



消除恐惧
积极应对
科学治疗

患了肿瘤不可怕

出现哪些信号提示可能患有肿瘤？

怀疑患肿瘤了，应做什么检查？

呕吐了，怎么办？没食欲了，怎么办？脱发了，怎么办？

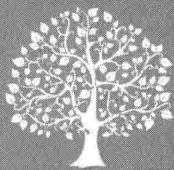
肿瘤复发了怎么办？

自如应对 肿瘤全书

邹艳辉 刘景诗 谌永毅 主编

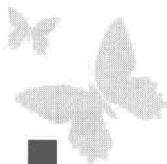


化学工业出版社



消除恐惧
积极应对
科学治疗

患了肿瘤不可怕



自如应对 肿瘤全书

邹艳辉 刘景诗 谌永毅 主编



化学工业出版社

· 北京 ·

为什么会患肿瘤？出现哪些信号提示可能患有肿瘤？怎么检查？怎么确诊？怎么治疗？治疗方法有哪些？化疗有哪些副作用？放疗有哪些并发症？手术治疗有哪些？什么时候进行介入治疗？各种治疗后怎么护理？出院后怎么办？……本书将一一为您介绍。本书深入浅出地介绍了肺癌、乳腺癌、胃癌、大肠癌、肝癌、食管癌、骨肿瘤、软组织肿瘤、骨髓瘤、恶性淋巴瘤、白血病、甲状腺癌、腮腺肿瘤、喉癌、口腔癌、膀胱癌、肾癌、前列腺癌、宫颈癌、子宫内膜癌、卵巢癌、妊娠滋养细胞肿瘤、颅内肿瘤的病因、临床表现、诊断、治疗、预后和居家护理。内容科学系统，叙述通俗生动，是肿瘤患者及家属重要的参考书，也可供社区和基层医务人员参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

自如应对肿瘤全书/邹艳辉, 刘景诗, 谌永毅主编.

北京: 化学工业出版社, 2015.8

ISBN 978-7-122-24740-7

I. ①自… II. ①邹…②刘…③谌… III. ①肿瘤-诊疗 IV. ①R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 172330 号

责任编辑: 戴小玲

文字编辑: 赵爱萍

责任校对: 王素芹

装帧设计: 张 辉

出版发行: 化学工业出版社 (北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 大厂聚鑫印刷有限责任公司

710mm×1000mm 1/16 印张 12 $\frac{3}{4}$ 字数 213 千字 2015 年 10 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 29.80 元

版权所有 违者必究

编者名单

主编 副主编 编者

邹艳辉	刘景诗	湛永毅			
周硕艳	谢燕平	李艳群			
邹艳辉	刘景诗	湛永毅	周硕艳	谢燕平	
李艳群	张理函	席许平	许若才	邬晓庆	
杨农梅	王琳莎	刘高明	周新莎	胡程静	
谷梅明	赵梦莉	仇灿红	曾洲宁	程湘华	
刘伟利	李卫红	吴佩瑶	李钟锐	许曹慧	
林琼琼	黄李华	吴月娥	钟立君	曹朝霞	
陈海霞	肖海娟	伍桂萍	严友志	罗朝霞	
肖瑾容	汤新辉	向莲清	黄沈波	龚朝霞	
周小翠	龚小琳	罗帼英	陈慧莹	周钰娟	
胡彩云	袁平花	刘彩云	邓美华	陈业会	
宋彩明	卢金花	易小平	胡亚华	叶迎春	
段文辉	李碧虹	林辉平	曾元玲	焦邓煜	
舒红辉	倪钰钰	胡彭海	钟黄李	邓陈云	
蔡英歆	龚彩云	彭袁烨	李朱康	王谭卫	
梁晓畅	欧阳元	袁谭静	李陈虹	李陈玉	
常向东	胡忠雅	吴静玉	周小琼	喻新华	
杨开屏					
杨辉					

序

肿瘤，是分化异常、生长失控的细胞集合体，是一个多因素多步骤的发病过程，涉及多分子以及基因的改变。世界卫生组织（WHO）报告显示全球每年新发癌症 1270 万例，致死 760 万例；预计到 2030 年，全球每年新增的癌症病例将达到 2600 万，死亡人数将超过 1700 万。2012 年中国癌症发病人数为 306.5 万，约占全球发病的五分之一；癌症死亡人数为 220.5 万，约占全球癌症死亡人数的四分之一。今后 20 年，我国癌症的发病数和死亡数还将持续上升。

