



肿瘤病人

康复手册

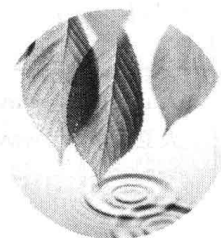
第2版

主编 张文彭 张寅



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

ZHONGLIU BINGREN
KANGFU SHOUC



肿瘤病人

康复手册

— 第2版 —

主 编 张文彭 张 寅

副主编 糜 仪 刘晓燕 邓一飞

编 者 (按姓氏笔画排序)

邓一飞 刘 玥 刘 赟

刘晓燕 张 寅 张文彭

陈玥舟 夏立营 糜 仪

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

肿瘤病人康复手册/张文彭等主编. —2 版. —北京:
人民卫生出版社, 2012. 12

ISBN 978-7-117-16456-6

I. ①肿… II. ①张… III. ①肿瘤-康复-手册

IV. ①R730.9-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 252480 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数 据库服务, 医学教育资 源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

肿瘤病人康复手册

第 2 版

主 编: 张文彭 张 寅

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph @ pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京铭成印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 20.5

字 数: 496 千字

版 次: 2003 年 1 月第 1 版 2012 年 12 月第 2 版第 3 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-16456-6/R · 16457

定 价: 36.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ @ pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

Foreword

前言



肿瘤是危害人类身体健康最严重的疾病之一。癌症亦称恶性肿瘤,据 WHO(世界卫生组织)统计,20 年前,全世界 50 亿人口中每年新发现的恶性肿瘤患者便已经超过 1000 万人,每年因恶性肿瘤死亡超过 500 万人,且新发病例及死亡病例数均增长速度迅猛。2007 年全球共约有 1270 万癌症新增患者,760 万人死于癌症。到 2020 年前,全球癌症发病率将增加 50%,即每年将新增 150 万癌症患者。不仅如此,癌症的死亡人数也在全球迅猛上升,2030 年每年因癌症死亡人数可能会增至 1320 万。时至今日,恶性肿瘤已成为与心血管病并列的导致人类死亡的最重要原因。20 年前我国每年恶性肿瘤发病数超过 160 万,死亡数达 130 万,时至今日,恶性肿瘤已位列我国各种疾病死亡率第一位,且其发病率还在继续上升。目前,全球 20% 的新发癌症病人在中国,我国每死亡的 5 位病人中,即有 1 人是死于癌症及其并发症。肿瘤的防治与康复已成为与每一个家庭和医务人员都密切相关的社会问题。

本书由浅入深,较为详尽、系统地介绍了与肿瘤康复治疗

有关的医学知识,融会近年来中西医学的最新研究成果,突出中国传统医药学与现代医学较为适用的康复医疗措施。在编写中力求做到具有科学性、知识性、实用性等特点,讲究实效,层次分明,条理清晰,内容丰富,生动易懂。

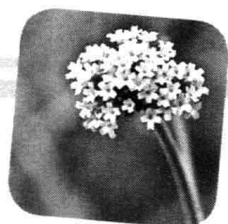
本书将以最为实用的康复医疗的具体有效措施为重点,多方面、多角度介绍中西医学的相关进展。此次再版不仅特别补充了包括常见肿瘤的症状表现和报警指征、诊断依据、最新检查和检验手段等在内的大量相关西医内容,还就传统中医药抗癌思路、传统中药抗癌原理加以介绍,并收录了较为丰富的药食处方,以便为肿瘤患者及其亲友、一般医务人员提供有益的参考。

张文彭

2011年12月

Contents

目 录



肿瘤病人康复入门篇

什么是肿瘤·····	2
为什么说肿瘤是严重危害身体健康的常见病、多发病·····	4
肿瘤病人康复医疗有哪些重要意义·····	5
肿瘤病人康复医疗措施主要有哪些·····	8
肿瘤病人康复医疗的原则是什么·····	9

调节免疫康复篇

肿瘤的发生发展为什么与机体免疫功能失调有关·····	14
肿瘤的现代医学免疫疗法主要特点与治疗方法有 哪些·····	16
肿瘤病人康复中医药疗法对改善机体免疫功能有哪些 影响·····	19
为什么说调节免疫功能是肿瘤病人康复医疗措施的	

重要作用机制·····	22
-------------	----

心理康复篇

不良心理因素与肿瘤发病有关·····	26
肿瘤病人的心理表现有哪些·····	27
心理状态对肿瘤病人康复有哪些影响·····	32
肿瘤病人心理治疗的措施有哪些·····	35
支持疏导疗法怎样用于肿瘤病人心理康复·····	36
合理情绪疗法如何用于肿瘤病人心理康复·····	37
集体疗法怎样用于肿瘤病人心理康复·····	37
行为疗法如何用于肿瘤病人心理康复·····	38
放松疗法怎样用于肿瘤病人的心理康复·····	40

