

怎样自我发现癌症

潘明继

福建科学技术出版社

怎样自我发现癌症

潘明继

福建科学技术出版社

一九八二年·福州

怎样自我发现癌症

潘明继

*

福建科学技术出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

闽侯青圃印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 3.75印张 1插页 78千字

1982年10月第1版

1982年10月第1次印刷

印数: 1—38,600

书号: 14211·48 定价: 0.36元

前 言

癌症是当前严重威胁人类健康的一种常见病。一般认为，癌病是“不治之症”，其实，癌症若能早期发现早期治疗，85%以上的病例是可以治愈的。但是，由于人们对癌症发生的规律不了解，当患者知病就医时，多数已属晚期，失去了治愈的机会。“山雨欲来风满楼”，事物的发生和发展都有一定的“征兆”。癌症也是这样。只要我们认真探索就可以早期发现癌症。

本书重点描述了30多种常见恶性肿瘤在早、中期病人自己所能察觉到的症状和检查到的病征。人们掌握了这些知识，就能在没有医生指导，又不依靠仪器检查的情况下，初步进行自我诊断，为尽早治疗创造条件。

为了防止人们“视绳如蛇”的恐癌心理，在叙述癌病症状之后，对一些容易与癌症混淆的良性疾病，也做了简要的说明。

本书每一癌症的“注意要点”，是病征的概括，便于使读者看后一目了然。本书还对各种癌症的不同治疗方向作了简要的提示。此外，还简述了肿瘤的致病因素、发病规律和预防知识，并对中西医各种治疗手段作了简介。

本书插图由施嘉彬、喻继奎、酆波、王志明绘制。

限于水平，书中难免有错误之处，欢迎读者批评指正。

潘明继

一九八一年十月于福州红十字医院

目 录

一、癌症的基本知识.....	(1)
(一) 什么叫癌症? 为什么会患癌症?	(1)
(二) 癌细胞是怎样生长和转移的?	(5)
(三) 恶性肿瘤的分类和命名.....	(8)
(四) 怎样区别良性肿瘤和恶性肿瘤?	(9)
(五) 癌症会传染吗?	(10)
(六) 癌症会不会遗传?	(11)
(七) 患了癌症能不能结婚、生育和喂奶?	(13)
(八) 患了癌症怎么办?	(14)
(九) 常用治癌方法简介.....	(19)
(十) 癌症的预防.....	(28)
(十一) 日常生活防癌十六条.....	(38)
二、怎样自我发现癌症	(40)
(一) 舌癌及口腔癌.....	(40)
(二) 扁桃体癌.....	(42)
(三) 食管癌和贲门癌.....	(43)
(四) 胃癌.....	(50)
(五) 肝癌.....	(53)
(六) 胰腺癌.....	(57)
(七) 大肠癌、直肠癌和肛门癌.....	(60)
(八) 鼻咽癌.....	(66)
(九) 喉癌.....	(70)

(十) 肺癌.....	(71)
(十一) 乳腺癌.....	(77)
(十二) 甲状腺腺瘤与甲状腺癌.....	(80)
(十三) 宫颈癌.....	(82)
(十四) 子宫体癌.....	(85)
(十五) 恶性葡萄胎及绒癌.....	(86)
(十六) 卵巢癌.....	(87)
(十七) 女外阴癌.....	(89)
(十八) 肾癌及肾盂癌.....	(91)
(十九) 膀胱癌.....	(93)
(二十) 阴茎癌.....	(94)
(二十一) 睾丸恶性肿瘤.....	(96)
(二十二) 前列腺癌.....	(97)
(二十三) 白血病.....	(99)
(二十四) 恶性淋巴瘤.....	(102)
(二十五) 皮肤癌.....	(104)
(二十六) 恶性黑色素瘤.....	(106)
(二十七) 骨肉瘤及软骨肉瘤.....	(108)
(二十八) 软组织肿瘤.....	(109)
纤维肉瘤.....	(110)
脂肪肉瘤.....	(111)
滑膜肉瘤.....	(111)
(二十九) 脑肿瘤.....	(112)
附 预告癌症的信号三十二条.....	(114)