随着肿瘤发病率不断上升，肿瘤的防治已成为当今世界医学领域的重点与难点，也越来越受到人们的重视。虽然肿瘤的治疗方法在不断地改进，但人们仍“谈癌色变”，对肿瘤深感恐惧。为了更好地抗癌、防癌，减轻肿瘤患者的恐惧，湖南省肿瘤医院/中南大学湘雅医学院附属肿瘤医院（“全国百佳医院”，国内第一所通过 JCI 国际标准认证的肿瘤专科医院）组织一批临床专家、护理专家共同编写了《自如应对肿瘤全书》。

该书旨在帮助广大肿瘤患者及其家属在常见肿瘤的预防、筛查、诊断、治疗、护理上给予实用性指导，还对肿瘤患者的多种不同心理进行剖析，调理清晰，言之有物且求真务实。以期患者能提高自我护理与自我保健能力，维护和促进健康状况及生存质量，帮助他们征服肿瘤，回归家庭，重返社会。

张健

湖南省卫计委主任

2015 年 4 月

前言

众所周知，肿瘤一直是人类难以攻克疾病之一。随着人们生活方式的改变以及生活环境的污染，肿瘤已经成为严重危害人类健康和生命的常见病、多发病。虽然常规的肿瘤治疗方法经过多年精细的研究、调整与临床实践，在不断地改进与创新，使肿瘤患者的生存时间有所延长，但人们仍“谈癌色变”，对肿瘤深感恐惧。

湖南省肿瘤医院/中南大学湘雅医学院附属肿瘤医院为了更好地防癌、抗癌，减轻肿瘤患者的恐惧，组织了多名有着多年临床、科研与教学经验的医疗与护理专家共同编写了《自如应对肿瘤全书》。

本书主要介绍肿瘤预防、自我监测的知识、常见的肿瘤治疗方法、常见肿瘤诊治应对、肿瘤的相关检查诊断、肿瘤常见症状、并发症及其护理、营养照护、怎样应对肿瘤等。附录部分着重介绍了常用化疗药物的名称、临床应用及注意事项，以方便读者查阅和参考。力求使本书具有科学性、规范性、实用性以及权威性。

本书旨在指导读者如何自如应对肿瘤，包括肿瘤的预防、筛查、诊断、治疗与护理，提高肿瘤患者的生存质量及延长生存时间，进一步消除人们对肿瘤的成见与误解，如，忌讳谈论肿瘤、认为肿瘤发病没有明显信号、面对肿瘤束手无策、癌症得不到有效治疗等。同时，帮助阅读者自如地实现对肿瘤的早发现，以便达到早诊断、早治疗，推进肿瘤防控事业的发展的目标。

