

癌症

早期自我检查法

医学博士

〔日〕市川平三郎 著

廖松涛 译



人人體內都有“致癌的遗传因子”
早期发现可保障您生命健康



◎ 国际文化出版公司

癌症早期自我检查法

[日] 市川平三郎 著
廖 松 涛 译

国际文化出版公司

1988年·北京

癌症早期自我检查法

〔日〕市川平三郎 著

廖 松 涛 译

国际文化出版公司出版

新华书店北京发行所发行

二二〇七工厂印刷

787×1092毫米 32开本 5.625印张 118千字

1988年6月第一版 1988年6月北京第一次印刷

统一书号：14345·001 定价：1.50元

ISBN 7—80049—062—9/R·1

写 在 前 面

最新资料显示所有人都具有致癌遗传因子

经常有人问我：“医生，有没有法子可以避免罹患癌症？”

我的回答往往是：“没有。”

话虽如此，不过，癌症的预防方法很多，只要实行其中任何一种，即可使致癌的可能性大大减低。随便举一个例子，我们都知道抽烟会导致肺癌，所以戒除烟瘾也是预防癌症的方法之一。当然，光是戒烟并不能 100% 的保证不患癌症，因为一般众所周知的癌症就有五十种以上，而各种癌症的导因又不尽相同。

换句话说，个别的预防法不能对所有的癌症都奏效。

直到最近，专家们经由事实发现，即使是在人体健康的细胞中也存有致癌的遗传因子。

例如在胃的内部，由于新陈代谢激烈，所以细胞急速地生长。这些新生的细胞大都以正常的状态繁衍，但偶而也有些异常的细胞会盲目且疯狂地增殖，不久之后，就形成肿瘤，接着更加无限制地成长，最后崩溃出血，并蔓延全身。所以，癌症的发生就是由于细胞发育过程异常而开始的。

从前，这种异常被认为是透过“癌物质”而由外界引起的。此种说法确属无误，可是经过进一步的研究人类细胞中

的遗传因子进而发现——

“人体健康的细胞中也有致癌的遗传因子。”

这意味着每个人与生俱来就有致癌的“种”。

这个“种”平常能够自我约束，不会肇事，但是如果活跃起来，就会致癌。因此，我们每一个人身上都埋伏着这样一个不知何时会爆发的“种”。

“致癌的遗传因子”从人类诞生之后，就潜伏在人的生命之中，历经数百万年，所以任谁也逃不过这个“宿命”。

克服癌症的最后阶段

根据统计，直到去年为止（近二、三十年）始终占着死亡原因首位的脑中风，目前已经被癌症这个新的疾病取代了。

如果以数字来表示，因癌症而死亡的人数，一年大约是十万。

尤其最近，翻开报章杂志都可以看到有关癌症的报道。这也算是癌症研究进步的明证，是可喜的现象。由于许多癌症专门医师的努力，国内癌症医学及医疗水平，已获得全世界一致的好评。如今连重症病患最多的国立防癌中心，也有50%的癌症患者能够治愈。

在防癌中心刚创办的二十年前，癌症的治愈率仅仅能够达到35%。如今，被喻为不治之症的癌，终于被人们所克服了。

虽然癌症进入可以治愈的时代，但是仍然占死亡原因的首位，像一颗定时炸弹般，在人们不留意的当儿袭击大家。

那么，占死亡原因中五分之一的癌，果真是无可避免，

罹患者只能自认倒楣，束手待毙吗？

不！我们应该能够找出避免罹患癌症的良策。

世界尖端医学的癌症自我诊断法

经由“定期检查”，可以“早期发现”。

避免罹患癌症致死的唯一方法，就是趁早将癌细胞连根拔除。

癌症的特征是在初期时缺乏自觉症状。不过有时情况轻微时也有自觉症状，基于此种理由，很多人由于接受诊断，而成功地发现了癌症，所以，熟知“癌症初期的症状”是极端重要的。

如果能够早期发现，以目前的医疗技术，绝对是可以治疗的。但是根据统计，四十岁以上的男性，曾经接受过定期检查的人，仅仅占21%，女性方面更少，只有14%。也就是说，四十岁以上男性的八成，和大约九成的女性，发现胃癌时已为时晚矣。比如以占癌症之半数的胃癌而言，只要是早期发现，几乎100%都有可能治愈。的确，只要我们能够提高警觉，定期接受检查，就可以大大减少患癌症而冤死的可能。

本书共有“能立刻自行发现的癌症”、“能自行发现症状的癌症”和“能靠检查而发现症状的癌症”等几个部分，凡是能事先发现癌症萌芽的方法几乎全部都网罗了，内容根据众多专科医生的临床经验、判断及研究成果编排，介绍文字浅显易懂。

