

中医教您防治

肿瘤

驱病方法许多种
答案就在您手中

中医教您一招丛书

主编 王文萍

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中医教您一招丛书

中华中医药学会系列科普读物

中医教您防治肿瘤

ZHONGYI JIAONIN FANGZHI ZHONGLIU

主 编 王文萍

编 者 (以姓氏笔画为序)

王文萍 王东梅 王华伟 吕玉萍

汤 宇 李晓斌 吴登斌 郑 忻

高晶晶 曹琦琛

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

中医教您防治肿瘤/王文萍主编. —北京:人民军医出版社,2008.3

(中医教您一招丛书)

ISBN 978-7-5091-1625-8

I. 中… II. 王… III. 肿瘤—中医治疗法 IV. R273

· 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 024684 号

策划编辑:王 宁 文字编辑:蒲晓锋 责任审读:张之生

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927297

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:北京国马印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:10.5 字数:143 千字

版、印次:2008 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~4500

定价:20.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

《中医教您一招》系列知识丛书编委会

总 编 王文中

副总编 李俊德 王 奕 温长路 曹正逵

编委会 (以姓氏笔画为序)

王 奕	王文中	王承龙	王俊宏	王遵来
王融冰	田元祥	史大卓	仝小林	朱 桂
刘 平	刘 颖	刘喜明	江宇泳	孙永章
李 敏	李劲松	李俊德	李爱国	何 冰
邹治文	张明顺	陈 良	孟繁东	赵 骞
胡元会	娄玉钤	徐 远	徐荣谦	徐慧媛
殷惠军	高连印	曹正逵	梁晓春	董振华
蒋跃绒	温长路			

前言



中医药学,是我国灿烂文化瑰宝中的一颗明珠,是我国劳动人民在长期与疾病作斗争过程中的伟大创举。据资料统计,在浩如烟海的中医典籍中,有效秘方、验方达 30 余万首,被国际上誉为“人类药理学的原始资料”,它不仅成为中国传统文化的重要组成部分,而且作为生命科学的重要信息,为整个人类的文明进步做出了卓越的贡献。科学技术的飞速发展,必然带来人们生活方式和疾病谱的不断变化,回归自然日趋成为当今人们的主流意识,单纯的生物学医疗模式已经不适应发展了的时代,而以食疗、体疗、心理疗法、药物疗法为一体的中医学,以其治病求本、疗效明显、不良反应少等优点显示出其优势,越来越受到人们的青睐。它的服务对象,不仅是我们的炎黄子孙,而且正在走出国门,为全人类的健康发挥作用。

人民创造了中医,选择了中医;中医回归于人民,服务于人民,这是自然和社会同时确定的辩证法。如何进一步向广大民众普及中医药知识,使中医科学走进百万个社区、千万个家庭和亿万人民群众的心中,是广大中医药工作者永远的天职和神圣的使命。鉴于此,我们在中医药知识不断普及的基础上,决定编纂一套中医药系列丛书——《中医教您一招》,以更加全面、细致地给人民的健康事业送上一份包括对疾病预防、治

疗、康复等内容的健康大餐。因此,对每一种疾病的介绍都具有中医学的特色;每本书的定量是“一招”。考虑到我国当前的国情、民情,本着“继承不泥古,发扬不离宗”的原则,这套丛书除把中医对常见病、多发病、疑难病的独特疗法介绍给读者外,也把常用的西医及中西医结合疗法做了必要的介绍,使人们有更多的比较和更宽泛的选择,以突出其实用性和可操作性。

这套丛书采取总体设计、分册招标、优化组合、分工合作的方式,先由编委会拟出编写大纲,再由在相关学科有影响的作者选择、申报写作的内容,最后经编委会和出版社共同研究后确定选题。本丛书的作者,大都是工作在临床、教学、科研第一线的具有深厚理论基础和临床功底教授、研究员、主任医师,不少还是硕士、博士生的导师,是高层次的中医药专家。为了保证作品质量,在编纂过程中,我们多次召开由作者、编者共同参加的协商会,请科普专家指导,及时反馈编写过程中出现的问题,制定统一的解决方案。出于普及的考虑,这套丛书的编纂人员还在写作上下了大功夫,表现手法上也有不少创新,以努力克服科学著作的枯燥性,尽量使文章读起来活泼有趣、引人入胜。

本书在立项、编写、出版过程中得到了中国科协、国家中医药管理局及相关单位领导、专家的大力协助和支持,不少同志还担任了不见署名的幕后角色,在此谨对他们表示谢忱!