在此需要特别指出的是，由于每位患者的病情、体质不同，本书所列的治疗方法、化疗方案及药物仅供参考，详情请患者根据实际情况咨询肿瘤科医师。

编者

2015年4月

目 录

第一章 常见肿瘤预防 / 1

第一节 肿瘤的一般知识 / 1

什么是瘤和癌? / 1

什么是肿瘤“三早”? 有什么意义? / 1

诱发肿瘤的危险因素有哪些? / 2

检查肿瘤的常用手段有哪些? / 2

如何预防肿瘤? / 3

第二节 肿瘤自我监测 / 4

肿瘤的自我检查内容有哪些? / 4

皮肤检查的内容有哪些注意点? / 4

颜面部检查的内容有哪些? / 4

口腔检查的内容有哪些? / 5

头颈部检查的内容有哪些? / 5

甲状腺检查的内容有哪些? / 5

乳腺检查的内容有哪些? / 5

腹部检查的内容有哪些? / 8

男性生殖器官检查的内容 / 8

身体排出物异常情况有哪些? / 9

癌症的警告信号 / 10

第二章 常见的肿瘤治疗方法 / 11

第一节 手术治疗 / 11

手术治疗分为哪几类? / 11

制订手术方案的原则是什么? / 12

手术前后的配合要点有哪些? / 12

第二节 化学治疗 / 14

什么是化学治疗? / 14

为什么要化疗? / 14

什么是化疗周期? / 14

化疗分为哪几类? / 15

使用化疗药物的常用方法有哪些? / 16

医师选择化疗药物的原则有哪些? / 16

化疗药物的分类有哪些? / 17

化疗有副作用吗? / 18

如何配合化疗? / 18

第三节 放射治疗 / 19

什么是放射治疗? / 19

放疗的作用有哪些? / 19

放疗分为哪几类? / 20

放疗有哪些适应证与禁忌证? / 20

接受放疗前需要了解哪些相关知识? / 20

放疗的一般技术流程是什么? / 21

如何配合放疗? / 22

放疗期间的常见并发症有哪些? / 25

第四节 介入治疗 / 26

什么是介入治疗? / 26

介入治疗分为哪几类? / 27

介入治疗的主要方法有哪些? / 27

介入治疗的适应证与禁忌证有哪些? / 28

如何配合进行介入治疗? / 28

第五节 核素治疗 / 30

什么是核素治疗? / 30

放射性核素治疗的适应证有哪些? / 30

如何配合放射性核素治疗? / 31

第六节 中医治疗 / 33

什么是中医治疗? / 33

中医治疗的主要方法有哪些? / 33

常用抗肿瘤中草药的药用机制有哪些? / 33

中医治疗的应用范围 / 34

怎么服用中药? / 35

第七节 热疗 / 35

什么是热疗? / 35

热疗的分类有哪些? / 36

浅表热疗和深部热疗的适应证有哪些? / 36

热疗的禁忌证有哪些? / 36

热疗与放疗有什么不同? / 37

热疗的注意事项有哪些? / 37

第八节 其他治疗方法 / 38

其他治疗方法有哪些? / 38

什么是肿瘤免疫治疗? / 38

什么是基因治疗? / 38

什么是靶向治疗? / 39

什么是激光治疗? / 40

什么是激素治疗? / 40

什么是辅助疗法? / 41

第九节 选择肿瘤治疗计划 / 41

怎么选择肿瘤治疗计划? / 41

第三章 应对常见肿瘤 / 44

第一节 肺癌 / 44

何谓肺癌? / 44

肺癌的病因有哪些? / 44

肺癌的临床表现有哪些? / 45

诊断胃癌主要做哪些检查? 注意事项有哪些? / 46

肺癌的治疗方法有哪些? / 47

肺癌患者什么时候选择手术治疗? 手术方式有哪些? / 47

肺癌患者什么时候应进行化疗? / 47

肺癌患者什么时候不能进行化疗? / 47

肺癌常用的化疗方案有哪些? / 48

肺癌患者什么时候进行放疗? / 49

术前如何准备? / 49

术后注意事项有哪些? / 50

肺癌患者如何配合化疗? / 50
肺癌患者如何配合放疗? / 51
肺癌患者居家护理须知有哪些? / 51
如何预防肺癌的发生? / 52

附 3-1 肺功能锻炼 / 52

第二节 乳腺癌 / 54

何谓乳腺癌? / 54
乳腺癌的病因有哪些? / 54
乳腺癌的临床表现有哪些? / 55
诊断乳腺癌主要做哪些检查? / 55
乳腺癌的治疗方法有哪些? / 56
乳腺癌患者什么时候手术治疗? 手术方式有哪些? / 56
乳腺癌患者什么时候可以做保乳术? / 57
乳腺癌患者什么时候不能做保乳术? / 57
为什么做前哨淋巴结活检术? / 57
如何选择乳房再造术的时机? / 57
什么情况下可以做乳房再造术? / 58
什么情况下绝对不能做乳房再造术? / 58
什么情况下可做可不做乳房再造术? / 58
为什么乳腺癌患者还要做放疗? / 58
乳腺癌患者的放疗方式有哪些? / 58
乳腺癌患者的化疗有哪些? / 59
乳腺癌患者常用的化疗方案有哪些? / 59
乳腺癌患者什么时候进行内分泌治疗? 治疗方式有哪些? / 60
乳腺癌患者内分泌治疗的不良反应有哪些? 如何处理? / 60
什么是乳腺癌的生物靶向治疗? / 61
术前如何准备? / 61
术后注意事项有哪些? / 61
如何配合化疗? / 63
如何配合放疗? / 63
乳腺癌患者居家护理须知有哪些? / 64
乳腺癌患者康复重建居家护理须知有哪些? / 65
乳腺癌术后如何做有氧康复操? / 65