一、癌症的基本知识

(一)什么叫癌症？为什么会患癌症？

所谓“癌症”，就是平时所说的恶性肿瘤。肿瘤不但会长在人的身上，同样也可以长在其他动物身上和植物的根、茎、枝叶里。有时，我们可以看到树干、蔬菜、瓜果的某个部位长出一个疙瘩或一个隆起的肿块，这就是植物长肿瘤的表现。此外，各种动物都可发生肿瘤，有的发病率很高，例如鸡大约10~20%会长肿瘤，比人高10~20倍。至于人，可以说，自有人类的存在，就有癌瘤的发生。人体除了头发和指甲外，任何部位都可发生肿瘤。肿瘤有良性和恶性两大类，良性肿瘤对人类危害不大；恶性肿瘤会给生命带来严重的威胁。“癌”就是恶性肿瘤中最常见的一种类型，因此人们习惯把癌症作为恶性肿瘤的代称。

人为什么会长肿瘤？关于这个问题，至今仍然是一个未解之“谜”。但多年来，科学家们进行了大量的研究，发现肿瘤在体内的形成，是由于人体本身具备了发生肿瘤的条件，再加上某些外来因素的作用，使体内正常细胞改变了正常生长发育的方式，逐渐演变成了癌细胞。这些癌细胞的生长，失去了机体内部正常的控制，而发生不受约束的增生和繁殖，大量癌细胞堆积在一起，便形成了危害人类的癌症。

尽管癌症的病因还不很清楚，但近半世纪来，通过大量的研究，一般认为与下列的内外因素有关。

外因方面

有化学的、物理的、生物的以及其他因素。

1.化学因素：经研究证实，目前天然或人工提纯的化学刺激物已有一千多种有致癌作用。有人认为80%以上的癌症是由化学致癌因素引起的，而这些物质，大都是多环芳烃化合物，如煤焦油、烟油、沥青、粗蜡油、杂酚油、葱油等都有较强的致癌作用。此外，亚硝胺、含氮化合物（如奶油黄），某些金属如镉、铬、锌、砷、镍，以及硒、石棉等也有不同程度的致癌作用。亚硝胺化合物可引起动物内脏产生肿瘤，特别是引起肝癌、食道癌和鼻咽癌。亚硝胺在自然界中虽然分布很少，但其前身即亚硝酸盐和二级胺在自然界中如水源、粮食、副食品、蔬菜、水果却普遍存在着，当这两种物质进入人体后，就会在胃内合成强有力的致癌物质亚硝胺。

早在1960年，英国南部某农场，在几个月内有10万只火鸡和小鸭由于吃了一种长霉的花生饼粉而相继死亡，后来，用这种花生饼粉喂羊、鸡、鸽等，也发生同样的后果。经过分析，这种花生饼粉是被一种黄曲霉菌所污染。而黄曲霉菌会产生一种毒素，叫黄曲霉毒素，是很强的致癌物质，其致癌作用比亚硝胺大15倍。经动物实验证明，它会使很多动物发生肝癌和多种器官的肿瘤。黄曲霉在高温、高湿的条件下，喜欢在花生、棉子、大豆、玉米、薯粉、大米、面粉中生长和繁殖。它所产生的毒素不是一般煮沸可以破坏的，也不能用某种药物把它消毒和解毒的，而需要加热到摄氏280度才能破坏。

2.物理因素：物理的致癌因素包括日光与紫外线的照射、机械刺激、创伤及热刺激等。

目前已肯定，无论那一种放射源发生的射线，只要它具有电离作用（如 γ 射线、X射线等），对所有的高等动物，在不同程度上都具有致癌作用，例如接触放射性物质的工作人员，或

由于某种原因受放射性物质的损伤（如日本广岛、长崎原子弹爆炸的受害者），或接受放射性治疗的病人，其癌和肉瘤及白血病的发病率，都比一般人高。长期受紫外线的照射及热的辐射的人，容易患皮肤癌。三度烧伤的皮肤瘢痕，容易癌变。约有20~30%的骨骼肿瘤，可追查到有局部外伤史。多胎多产妇女，子宫颈多次裂伤，容易发生宫颈癌。舌边癌和颊部癌大都是由于锐利残牙或不合适的托牙慢性刺激引起的。

纤维的致癌作用最明显的是石棉和玻璃丝等。石棉含有很多杂质，长期吸入石棉粉尘后，一部分人会引起肺广泛纤维化。这些石棉肺患者，最后约有50%患肺癌和胸膜间皮瘤。

此外，一些慢性炎症或有毒物质刺激，也容易发生癌变。例如男子包皮过长，包皮内的分泌物堆积成包皮垢，这种污垢是一种很毒的物质，将此污垢长期涂抹家兔的耳朵，会使兔耳长皮肤癌，故包皮垢长期刺激龟头，容易发生阴茎癌。包皮过长的男人，其妻子患宫颈癌的也较多。慢性胃溃疡，5%会发生癌变。