最近中国工程院院士郝希山主持完成的“恶性肿瘤流行趋势分析及预防研究”得出:59种恶性肿瘤发病率20年间升高了约50%,人口老龄化是恶性肿瘤发病率上升的主导因素。此研究表明,平均年龄每增加1岁,恶性肿瘤发病率上升约11.44/10万。在不同年龄人群肿瘤发病构成中,65岁以上人群肿瘤发病率所占比重最大,约为55.36%。同时此研究预测,到2010年,男性发病前3位的肿瘤为肺癌、肝癌和大肠癌;女性发病前3位的肿瘤为乳腺癌、肺癌和大肠癌。引发癌谱变化的主要原因有吸烟率高、膳食模式西化、肥胖率升高及体力活动减少等。

近些年来,随着生活方式的改变,喜食高脂肪、高热量、低纤维素的饮食习惯和缺乏运动逐渐成为一些肿瘤发病的主要原因;而肺癌、胃癌及肝癌发病居高不下与环境污染加重、吸烟人数增加和进食霉变食物等因素

密切。此外,都市生活压力增大,心理因素影响免疫功能,也是重要诱发因素。因此,预防肿瘤要从改善生活方式入手,良好的生活习惯、合理的膳食结构和健康的心理素质是预防的关键。同时,对肿瘤要早发现、早治疗。

目前中医药已广泛应用于肿瘤防治,具体表现在中医药与手术、放疗、化疗相结合,晚期肿瘤或因其他因素而单纯用中医药治疗等方面,在延长生存期、改善生活质量以及减轻西医治疗中的各种不良反应都取得了较好的效果。为了进一步向广大群众普及肿瘤防治方面的知识,从生活方式着手预防肿瘤,我们检索了中西医防治肿瘤的文献,编写了这本书籍,力求以通俗易懂的语言向大家介绍肿瘤防治科普常识。作者水平有限,疏漏谬误之处,衷心希望各位专家读者给予斧正。

《中医教您一招》丛书编委会

2007年5月10日

目 录

(3)		又胃 .6
(7)		胃余内能知已我因中,五
(7)		按代能能知我余我因中 .1
(8)		具林能能知我余我因中 .5
(8)		近后能能知我余我因中 .8
(9)		余我因中我血能合 .1
(10)		因中食和能能知了得 .2
(10)		害的余余能能知了得余余能能知了得 .8
(11)		
(11)		
(11)		素因能能知余余能知 .1
(12)		余能知余能知 .5
(13)		余余余余余余余余余余 .8
第1章 概述 (1)		
(一)、肿瘤的种类 (1)		
(1)	1. 良性肿瘤的命名	(1)
(1)	2. 恶性肿瘤的命名	(2)
(1)	3. 良性肿瘤与恶性肿瘤的区别	(2)
(二)、癌细胞的特征与癌症的分期 (3)		
(1)	1. 癌细胞的特征	(3)
(1)	2. 区分肿瘤的 TNM 期	(4)
(三)、生活方式癌与引发癌症的原因 (4)		
(1)	1. 生活方式癌的概念	(4)
(1)	2. 癌症发病率为何会升高	(5)
(四)、肿瘤类疾病的古代称谓 (6)		
(1)	1. 舌菌	(6)
(1)	2. 失荣	(6)
(1)	3. 乳岩	(6)
(1)	4. 癥瘕积聚	(6)
(1)	5. 噎膈	(6)