第三节 胃癌 / 67

何谓胃癌? / 67

胃癌的病因有哪些? / 67
胃癌的临床表现有哪些? / 68
诊断胃癌主要做哪些检查? / 68
胃癌的治疗方法? / 69
术前准备有哪些? / 70
术后注意事项有哪些? / 70
如何配合化疗? / 71
胃癌患者居家护理须知有哪些? / 71

第四节 大肠癌 / 72

何谓大肠癌? / 72
大肠癌的病因有哪些? / 72
大肠癌的临床表现有哪些? / 73
诊断大肠癌主要做哪些检查? / 73
大肠癌的治疗方法有哪些? / 74
手术方式有哪些? / 74
常用的化疗方案有哪些? / 75
术前准备有哪些? / 75
术后注意事项有哪些? / 76
如何配合化疗? / 77
大肠癌患者居家护理须知有哪些? / 78

第五节 肝癌 / 79

何谓肝癌? / 79
肝癌的病因有哪些? / 79
肝癌的临床表现有哪些? / 80
诊断肝癌主要做哪些检查? / 80
肝癌的治疗方法有哪些? / 81
术前准备有哪些? / 82
术后注意事项有哪些? / 82
如何配合进行介入治疗? / 84
肝癌患者居家护理须知有哪些? / 84

第六节 食管癌 / 84

何谓食管癌? / 84
食管癌的病因? / 84
食管癌的临床表现有哪些? / 85
诊断食管癌主要做哪些检查? / 85

食管癌的治疗方法有哪些? / 86
何时选择手术治疗? 何时不能手术? / 86
何时选择放疗? 何时不能放疗? / 87
体外放疗的副作用有哪些? / 87
放疗后的饮食注意事项有哪些? / 87
什么是内放疗支架置入术? / 88
食管癌患者为什么要做内镜下治疗? / 88
常用的化疗方案有哪些? / 88
术前如何准备? / 88
术后须知有哪些? / 89
如何配合化疗? / 90
食管癌患者居家护理须知有哪些? / 90

第七节 骨肿瘤 / 91

何谓骨肿瘤? / 91
骨肿瘤的病因有哪些? / 91
骨肿瘤的临床表现有哪些? / 91
诊断骨肿瘤主要做哪些检查? / 91
骨肿瘤的治疗方法有哪些? / 92
术前准备有哪些? / 93
术后须知有哪些? / 93
骨肿瘤患者居家护理须知有哪些? / 94

第八节 软组织肿瘤 / 94

何谓软组织肿瘤? / 94
软组织肿瘤的病因有哪些? / 94
软组织肿瘤的临床表现有哪些? / 94
诊断软组织肿瘤主要做哪些检查? / 95
软组织肿瘤的治疗方法有哪些? / 95
术前准备有哪些? / 96
术后注意事项有哪些? / 96
软组织肿瘤患者居家护理须知有哪些? / 97