物理因素的致癌作用，具有三个共同的特点：致癌的潜伏期很长；癌的发生率较低；致癌原因比较明确，防护措施容易收效。因此，致癌的物理因素，并不构成对人类最大的危险性。

3.生物因素：在生物因素中最引起重视的是病毒，而病毒的体积比细菌小得多，绝大多数需要电子显微镜才能看到。认为病毒是致癌因素的理由是：已在30多种动物肿瘤细胞中发现有病毒存在。在人类，也发现非洲伯基特淋巴瘤、鼻咽癌、乳腺癌、肝癌、宫颈癌、白血病等细胞内都有病毒存在。但癌症的病毒因素的学说还有很多疑问，例如，并不是每种癌瘤细胞都可找到病毒，而是很多不是癌瘤的疾病，如红斑狼疮、瘤型麻风等病人的血清中也可发现类似的病毒，再说，通过与癌症病人的直接接触，未发现具有传染性，将癌细胞内的病毒分离

后，再注入人体内，并未发现有致癌作用。所以病毒在癌细胞内到底是“过客”或是致癌的“祸根”还要进一步研究。

此外，寄生虫与癌症的发生也有一定的关系，有一种会引起大肚子的病，叫日本住血吸虫病，这种血吸虫常寄生于人体的直肠内及肝脏内。在血吸虫病流行区，直肠癌及肝癌发病率较高。我国南方如广东人喜欢吃生鱼，因此容易感染上中华枝睾肝吸虫病。而在肝吸虫病流行区，肝癌的发病率也较高。

内因方面

引起肿瘤的外因虽然很多，致癌因素在自然界普遍存在着，人们的起居、饮食每时每刻都要接触到，但发生癌症的仍然极少数。一般情况下，在人群中，每1000个人中只有一个半左右患癌症，这里给我们一个极其重要的启示：只有外因不一定会致癌，必须具备一定的内因才能发病，也就是说，人体内部是否具备了发生癌症的条件。例如，多环芳烃化合物是强有力的化学致癌物质，当它进入人体后，还要通过人体内多环芳烃活化酶的转化，才能作用于细胞而发生癌变。如果人体内活化酶含量高，那么接触多环芳烃的化学物质，就容易致癌；相反，活化酶含量低，即使接触化学致癌物质，患癌的机会率也较低。

此外，内分泌功能的紊乱、神经精神状态的失调，对肿瘤的发生和发展都有着重要的影响。在内分泌与癌的关系方面，已证明乳腺癌与卵巢分泌过多的雌性激素有关，长期服用雌性激素的男人，也容易发生乳腺癌。实验证明，内分泌失调，能诱发甲状腺、脑下垂体、卵巢、睾丸、肾上腺皮质，以及子宫体、子宫颈、阴道等器官肿瘤。

在医疗工作中，经常发现受过精神创伤的人，容易患癌症，特别是恐癌症者，癌的发病率较高。患同样一种癌症的人，病情及治疗方法一样，凡是精神乐观，战胜疾病的信心较

足，治疗效果就较好，反之，悲观失望，失去信心，治疗效果就较差。

总的说来，人类肿瘤的发生，很少是由单一的因素引起的，而多数是由两个以上，甚至是多个因素的综合作用引起的。无论是致癌的内因或外因，都要有一定数量，在一定的条件下，经过一段相当的时间的反复作用和刺激，才会使正常细胞逐渐演变成癌细胞。细胞在癌变过程中，会受到多种因素的干扰，如机体免疫系统的抵抗和防卫，以及外来因素的中断或减弱，都可能使细胞癌变过程中逆转成正常细胞，而避免癌症的发生。