6. 胃反	(7)
五、中医药与肿瘤的治疗	(7)
1. 中医药治疗肿瘤的疗效	(7)
2. 中医药治疗肿瘤的特点	(8)
3. 中医对肿瘤复发和转移的认识	(8)
4. 合理应用中医药治疗肿瘤	(9)
5. 得了肿瘤何时看中医	(10)
6. 规范治疗以减少药物对肿瘤患者的伤害	(10)
第2章 肿瘤的预防	(11)
一、概述	(11)
1. 引发肿瘤的危险因素	(11)
2. 肿瘤的预防措施	(12)
3. 肿瘤预防的必要性	(14)
二、中医与肿瘤的预防	(14)
1. 中医对疾病预防的理论	(14)
2. 中医对肿瘤病机的认识	(15)
3. 肿瘤的发生与正虚邪实的关系	(15)
4. 肿瘤的发生与气滞血瘀的关系	(15)
5. 肿瘤的发生与脏腑失调的关系	(15)
6. 肿瘤的发生与痰湿凝聚的关系	(16)
7. 肿瘤的发生与毒热内结的关系	(16)
8. 中医预防肿瘤的学术思想	(16)
三、肿瘤的早期发现与诊查	(17)
1. 肿瘤的主要警告信号	(17)
2. 肿瘤早期发现的诊查方法	(18)
四、不良生活方式与肿瘤	(19)
1. 生活习惯病的概念	(19)
2. 不良生活习惯与肿瘤发生的关系	(20)
3. 夜晚睡眠不足与肿瘤	(20)
4. 憋大小便的人易患肿瘤	(21)



(17) 5. 吸烟与肿瘤发生的关系	(22)
(21) 6. 饮酒与肿瘤发生的关系	(24)
(22) 7. 酒导致癌症的相关研究	(25)
(28) 8. 饮酒与吸烟在导致肿瘤发生上具有协同作用	(26)
(28) 9. 生活方式癌的预防	(26)
(28) 10. 家庭中的防癌措施	(26)
(27) 五、饮食与肿瘤的预防	(27)
(28) 1. 在饮食方面预防肿瘤	(27)
(29) 2. 油的不合理使用与肿瘤	(29)
(30) 3. 茶的不合理饮用与肿瘤	(30)
(31) 4. 肉食偏嗜与肿瘤	(31)
(31) 5. 维生素缺乏与肿瘤	(31)
(32) 6. 有利于肿瘤防治的微量元素	(32)
(33) 7. 有利于肿瘤防治的瓜果类食物	(33)
(34) 8. 有利于肿瘤防治的蔬菜类食物	(34)
(35) 9. 预防肿瘤膳食	(35)
(38) 六、特殊职业与肿瘤的预防	(38)
(38) 1. 职业与癌症的发生有关	(38)
(38) 2. 如何降低职业所致肿瘤的发生率	(38)
(39) 七、不同部位肿瘤的预防与治疗	(39)
(39) 1. 肿瘤三级预防的概念	(39)
(40) 2. 肺癌的预防与治疗	(40)
(44) 3. 胃癌的预防与治疗	(44)
(49) 4. 大肠癌的预防与治疗	(49)
(53) 5. 直肠癌的预防与治疗	(53)
(55) 6. 肝癌的预防与治疗	(55)
(60) 7. 口腔癌的预防与治疗	(60)
(62) 8. 鼻咽癌的预防与治疗	(62)
(66) 9. 食管癌的预防与治疗	(66)
(70) 10. 皮肤癌的预防与治疗	(70)



11. 胰腺癌的预防与治疗	(71)
12. 淋巴瘤的预防与治疗	(75)
13. 白血病的预防与治疗	(77)
14. 脑瘤的预防与治疗	(83)
八、妇科肿瘤的预防与治疗	(85)
1. 引发妇科肿瘤的危险因素	(86)
2. 警惕阴道异常排液	(87)
3. 外阴瘙痒、外阴白斑与外阴癌	(87)
4. 宫颈癌的预防与治疗	(88)
5. 子宫内膜癌的预防与治疗	(92)
6. 卵巢癌的预防与治疗	(93)
7. 乳腺癌的预防与治疗	(95)
九、儿童与肿瘤	(99)
1. 儿童患肿瘤与成人的不同	(100)
2. 儿童出现以下症状时要排除肿瘤的可能性	(100)
十、舌诊、望诊、闻诊与肿瘤的预防和诊断	(100)
1. 舌诊在肿瘤的预防与诊断中的意义	(100)
2. 望舌识肿瘤	(101)
3. 望诊在肿瘤的预防与诊断中具有哪些意义	(101)
4. 闻诊在肿瘤的预防与诊断中具有哪些意义	(102)
第3章 肿瘤患者的康复护理	(103)
一、肿瘤康复期的概念	(103)
二、肿瘤康复期须知	(104)
1. 肿瘤患者治疗结束后,还能工作和学习吗	(104)
2. 肿瘤患者治疗结束后要定期复查	(104)
3. 肿瘤患者治疗结束后要定期随访	(105)
4. 乳腺癌根治术后要早期行肢体功能锻炼	(105)
5. 家属对肿瘤患者的治疗起支持作用	(105)
6. 肿瘤患者在康复期需要进行体育锻炼	(106)
7. 肿瘤患者可以选择的锻炼项目	(107)