饮食康复篇

肿瘤病人为什么需要采用饮食康复·····	42
肿瘤病人饮食康复的基本原则有哪些·····	43
肿瘤病人中医食疗的基本原则是什么·····	45
蔬菜中的哪些成分有抗肿瘤的作用·····	47
哪些蔬菜食品有抗肿瘤作用·····	53
哪些瓜果食品有抗肿瘤作用·····	70
哪些粮食类食品有抗肿瘤作用·····	80
哪些动物类食品有抗肿瘤作用·····	85
哪些饮料类食品有抗肿瘤作用·····	90
肿瘤病人康复过程中怎样选择饮食·····	95
肿瘤病人饮食康复药膳疗法有哪些·····	101

针对肿瘤病人放、化疗副反应的药膳疗法有哪些	115
肿瘤病人康复饮食疗法应注意哪些问题	131
常见的致癌饮食有哪些	137

中医药康复篇

肿瘤病人康复中医药治疗原则有哪些	144
肿瘤病人康复中医药常用治疗方法有哪些	148
清热解毒法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	149
活血化瘀法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	149
软坚散结法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	150
以毒攻毒法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	151
益气健脾法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	152
滋阴养血法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	152
补益肝肾法为什么常用于肿瘤病人康复治疗	153
肿瘤病人康复常用清热解毒中药如何应用	154
肿瘤病人康复常用活血化瘀中药如何应用	166
肿瘤病人康复常用软坚散结中药如何应用	172
肿瘤病人康复可用的以毒攻毒中药如何应用	178
肿瘤病人康复常用益气健脾中药如何应用	184
肿瘤病人康复常用的滋阴养血中药如何应用	190
肿瘤病人康复常用的补益肝肾中药如何应用	197
肿瘤病人康复常用传统中成药怎样应用	203
肿瘤病人康复常用现代中成药怎样应用	208
肿瘤病人康复常用中医药有效复方有哪些	213
中国民间肿瘤病人康复有效验方有哪些	238
肿瘤病人康复常用中医外治法怎样应用	243

针灸康复篇

针灸怎样应用于肿瘤病人的康复治疗·····	252
针灸的抗肿瘤作用机制有哪些·····	253
肿瘤病人康复针灸治疗原则是什么·····	255
肿瘤病人康复针灸治疗常用穴位有哪些·····	257
肿瘤病人康复治疗怎样应用针刺疗法·····	260
肿瘤病人康复治疗如何应用艾灸疗法·····	263
肿瘤病人康复治疗如何应用穴位注射疗法·····	266
肿瘤病人康复治疗如何应用穴位激光疗法·····	269
肿瘤病人康复治疗怎样应用磁镊针疗法·····	270
肿瘤病人康复针灸治疗中的异常情况应怎样处理·····	272
肿瘤病人康复针灸治疗应注意哪些问题·····	274

气功康复篇

气功抗肿瘤的作用机制有哪些·····	278
肿瘤病人康复气功治疗的原则是什么·····	281
肿瘤病人康复气功治疗的适应证有哪些·····	283
肿瘤病人康复气功锻炼的基本方法有哪些·····	284
肿瘤病人康复气功锻炼怎样应用新气功·····	286
肿瘤病人康复气功锻炼如何应用动功六字诀·····	292
肿瘤病人康复气功锻炼怎样应用八段锦·····	296
肿瘤病人康复气功锻炼如何应用内养功·····	301
肿瘤病人康复气功锻炼怎样应用强壮功·····	302
肿瘤病人康复气功锻炼如何应用放松功·····	304

肿瘤病人康复气功治疗的注意事项有哪些·····	305
-------------------------	-----

运动康复篇

肿瘤病人康复运动疗法的作用机制有哪些·····	310
肿瘤病人康复运动疗法的应用原则有哪些·····	312
哪些医疗运动项目适合于肿瘤病人康复·····	314
肿瘤病人怎样应用太极拳进行康复锻炼·····	314
肿瘤病人如何进行散步康复锻炼·····	317
肿瘤病人如何进行医疗步行康复锻炼·····	318
肿瘤病人如何进行慢跑康复锻炼·····	319
肿瘤病人怎样应用骑自行车康复锻炼·····	319
肿瘤病人如何进行医疗体操康复锻炼·····	320
肿瘤病人康复运动疗法怎样掌握运动量·····	322
肿瘤病人康复运动疗法应注意哪些问题·····	325