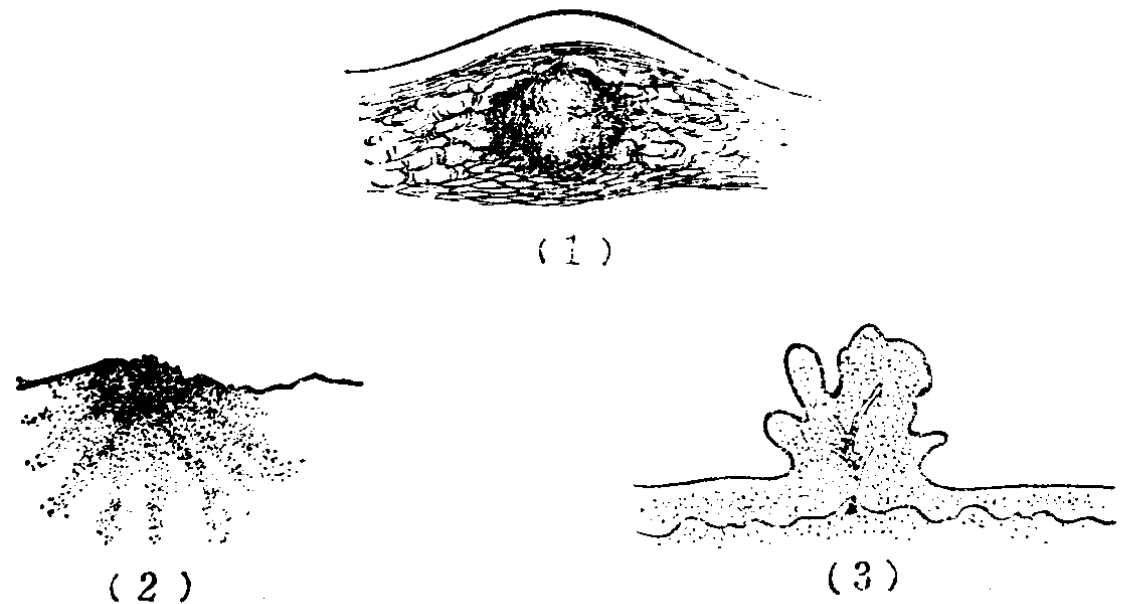
（二）癌细胞是如何生长和转移的？

人体是由无数各种细胞组成的群体，根据生理的需要，组成各种不同功能的器官，这些器官连结在一起，构成人的整体。正如一部机器或一座房子是由各种不同的部件和材料所组成的，但是构成人体的材料及其发挥的功能要比目前世界上最尖端的仪器复杂千万倍。

体内各种细胞在全身最高机关的统一指挥和引导下，为保持人体的健康和活动，行使自己的职责。各个细胞群有自己的寿命期限，短则几小时，长的可达几百天，它们一代传给一代，一旦某个部位受了损伤和破坏，就会增生和修补，直至损伤部位恢复正常为止，但生长在自然界里的人，经常要受外来有害因素的干扰。体内各种细胞除了行使自己的职责外，还要不断抵御和应付外来各种有害物质（物理的，化学的，生物的）的刺激，以及承担和排除人体内部各种不利因素的影响。正常细胞在与外敌的抗争中，有的受到创伤或死亡，有的再度增生。通过损

伤、死亡与增生的多次反复，一些受了创伤而幸存下来的细胞，为了寻求出路，不得不改变自己的生理结构，用另一种生长方式以抵御和适应各种外来和内部的种种刺激和威胁。这些渐变的细胞终于起了飞跃的质变，而成为一种凶残、任性、不受机体约束、不听指挥、无限增殖的癌细胞。这些癌细胞，在体内仍然会受到机体内部防卫机构的抵抗和干预，有的是被围困着而潜伏下来达数月至数年之久，等待时机成熟，东山再起；有的是被当场歼灭；另一部分冲破机体的防卫阻力，迅速繁殖，结成集团，无限生长，损害机体局部器官和侵犯邻近组织，或在体内到处流窜，争夺体内大量营养，分泌各种毒素，损害各种器官的功能，直至危害人体的生命。

癌瘤细胞是通过何种方式结成集团，危害人体的呢？一般说来其生长方式有三种（图1）：



(1) 膨胀性生长 (2) 浸润性生长 (3) 外生性生长

图1 肿瘤生长的三种形式

1. 膨胀性生长：癌瘤细胞在机体的某个部位，群集一处，进行繁殖，不断增生长大，向外挤压，周围组织细胞为了抵御

肿瘤的向外扩展，而动员很多纤维细胞筑成围墙，这就成了与正常组织有明显界限的肿瘤外围的包膜。一般说来，良性肿瘤或恶性肿瘤中肉瘤的早期，大都以这种方式生长。

2.浸润性生长：癌瘤细胞除群集成块外，其细胞还向周围寻找出路，分散侵入正常组织细胞间隙和管道中，在那里建立据点，日益蔓延，范围逐渐扩大，肿瘤与正常组织界限不清，其周围没有包绕的围墙——包膜。因为肿块向外生长和扩散的形状好象一个多脚的“螃蟹”。恶性肿瘤，特别是癌肿，都以浸润的方式生长。所以，在英文中“癌”和“蟹”都叫“cancer”，因而人们习惯取这个词的头两个字母“ca”作为癌的代号。