8. 肿瘤患者怎样锻炼才能取得最好的效果	(107)
9. 肿瘤复发或转移后能否医治	(108)
10. 脑瘤偏瘫患者如何恢复	(108)
11. 双卵巢切除术后出现更年期症状的处理办法	(108)
12. 恶性葡萄胎和绒癌治疗后 1~2 年内要避孕	(109)
13. 骨髓移植患者出院后的注意事项	(109)
14. 肿瘤患者要养成定时排便的习惯	(109)
15. 肿瘤患者能否生育和哺乳	(109)
16. 家庭环境对肿瘤患者的康复有影响	(109)
17. 做好肿瘤患者的家庭护理	(110)
18. 癌症患者出院后自我用药的注意事项	(111)
三、中医中药与肿瘤的康复	(111)
1. 肿瘤康复的中医药治疗原则	(111)
2. 服用中药时的注意事项	(111)
3. 扶正祛邪是肿瘤康复治疗的重要原则	(111)
4. 辨证论治是肿瘤康复治疗的关键	(111)
5. 肿瘤康复治疗要坚持因时、因地、因人制宜原则	(112)
6. 肿瘤康复的中医药常用治疗方法	(112)
第 4 章 肿瘤患者的饮食调理	(117)
一、肿瘤患者饮食调理须知	(117)
1. 肿瘤患者正确进行饮食调理的基本要求	(118)
2. 癌症患者的饮食宜忌	(119)
3. 肿瘤患者的饮水调理	(120)
4. 肿瘤患者最宜选择的食品	(120)
5. 肿瘤术后的饮食调理	(121)
6. 化疗、放疗期间的饮食调理	(121)
7. 放疗、化疗患者白细胞减少时的饮食搭配	(122)
8. 食疗在肿瘤康复中的作用	(123)
9. 放疗、化疗反应食疗方	(123)
10. 肿瘤患者康复期恶心、呕吐的解决方法	(124)



11. 癌症患者选用人参时注意事项	(124)
12. 肿瘤患者饮食卫生的重要性	(125)
13. 癌症患者要忌口么	(125)
14. 吃海鲜类食物会使肿瘤发展得更快吗	(126)
二、不同部位肿瘤的饮食调理	(126)
1. 肝癌患者的饮食调理	(126)
2. 肺癌患者的饮食宜忌	(129)
3. 食管癌患者的饮食调理	(129)
4. 大肠癌患者的饮食调理	(131)
5. 胃癌患者的饮食调理	(131)
6. 胆道肿瘤患者术后饮食调理	(133)
7. 眼部肿瘤患者宜选择的饮食	(133)
8. 胆囊癌患者的饮食调理	(134)
9. 甲状腺癌的饮食宜忌	(134)
10. 卵巢肿瘤患者的饮食宜忌	(134)
11. 乳腺癌患者的饮食调理	(135)
12. 膀胱癌患者的饮食调理	(137)
13. 肾癌患者的饮食调理	(139)
第5章 肿瘤患者的心理康复	(142)
一、心理因素对肿瘤患者的影响	(142)
1. 心理因素在肿瘤患者康复中的重要性	(142)
2. 心理因素在肿瘤患者康复中发挥的作用	(143)
3. 古人对心理因素与肿瘤发病关系的认识	(143)
4. 哪些肿瘤的发生与心理因素密切相关	(143)
5. 肿瘤患者存在恐惧心理	(144)
6. 克服恐惧心理	(144)
7. 肿瘤患者的抑郁心理	(144)
8. 肿瘤患者心理状态普遍比较敏感	(145)
9. 消极的心理会加重肿瘤患者的病情	(145)
二、肿瘤患者心理康复的方法	(146)