经过定期检查的普遍推行，早日发现癌症的症状，及早接受治疗，如此，癌症就不再是不治之症了。

目 录

第一章 自我诊断及早治疗

务必要以这些方法检查身体各部.....	(1)
1. 能自行发现的癌症.....	(1)
2. 靠定期检查与自我诊断即能克服癌症.....	(3)
3. 癌症必死的时代已经过去了.....	(4)
4. 现今最好的癌症预防方法.....	(8)
5. 容易罹患癌症的年龄.....	(10)
6. 断定癌症的两种特有症状.....	(11)
7. 自以为知道, 其实全然无知的就是癌症.....	(14)
8. 令人恐怖的癌症“转移”结构.....	(15)
9. 癌细胞在你体内沉睡了二十年.....	(17)
10. 我也是胃癌的过来人.....	(18)
11. 世界尖端的癌症医学.....	(19)
12. 使“超早期发现”成为可能的研究成果.....	(20)
13. 继续带来新发现.....	(22)
14. 延迟发现癌症者的共同特征.....	(24)
15. 自我诊断的关键.....	(24)

第二章 癌症的症状——最新事前检查法

借以发现以前未曾留意的异常	(27)
---------------------	--------

自我检查前应有的认识·····	(27)
1. 乳癌·····	(28)
自我诊断的要点·····	(28)
诊断乳癌的关键·····	(32)
预防乳癌的最新知识·····	(33)
乳癌最尖端治疗技术·····	(35)
2. 皮肤癌·····	(37)
自我诊断的要点·····	(37)
诊断皮肤癌的关键·····	(39)
预防皮肤癌的最新知识·····	(40)
皮肤癌的尖端治疗技术·····	(42)
3. 舌癌·····	(43)
自我诊断的要点·····	(43)
诊断舌癌的关键·····	(46)
舌癌的尖端治疗技术·····	(46)
4. 喉头癌·····	(49)
自我诊断的要点·····	(49)
诊断喉头癌的关键·····	(51)
喉头癌的尖端治疗技术·····	(52)
5. 子宫癌·····	(54)
自我诊断的要点·····	(54)
诊断子宫癌的关键 (1) ·····	(56)
诊断子宫癌的关键 (2) ·····	(57)
预防子宫癌的最新知识·····	(57)
子宫癌的尖端治疗技术·····	(60)
6. 肠癌·····	(64)

自我诊断的要点.....	(64)
诊断肠癌的关键.....	(66)
肠癌的尖端治疗技术.....	(69)
7. 胃癌.....	(72)
自我诊断的要点.....	(72)
诊断胃癌的关键.....	(76)
预防胃癌的最新知识.....	(80)
胃癌的尖端治疗技术 (1)	(81)
胃癌的尖端治疗技术 (2)	(82)
胃癌的尖端治疗技术 (3)	(86)
8. 肺癌.....	(90)
自我诊断的要点.....	(90)
诊断肺癌的关键.....	(94)
预防肺癌的最新知识	(95)
肺癌的尖端治疗技术 (1)	(97)
肺癌的尖端治疗技术 (2)	(99)
9. 泌尿器癌症.....	(103)
自我诊断的要点.....	(103)
诊断泌尿器癌的关键	(106)
泌尿器癌的尖端治疗技术.....	(107)
10. 食道癌.....	(111)
自我诊断的要点.....	(111)
预防食道癌的最新知识.....	(115)
诊断食道癌的关键.....	(116)
食道癌的尖端治疗技术.....	(118)
11. 肝脏癌	(119)

自我诊断的要点.....	(119)
诊断肝癌的关键.....	(123)
胆囊的诊断关键.....	(127)
肝癌的尖端治疗技术 (1)	(129)
肝癌的尖端治疗技术 (2)	(131)
12. 胰脏癌.....	(132)
自我诊断的要点.....	(132)
预防胰脏癌的最新知识.....	(135)
13. 白血病.....	(136)
自我诊断的要点.....	(136)
白血病的尖端治疗技术.....	(141)
14. 脑肿瘤.....	(142)
自我诊断的要点.....	(142)
15. 其他癌症.....	(145)
16. 幼童癌症.....	(151)
自我诊断的要点.....	(151)
后记.....	(156)
附录——预防癌症的十二信条.....	(158)

第一章 自我诊断及早治疗

务必要以这些方法检查身体各部

1. 能自行发现的癌症

当我说：“癌症能够自行发现”之时，也许很多人都不敢相信，而反驳道：“如果癌症能自行发现，谁还怕它！”