3.外生性生长：某些发生在皮肤、体腔或胃肠道粘膜上的上皮性肿瘤，常向体表及腔内生长，形成乳头状肿块，突起于皮肤及粘膜上。良性肿瘤中的息肉、乳头状瘤；恶性肿瘤中的牙龈癌、食管癌、胃癌和肠癌，都以这种生长方式生长。

良性肿瘤除了进行膨胀性生长和外生性生长外，一般不会扩散，而恶性肿瘤则不然，它除了在原发部位，不断地从组织间隙侵入邻近的组织器官外，癌细胞还可以从癌块中直接脱落而种植或通过淋巴管及血管等途径，跑到体内其他组织器官里去，在那里“安家落户”，继续为害。医学家把这种现象叫做转移。

一般地说，体内有了癌块，就有转移的可能，有时每天从癌组织脱落和分离出来的癌细胞是成千上万的，但是99.9%以上是被体内防卫机构消灭掉的，只有极少几个找个栖身之地，生存下来，继续繁殖，成为新的转移癌，另一些由于环境不利其生长，就潜伏下来，等待条件成熟，再行增殖和发展。

根据上述启示，人们对癌症的防治应时时处处注意增强和保护人体的抗癌能力。无论采取何种治疗措施，都不能损伤人

体的正气（抗癌力），在使用攻癌（祛邪）的同时，就应该配合补体（扶正）的措施，这样不致于攻癌未克，反伤正气，从而助长癌细胞的生长。此外，对暴露的或可触到的癌瘤肿块，应尽量避免不必要的按摩和挤压，以免把大量的癌细胞驱赶到身体其他部位去。病人应保持乐观情绪和树立战胜疾病的信心，才有利于调动体内抗癌的积极因素，抑制癌症的发生和发展。

（三）恶性肿瘤的分类和命名

恶性肿瘤可以发生于人体任何部位。由于生长特性、组织来源和解剖部位不同，因此肿瘤的类型和名称繁多。一般地说，按组织起源不同，可分为两大类：凡从上皮组织，如皮肤、粘膜、腺体等生长出来的恶性肿瘤，都叫做“癌”，如皮肤癌、食管鳞癌、胃腺癌、乳腺癌；凡从间叶组织，如肌肉、脂肪、骨头、血管、淋巴等长出来的恶性肿瘤，都叫“肉瘤”。如横纹肌肉瘤、骨肉瘤、淋巴肉瘤等。如果是良性的，只要在组织名称之后加个“瘤”字，去掉“肉”字即可，如甲状腺瘤、乳腺纤维瘤，其他来自胚胎细胞或未成熟的幼稚组织及神经组织的某些恶性肿瘤，多采用在发生肿瘤的组织器官或组织名称后面加上“母细胞瘤”几个字。如肝母细胞瘤、肾母细胞瘤、视网膜母细胞瘤、神经母细胞瘤等。此外，还有一些恶性肿瘤，其组织来源含有多种成分，称“癌”不合适，叫“肉瘤”也不妥，只好在这种肿瘤名称前面加上“恶性”两字，以便区别。如恶性畸胎瘤、恶性混合瘤等。也有少数恶性肿瘤，仍沿用习惯的名称，如白血病，何杰金氏病，黑色素瘤等。在所有恶性肿瘤中绝大多数是“癌”（约占90%），其余是“肉瘤”或其他恶性肿瘤，所以人们往往把恶性肿瘤，通称为“癌症”。

(四)怎样区别良性肿瘤和恶性肿瘤?

良性肿瘤和恶性肿瘤有本质的区别,两者的治疗和预后也不一样。如果把恶性肿瘤当良性治,则会贻误病情;若把良性肿瘤当恶性医,也会给病人造成精神负担,使病人遭受不必要的痛苦和经济损失。因此,必须把恶性的和良性的严格区分。今就人的感觉器官所能觉察的征象列表鉴别如下。