生活康复篇

肿瘤病人手术后残缺功能怎样康复治疗·····	328
肿瘤病人生活自理能力的康复主要有哪些内容·····	330
怎样帮助肿瘤病人恢复日常生活能力·····	330
如何帮助肿瘤病人提高自我防护能力·····	331
怎样帮助肿瘤病人增强社会交流能力·····	332
肿瘤病人怎样进行职业康复·····	333
肿瘤病人如何进行性生活的康复·····	334
肿瘤病人怎样进行起居康复·····	337

物理康复篇

肿瘤病人康复物理疗法的应用原则有哪些·····	342
音乐疗法怎样应用于肿瘤病人的康复医疗·····	342
加热疗法如何应用于肿瘤病人的康复医疗·····	345
冷冻疗法怎样应用于肿瘤病人的康复医疗·····	350
电化学疗法如何应用于肿瘤病人的康复医疗·····	354
高压氧疗法怎样应用于肿瘤病人的康复医疗·····	355

对症康复篇

肿瘤病人出现发热可应用哪些康复医疗措施·····	358
肿瘤病人出现肿块需要采取哪些康复医疗措施·····	367
肿瘤病人有出血时可应用哪些康复医疗措施·····	369
肿瘤病人出现贫血需要采取哪些康复医疗措施·····	372
肿瘤病人出现进行性消瘦可应用哪些康复医疗措施·····	374
肿瘤病人出现咳嗽需要采取哪些康复医疗措施·····	378
肿瘤病人出现呕吐可应用哪些康复医疗措施·····	383
肿瘤病人出现噎膈需要采取哪些康复医疗措施·····	385

止痛康复篇

现代医学常用的肿瘤康复止痛疗法有哪些·····	390
肿瘤康复止痛药物主要有哪几类·····	392
肿瘤病人疼痛症状康复止痛治疗的基本原则有哪些·····	392
肿瘤病人出现疼痛症状怎样选用止痛药物·····	394

肿瘤病人康复止痛的非药物疗法主要包括哪些措施·····	395
中医药常用的肿瘤康复止痛疗法有哪些·····	396
肿瘤病人康复止痛怎样应用中医辨证治疗·····	397
常用于肿瘤病人康复止痛的中成药有哪些·····	399
用于肿瘤病人康复止痛的有效中药复方有哪些·····	400
用于肿瘤病人康复止痛的中药验方有哪些·····	402
用于肿瘤病人康复止痛的中药外治法有哪些·····	403
针灸疗法怎样用于肿瘤病人的康复止痛·····	407

辨瘤康复篇

鼻咽癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	412
鼻咽癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	414
甲状腺癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	418
甲状腺癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	419
肺癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	422
肺癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	424
食管癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	430
食管癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	432
胃癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	438
胃癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	440
肝癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	447
肝癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	449
胰腺癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	454
胰腺癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	455
大肠癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	459
大肠癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	461

膀胱癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	466
膀胱癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	468
乳腺癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	472
乳腺癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	475
卵巢癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	480
卵巢癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	482
宫颈癌病人可采取哪些现代医学康复措施·····	484
宫颈癌病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	486
脑肿瘤病人可采取哪些现代医学康复措施·····	490
脑肿瘤病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	492
恶性骨肿瘤病人可采取哪些现代医学康复措施·····	495
恶性骨肿瘤病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	497
白血病人可采取哪些现代医学康复措施·····	499
白血病人常应用的中医药学康复措施有哪些·····	501

手术与放疗、化疗康复篇

肿瘤病人手术前常采取哪些康复医疗措施·····	508
肿瘤病人手术后需要采取哪些康复医疗措施·····	509
肿瘤病人放疗前常采取哪些康复医疗措施·····	511
肿瘤病人放疗时需要采取哪些现代医学康复医疗措施·····	512
肿瘤病人放疗时需要采取哪些中医药学康复医疗措施·····	514
对肿瘤病人化疗时出现的毒副反应为什么要采取积极 的康复医疗措施·····	520
肿瘤病人化疗时出现发热需要采取哪些康复医疗措施·····	521
肿瘤病人化疗时出现营养不良可应用哪些康复医疗 措施·····	523

肿瘤病人化疗时出现恶心、呕吐需要采用哪些康复医疗措施·····	524
肿瘤病人化疗时出现腹泻可应用哪些康复医疗措施·····	526
肿瘤病人化疗时出现骨髓抑制需要采取哪些康复医疗措施·····	527
肿瘤病人化疗时出现呼吸系统损伤可应用哪些康复医疗措施·····	529
肿瘤病人化疗时出现心脏毒性反应需要采取哪些康复医疗措施·····	530
肿瘤病人化疗时出现肝脏损伤可应用哪些康复医疗措施·····	531
肿瘤病人化疗时出现肾脏毒性反应需采取哪些康复医疗措施·····	532