他们的言下之意仿佛是：“当发现癌症时，多半已回天乏术了。”这就是一般人错误的观念。的确，很多种癌症在初期并未出现症状，为此我们做医生的总是不厌其烦地劝大家“定期接受检查”，以便能及早接受治疗。因为只要接受定期检查，就可以早期发现，而不致拖延过久。

接受定期检查——这是最重要的步骤。但是定期检查一年顶多两次，通常都只有一次。有些癌症并无法靠检查而发现出来。不过，大部分的癌症都能够自行找出来。

所以，“发现时已为时晚矣”的观念，并不适合所有的癌症。

那么，哪些癌症是可以自行找出来的呢？

【A】能立刻自行发现的癌症

有几种癌症是你现在立刻就能够确定的。

第一是乳癌：用手碰触乳房，察看乳头，并对着镜子照照自己的乳房。使用这种简单的方法，就能立即找出较早期的乳癌。（参考28页）

其次，皮肤癌也能简单的发现出来：察看身体上有没有漆黑的痣，有没有逐渐长大的瘤，有没有始终治不愈的皮肤溃疡，这些皮肤的异常现象用肉眼即可看出。皮肤癌跟体内的癌症不同，很容易发现，如果忽略了，可以说是自己本身的责任。（参考37页）

舌癌也是：舌头是非常敏感的地方，所以大多数的人都可以很早发现它的异常。但是大部分的人认为舌头没有长癌的道理，因此而置之不理。假如舌头边缘等经常接触蛀牙的地方产生溃疡，久久不愈的话，就表示有癌症的征候了。所以如果有异常，而经常治不好，就必须注意了。（参考43页）

【B】能自行发现症状的癌症

有一部分癌症虽然不像乳癌、皮肤癌、舌癌那样简单地能发现致癌的征候，但是如果稍微加以注意，也能发现一点端倪。

先说喉头癌。如果声音干涩、变得沙哑，并且持久不愈，就要提高警觉，最好去看医生。（参考49页）

子宫癌也经常可在早期发现症状。例如行房之后有出血现象就是症状之一。很多患者就是因此而求医，结果挽回一条生命。（参考54页）

又如肠癌也是。很多人由于发现排便中带血，才去接受精密检查，结果由于发现得早，而免于一死。（参考64页）

食道癌会在早期出现：吞咽时容易梗塞，以及牙齿发冷的症状。（参考111页）

其他像肾脏、膀胱、前列腺癌，有时也能早期发现一些可疑症状，那就是尿中带血或排尿困难。总之如果发现异样，最好接受精密的检查，以期能早期治疗。（参考103页）

以上所说的都是“能自行发现的癌症”。

但也有些人明明发现了症状，却以为没什么大不了，加上忙碌便置之不理，因而错过治疗的时机。如果是其他的小病，也许会不药而愈，但是癌症不同，它的进行速度虽然缓慢，但必定会恶化。所以，对上述几种可自行发现症状的癌症，各位应当更加留意。

