死是自然规律，人活着总会得病，无非这个病是癌症而已。癌症确实越来越多，十几年前，专家说在一生中，他身边每六个人中有一个人必定患癌症，而现在，每四个人中必定有一人患癌。如果有