第九节 骨髓瘤 / 98

何谓骨髓瘤? / 98
骨髓瘤的病因有哪些? / 98
骨髓瘤的临床表现有哪些? / 98
诊断骨肉瘤主要做哪些检查? / 99

骨髓瘤的主要治疗方法有哪些? / 99

骨髓瘤患者住院期间的注意事项有哪些? / 99

骨髓瘤患者居家护理须知有哪些? / 100

第十节 恶性淋巴瘤 / 100

何谓恶性淋巴瘤? / 100

恶性淋巴瘤的病因有哪些? / 100

恶性淋巴瘤的临床表现有哪些? / 101

诊断恶性淋巴瘤主要做哪些检查? / 101

恶性淋巴瘤的主要治疗方法有哪些? / 101

如何配合放疗、化疗? / 101

恶性淋巴瘤患者居家护理须知有哪些? / 102

第十一节 白血病 / 102

何谓白血病? / 102

白血病的病因有哪些? / 102

白血病的临床表现有哪些? / 102

诊断白血病主要做哪些检查? / 103

白血病的主要治疗方法有哪些? / 104

白血病患者住院期间的注意事项有哪些? / 105

白血病患者居家护理须知有哪些? / 106

第十二节 甲状腺癌 / 106

何谓甲状腺癌? / 106

什么情况时,应警惕有甲状腺癌的可能? / 106

甲状腺癌的病因有哪些? / 106

甲状腺癌的临床表现有哪些? / 107

诊断甲状腺癌主要做哪些检查? / 107

甲状腺癌的治疗方法有哪些? / 107

术前准备有哪些? / 108

术后注意事项有哪些? / 108

甲状腺癌患者居家护理须知有哪些? / 108

第十三节 腮腺肿瘤 / 109

何谓腮腺肿瘤? / 109

腮腺肿瘤的病因有哪些? / 109

腮腺肿瘤的临床表现有哪些? / 109

诊断腮腺肿瘤主要做哪些检查? / 109

腮腺肿瘤的治疗方法有哪些? / 109

术前准备有哪些? / 109

术后注意事项有哪些? / 110

腮腺肿瘤患者居家护理须知有哪些? / 110

第十四节 喉癌 / 110

何谓喉癌? / 110

什么可导致喉癌? / 110

喉癌的症状有哪些? / 111

诊断喉癌主要做哪些检查? / 111

喉癌的治疗方法有哪些? / 111

术前须知有哪些? / 112

术后须知有哪些? / 112

如何配合放疗? / 113

喉癌患者居家护理须知有哪些? / 114

第十五节 口腔癌 / 114

何谓口腔癌? / 114

什么原因可导致口腔癌? / 114

口腔癌的症状有哪些? / 115

诊断口腔癌主要做哪些检查? / 115

口腔癌的治疗方法有哪些? / 115

术前须知有哪些? / 116

术后须知有哪些? / 116

如何配合放疗? / 116

口腔癌患者居家护理须知有哪些? / 117

第十六节 膀胱癌 / 117

何谓膀胱癌? / 117

膀胱癌的病因及危险因素有哪些? / 117

膀胱癌的临床症状有哪些? / 117

诊断膀胱癌主要做哪些检查? / 118

膀胱癌的治疗方法有哪些? / 119

术前配合有哪些? / 120

术后须知有哪些? / 120

术后常见不良反应有哪些? 如何处理? / 120

膀胱灌注化疗的注意事项有哪些? / 120

膀胱癌放疗的不良反应有哪些? 如何处理? / 121

如何配合进行介入治疗? / 121

膀胱癌患者出院后应注意哪些事项? / 121

第十七节 肾癌 / 122

何谓肾癌? / 122

肾癌的发病原因及危险因素有哪些? / 122

肾癌的临床表现有哪些? / 122

诊断肾癌主要做哪些检查? / 122

肾癌的治疗方法有哪些? / 123

术前配合有哪些? / 124

术后注意事项有哪些? / 124

放疗的不良反应有哪些? 如何处理? / 125

肾癌免疫治疗的不良反应有哪些? 如何处理? / 125

肾癌患者居家护理须知有哪些? / 125

第十八节 前列腺癌 / 126

何谓前列腺癌? / 126

前列腺癌病因及危险因素有哪些? / 126

前列腺癌的临床症状有哪些? / 126

诊断前列腺癌主要做哪些检查? / 126

前列腺癌的治疗方法有哪些? / 127

术后注意事项有哪些? / 128

放疗的不良反应有哪些? 如何处理? / 128