2. 靠定期检查与自我诊断即能克服癌症

也许有人认为自行发现癌症的可能性微乎其微，其实并不尽然，而且，有的癌症症状能自行发现，这件事具有很大的意义。

有时病患本身可以发现出比米粒还小的乳癌，而这种小乳癌在普通的触诊中，是很容易被疏忽掉的。患者若发现这样的小乳癌之后，自行到医院求治；结果免于死。

能自行发现的癌症种类虽然仅占一小部分，但这已经是极其难能可贵了。因为不明究里地任癌症发展，其结果一定是必死无疑。

即使目前毫无异常，也应具备发现极早期症状的知识。

【C】能靠检查发现症状的癌症

各种癌症当中，有些能自行寻出征候，有些却不能，但是就算无法自行找出，也能使用尖端科技的检查方法将它们发现出来。

例如肾脏或膀胱等泌尿器官的癌症，尿中会带有血液，

但却无法以肉眼判断出来，必须经过简单的尿液检查，如此即使带血量极少，也可以发现出来。（参考103页）

就连不会产生出血的子宫癌，只要使用小勺子（竹刀）轻轻插入子宫口采取细胞加以观察，就可以得知是否罹患子宫癌了。（参考54页）

又像肠癌，即使未出现症状，也能靠X光在可以治愈的阶段找出来。（参考64页）

从前被认定为不治之症的食道癌，如今靠X光片而早期发现、早期治愈的例子也不少。（参考111页）

如果患了目前正在激增中的肺癌，而毫无症状者，也可以利用X光透视，在能开刀治愈的阶段找出症状。（参考90页）

而占有癌症首位的胃癌，在极早期很多都是毫无症状的，但是目前已经进入了连直径三毫米程度的癌也可利用X光发现的时代了。（参考72页）

即使是“无法自行发现”的癌症，也可以在医院里找出来。因为目前的早期诊断技术，已经有了相当的水平。

但是，要在医院和诊所里发现症状，首先必须自己有主动的精神。所以，“看医生找出病来”和“自行找出来”在基本上是一样的。

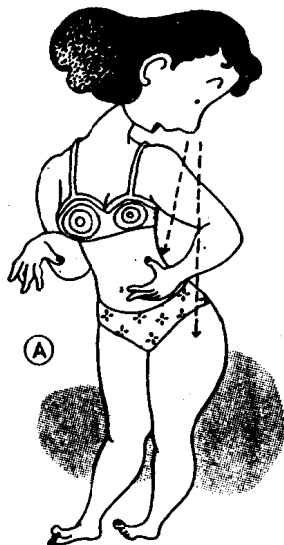
能靠“自行发现”和“在医院发现”这两条途径，而早期发现、早期根治的癌症，可以说占了所有癌症的半数以上。

由此可见，能否克服癌症关键全操在自己手上。

3. 癌症必死的时代已经过去了

假定A有一天咳出了血痰。而A现年五十岁，是标准的

终于能自我诊断癌症了



A 能立刻找出来的癌症

(乳癌、皮 癌、舌癌)

B 能够自行发现癌

(喉 癌、子宫癌、肠癌、食道癌、泌尿器官癌)



C 能够自行发现症状的癌症

(泌尿器官癌、子宫癌、肠癌、食道癌、肺癌、胃癌)

罹癌年龄，所以他对此耿耿于怀。第二天他又咳出血痰，使得他脸孔发青，他不肯听从家人的劝告到医院去检查，因为他认为自己得了癌，即使到医院也没有救了。他甚至写好了遗书，料理好了后事。后来，他终于经不起家人的苦苦哀求，到医院接受精密的检查，却意外的发现自己并未罹患可怕的癌症。

在这里我们要讨论的是，像A先生这样认为患了癌症就无药可救的人竟然占了绝大多数。的确，癌症曾经是一种不治之症，假如是在三十年前，也许有必要先立好遗嘱、交代后事。但是现在时代不同了，如今癌症不断在治愈，只要早期发现，它是一点都不可怕的。

大约在十年前，我曾经经历这样的事。当时“X光双重造影法”算是早期发现胃癌的方法，我到各地演讲，宣导“靠这种方法可以发现米粒大小的胃癌，再经过手术，百分之百可以治愈。”结果我一位行医多年的叔叔（当时是八十岁左右）私底下邀请我说：

“平三郎，今晚到我家里来坐坐吧！”

我如约而去，结果他很神秘的对我说：

“你最近到处演讲，说什么胃癌可以早期发现早期治疗，那也许是劝人们求医的一种方法，但是你对我可要实话实说，所谓的米粒大的早期癌，到底是不是真的癌？”

我回答：“是真的癌。”

但是叔叔怎么也不肯相信。连身为医生的叔叔，也无法相信能够早期发现胃癌的时代已经来临了。

叔叔接受医学训练的一九二〇年代，胃癌被公认是一种绝症。当时出版的一本“胃癌”，有内科权威入泽达吉东教

授所写的序文，上面有一段说：“一个人如果患了胃癌，就必死无疑，因为胃癌是绝症。可是却有人患了胃癌还活得好好的，原来那是医生误诊为有癌。

当时的情况如此，难怪我的叔叔会表示怀疑。在那个时代，只要找出鹌鹑蛋大小的胃癌，医生就会兴奋地大喊：“这是超早期的癌症！”但是现在像那种程度的癌症，只要是消化器疾病的专门诊所和医院，都可以很容易地发现出来。

随着医学的发达，关于癌症的研究也有辉煌的进步。现在连半颗米粒大的胃癌，也不难发现了。

虽然如此，对癌症的恐惧，仍长久存在人们的心中，而无法根除。报纸的讣闻栏上不时地可以看到因癌症而死亡的消息。

“哇！得了癌症就会无药可救！”

大家便直觉的如此认定。其实，被治愈的癌症患者亦复不少，可是报纸上并未登载出来，所以才造成大家这种错误的观念。

根据今年四月由防癌中心所整理出的资料显示，其中大约有49.2%的癌病住院患者经过治疗之后完全痊愈。

防癌中心大都收容一些由其他医院送来的重症患者，能有这种成绩已经不错了，相信其他医院的医疗成绩将会更好。

依照这个比例看来，患癌症的人每二人中有一人可以得到救。

像占有日本全国人民癌症四成左右的胃癌，如果癌细胞仍停留在胃粘膜，治愈率（罹患癌症经治疗后能生存到五年以上，就被断定为治愈。这就称为五年生存率）竟然可达到100%。