自我观察病情篇

肿瘤病人为什么要重视自我观察病情变化·····	536
肿瘤病人自我观察病情变化的方法主要有哪些·····	536
肿瘤病人应注意自我观察哪些主要症状变化·····	537
肿瘤病人需要注意自我观察哪些主要体征变化·····	538
肿瘤病人应注意自我观察哪些客观指标变化·····	539
肿瘤病人需要注意自我观察哪些与中医辨证治疗有关的病情变化·····	541

定期复查篇

肿瘤病人为什么要定期查体·····	544
-------------------	-----

肿瘤病人定期查体主要包含哪些项目	544
肿瘤病人体格检查主要有哪些内容	545
肿瘤病人 X 线检查的主要意义是什么	546
肿瘤病人为什么要做 CT 检查	547
肿瘤病人为什么要做 CT 增强扫描检查	548
肿瘤病人为什么要做磁共振成像 (MRI) 检查	550
肿瘤病人为什么要做超声波检查	551
肿瘤病人为什么要做 PET/CT 检查	552
肿瘤病人进行内镜检查的适应证与禁忌证有哪些	554
常用肿瘤标志物的化验检查有哪些	555
如何进行肿瘤标志物的联合检测	563
如何进行肿瘤标志物检测的定期复查	564
肿瘤标志物检测结果的假阳性情况	565
哪些肿瘤病人需要定期进行血象和骨髓象检查	566
哪些肿瘤病人需要定期进行大便隐血试验检查	567
肿瘤病人为什么要进行脱落细胞学检查	567
肿瘤病人进行流式细胞仪分析术检查的主要意义是 什么	568
哪些肿瘤病人需要进行 EB 病毒抗体检查	568
肿瘤病人为什么要做病理检查	569
肿瘤病人定期进行中医诊断检查有哪些内容	570
常见肿瘤定期查体的主要内容各有哪些	570
手术后与放、化疗后肿瘤病人怎样进行定期查体	572
肿瘤病人定期查体应注意哪些问题	573
肿瘤复发与转移的征兆有哪些	576

预防发生篇

了解肿瘤病因对预防肿瘤发生有何意义·····	580
恶性肿瘤发生和进展的“报警征象”有哪些·····	593

预防复发与转移篇

什么是肿瘤的复发·····	610
影响肿瘤复发的因素有哪些·····	610
什么是肿瘤的侵袭(浸润)与转移,其转移的主要途径有 哪些·····	612
常见肿瘤有哪些转移途径及转移症状表现·····	613
影响肿瘤转移的因素有哪些·····	630
为什么要重视预防肿瘤的复发与转移·····	631
采取综合性康复医疗措施预防肿瘤的复发与转移·····	632
提高机体免疫功能、预防感冒以预防肿瘤的复发与 转移·····	633
选择良好的饮食生活方式以预防肿瘤的复发与转移·····	634
中医药治疗与食疗相结合,提高机体抗病能力·····	636
参考文献·····	638

 什么是肿瘤

肿瘤是机体在各种致病因素的作用下,局部组织的细胞异常增生形成的新生物,除可表现为其本身的持续生长外,恶性肿瘤的生长还以对邻近组织器官的侵犯及通过血行转移、淋巴转移、体腔播种转移等方式累及远端组织器官为重要特点。

医学研究认为,引起肿瘤的原因有内外两方面的因素。外因主要有物理、化学、生物等损伤因素的影响,内因包括精神、内分泌、遗传、免疫等因素。致癌因素长期作用于细胞的遗传物质,主要是脱氧核糖核酸(DNA),可引起遗传密码的改变,使DNA链出现交联、断裂,碱基出现突变、插入或缺失,某些关键的细胞调控基因从而出现突变或过量表达。伴随细胞的分裂,这些遗传物质的改变仍能按照遗传法则不断传给子代细胞;此外,人体细胞内广泛存在的一类原癌基因在生物、理化等因素的不断作用下,发生数量、位置或结构异常,从而被激活,转变为癌基因,最终使正常细胞的分化和生长过程失控,转变成瘤细胞,表现出不同程度地丧失了分化成熟的能力和相对无限生长的两大特征。上述原因致使肿瘤细胞呈现异常的形态、功能和代谢状态,瘤细胞出现的相对无限制生长状态与整个机体不协调,即使致癌因素消失,瘤细胞的这种增生特性仍能继续存在。

根据肿瘤对机体影响的不同,可以分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类。一般根据其组织来源的不同而命名,良性肿瘤在其来源组织名称后加一个“瘤”字,例如来源于纤维结缔组织的良性肿瘤称为纤维瘤。恶性肿瘤在其来源组织名称后加“癌”或“肉瘤”,来源于上皮组织的统称为“癌”,命名时在其来源组织名称之后加一“癌”字,例如来源于鳞状上皮的恶性肿瘤称为鳞