内分泌治疗后的常见不良反应有哪些? 如何处理? / 129

前列腺癌患者出院后应注意的事项有哪些? / 129

第十九节 宫颈癌 / 130

何谓宫颈癌? / 130

宫颈癌的发病原因有哪些? / 130

宫颈癌的临床表现有哪些? / 130

宫颈癌的主要检查有哪些? / 131

宫颈癌的治疗方法有哪些? / 131

术前准备有哪些? / 132

术后注意事项有哪些? / 132

放疗注意事项有哪些? / 133

宫颈癌患者居家护理须知有哪些? / 133

宫颈癌患者的预防须知有哪些? / 134

第二十节 子宫内膜癌 / 134

何谓子宫内膜癌? / 134

子宫内膜癌的病因有哪些? / 134

子宫内膜癌的临床表现有哪些? / 135
诊断子宫内膜癌主要做哪些检查? / 135
子宫内膜癌的治疗方法有哪些? / 135
术前准备、术后注意事项、放疗注意事项有哪些? / 136
子宫内膜癌患者居家护理须知有哪些? / 136
子宫内膜癌患者的预防须知有哪些? / 137

第二十一节 卵巢癌 / 137

何谓卵巢癌? / 137
卵巢癌分为几类? / 137
卵巢癌的病因有哪些? / 137
卵巢癌的临床表现有哪些? / 137
诊断卵巢癌主要做哪些检查? / 138
卵巢癌的治疗方法有哪些? / 138
术后注意事项有哪些? / 139
化疗注意事项有哪些? / 139
卵巢癌患者居家护理须知有哪些? / 139
卵巢癌患者的预防须知有哪些? / 139

第二十二节 妊娠滋养细胞肿瘤 / 139

何谓妊娠滋养细胞肿瘤? / 139
妊娠滋养细胞肿瘤的病因有哪些? / 139
妊娠滋养细胞肿瘤的临床表现有哪些? / 140
诊断妊娠滋养细胞肿瘤主要做哪些检查? / 140
妊娠滋养细胞肿瘤的治疗方法有哪些? / 141
如何配合化疗? / 141
术前、术后注意事项有哪些? / 142
妊娠滋养细胞肿瘤患者居家护理须知有哪些? / 142

第二十三节 颅内肿瘤 / 142

何谓颅内肿瘤? / 142
颅内肿瘤的病因有哪些? / 142
颅内肿瘤的临床表现有哪些? / 142
诊断颅内肿瘤主要做哪些检查? / 143
颅内肿瘤的治疗方法有哪些? / 143
术前须知有哪些? / 144
术后须知有哪些? / 144
如何配合化疗? / 144
颅内肿瘤患者居家护理须知有哪些? / 145

第四章 肿瘤相关检查诊断 / 146

第一节 内镜检查 / 146

- 胃镜检查前准备有哪些? / 146
- 怎么配合医师做好胃镜检查? / 146
- 胃镜检查后的注意事项有哪些? / 146
- 膀胱镜检查前准备有哪些? / 147
- 怎么配合医师做好膀胱镜检查 / 147
- 膀胱镜检查后的注意事项有哪些? / 147
- 纤维喉镜检查前准备有哪些? / 147
- 怎么配合医师做好纤维喉镜检查? / 147
- 纤维喉镜检查后的注意事项有哪些? / 148
- 直肠镜检查前准备有哪些? / 148
- 怎么配合医师做好直肠镜检查? / 148
- 肠镜检查后的注意事项有哪些? / 148
- 电子结肠镜检查前准备有哪些? / 148
- 怎么配合医师做好电子结肠镜检查? / 149
- 电子结肠镜检查后的注意事项有哪些? / 149
- 电子支气管镜检查前准备有哪些? / 149
- 怎么配合医师做好电子支气管镜检查? / 149
- 电子支气管镜检查后的注意事项有哪些? / 150
- 阴道镜检查前准备有哪些? / 150
- 怎么配合医师做好阴道镜检查? / 150
- 阴道镜检查后的注意事项有哪些? / 150
- 腹腔镜检查前准备有哪些? / 150
- 怎么配合医师做好腹腔镜检查? / 150
- 腹腔镜检查后的注意事项有哪些? / 151
- 胸腔镜检查前准备有哪些? / 151
- 怎么配合医师做好胸腔镜检查? / 151
- 胸腔镜检查后注意事项有哪些? / 151

第二节 心肺功能检查 / 151

- 心电图检查的注意事项有哪些? / 151
- 动态心电图检查的注意事项有哪些? / 152
- 心功能检查的注意事项有哪些? / 152
- 肺功能检查的注意事项有哪些? / 153

第三节 影像学检查 / 153