良性肿瘤与恶性肿瘤的一般区别

	良 性 肿 瘤	恶 性 肿 瘤
发展过程	生长速度慢,有时生长到一定程度即停止生长,或肿瘤自行消退	生长速度快,在短期内有明显增大,常出现坏死、溃烂和出血
生长方式	多呈膨胀性生长,边缘清楚,常有包膜,与周围无粘连,摸之易移动	多呈浸润性生长,无包膜形成,界限不清,外形不规则,摸之不易移动
局部皮温	肿瘤皮肤温度与正常皮肤温度无明显差别	肿瘤部位皮肤温度多数比周围正常皮肤温度高
转移情况	未见向外转移,手术切除后极少复发	多数向邻近及远处转移,除非早期切除,否则手术后常复发
对人体的影响	影响小,常无症状,若长在某些特殊部位,可压迫主要脏器,影响其功能,有的可发生出血、炎症,如肿瘤长在内分泌的器官里,可引起该腺体功能异常,一般不危害生命	若不能早期发现和及时治疗,其危害性是很大的,由于肿瘤发生部位不同,其症状也不一样,但是本病有其共同的全身症状,如发烧、疼痛、厌食、消瘦、贫血,以至逐渐消耗、衰竭而死亡

不过，肿瘤的良性与恶性是相对的，并没有绝对的界限，有时两者之间可以互相转化，有小部分良性肿瘤在某种内外因素的作用下，也可转变为恶性的，例如生长缓慢的良性肿瘤一旦生长速度突然加快，或者破溃出血，肿瘤表面温度增高，肿块中出现较硬结节等情况，就要考虑恶变的可能，应立即进行检查治疗。但也有的人，虽然长了恶性肿瘤，在机体内部防卫力量的围攻和歼灭下，终于逐渐停止生长，以至自行消退，这些病例多数见于膀胱癌、肾细胞癌、绒毛膜上皮癌及恶性黑色素瘤等。

成人的头颅骨是用来保护脑髓的一种固定的、不能伸缩的硬壳，一旦脑子里长了良性肿瘤，由于肿瘤的膨胀性生长，在颅壳的阻挡下无法向外伸张，只好占据颅内位置，挤压周围脑细胞，因而出现脑神经损伤和颅压增高的症状，这种良性脑瘤对人体的危害与恶性脑瘤没有明显的区别。还有长在内分泌腺的良性肿瘤，也可出现内分泌功能失调等严重疾病，所以说，肿瘤的良恶，虽有一定区别，但没有绝对的界限。临床上对良性与恶性的区别，应综合各方面情况，全面分析。

(五)癌症会传染吗？

在癌症病因中，有病毒学说。病毒是一种要用电子显微镜才能看到的小颗粒。有些传染性疾病，如麻疹、肝炎、乙型脑炎、腮腺炎、流行性感胃等是由病毒传播引起的，那么癌症是否也象上述的传染性疾病而能互相传染呢？这是大家所关心的问题。近年来通过大量的研究，已证明30多种动物肿瘤是由感染病毒引起的，例如有人将患有泸过性肉瘤的鸡的脾脏血，注射到健康鸡的身上，结果健康鸡也得了泸过性肉瘤。还有人让跳蚤

去吸患有乳腺癌小鼠的血，然后又让跳蚤去咬健康的小鼠，结果健康小鼠不久也得了乳腺癌。但是这种实验至今在人的身上并没得到证实。例如有人将癌症病人身上的癌组织或癌细胞取下来，移植到一个健康人体内，经过多次试验的结果，被移植的有相应器官或部位并没有由此而长出类似的癌肿来，这是人体内防御系统具有“排斥”和“消灭异己”能力的缘故。

尽管到目前为止，已发现非洲伯基特氏淋巴瘤、鼻咽癌、乳腺癌、白血病、宫颈癌、黑色素瘤等的癌细胞内有病毒的颗粒，但其他更多的癌症，并没有发现病毒的存在。癌细胞内存在的病毒是致癌的“祸根”，还是同癌细胞互相依存的“过客”？有待进一步证实。

上述说明，与癌症病人的一般接触，并不会象接触急性传染病病人那样，很容易被传染上，即使病毒确有致癌作用，那也只不过是一种致癌的外因。单独的外因并不会发生肿瘤，更主要的还是通过人体的内因，两者综合作用，才会发生肿瘤。何况到目前为止，还不能肯定病毒就是癌症真正的病因。因此，关于癌症会不会传染，用不着过多的担心，因为国内外所有从事癌症防治研究的机构，并没有把癌症病人当成传染病进行管理和隔离。

(六)癌症会不会遗传？

“种瓜得瓜”，“种豆得豆”，子女象父母，甚至有些疾病也可传给下一代，这就是“遗传”。遗传性疾病在医学上是很很多的，在现实生活中，经常可以遇到有些好发癌症的家族，连续几代有不少人被癌症夺去了生命。癌症到底会不会遗传？已成为大家关心的问题。医学家针对这个问题，在动物身上，