1. 要让肿瘤患者对治疗和生活充满信心	(146)
2. 良好的心理状态是肿瘤康复的重要条件	(146)
3. 肿瘤患者需要社会的关心	(147)
4. 康复期的患者要建立良好的心理状态才有利于疾病的 康复	(147)
5. 肿瘤患者的心理治疗方法	(148)
6. 支持疏导疗法在肿瘤患者心理康复中的应用	(148)
7. 合理情绪疗法在肿瘤患者心理康复中的应用	(149)
8. 集体疗法在肿瘤患者心理康复中的应用	(149)
9. 行为疗法在肿瘤患者心理康复中的应用	(149)
10. 行为疗法包括的内容	(150)
11. 放松疗法在肿瘤患者心理康复中的应用	(150)

第 1 章 概 述



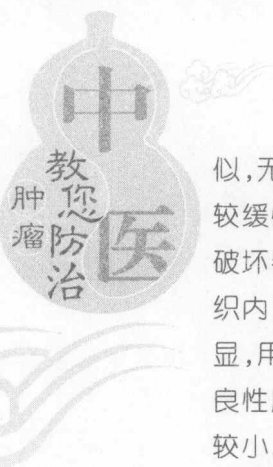
一、肿瘤的种类

肿瘤的种类繁多,现已知的类型超过 300 种,加上各种亚型则数量更多。不同类型的肿瘤,甚至同一类型不同亚型的肿瘤,对人体造成危害的程度往往也不相同,所以,对这些肿瘤的治疗方法也不完全相同。



肿瘤大体上可以分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类。

1. 良性肿瘤的命名 良性肿瘤是指机体内某些组织的细胞发生异常增殖,病理学检查其组织分化程度好,肿瘤细胞与正常组织细胞相



似,无核分裂或核分裂稀少,无病理核分裂现象,呈膨胀性生长,生长比较缓慢。良性肿瘤对局部的器官、组织只有挤压和阻塞的作用,一般不破坏器官的结构和功能,也很少发生坏死和出血;不侵入邻近的正常组织内,瘤体多呈球形、结节状;周围常形成包膜,因此与正常组织分界明显,用手触摸,推之可移动;手术时容易切除干净,摘除不转移。因此,良性肿瘤大多数可被完全切除而不复发,能完全治愈,对人体危害较小。

2. 恶性肿瘤的命名 恶性肿瘤的命名较复杂,来源于上皮的恶性肿瘤称为癌,来源于间叶组织的恶性肿瘤称为肉瘤。上皮组织的细胞排列紧密,分布在体表及器官的内表面,根据上皮细胞的形态又可分为鳞状上皮、腺上皮和移行上皮等;间叶组织的细胞排列较松散,位于内、外上皮之间,包括纤维、脂肪、肌肉、血管、骨和软骨等。如果将人体比作一根竹筒,那么上皮犹如竹筒的内、外两个表面,间叶就像竹筒的夹层。人体外表面的皮肤、内表面的胃肠道和支气管的黏膜发生恶性肿瘤时分别称为皮肤癌、胃癌、肠癌和肺癌,如加上不同上皮类型则命名为皮肤鳞状细胞癌、直肠乳头状腺癌等;间叶组织如脂肪、血管和骨发生恶性肿瘤时,分别称为脂肪肉瘤、血管肉瘤和骨肉瘤。

血液和淋巴组织也属于间叶组织,但发生恶性肿瘤时,瘤细胞常分散而无肿块形成,称为白血病(俗称血癌);有时瘤细胞聚集在一起,称为恶性淋巴瘤。

肿瘤内同时有癌和肉瘤两种成分,称为癌肉瘤。

来源于胚胎组织的肿瘤大多数是恶性肿瘤,如神经母细胞瘤、肾母细胞瘤、视网膜细胞瘤等;少数为良性肿瘤,如脂肪母细胞瘤,软骨母细胞瘤等。来源于多种(胚层)组织的肿瘤称为畸胎瘤、霍奇金病(Hodgkin 病)、尤文肉瘤(Ewing 肉瘤)等。

3. 良性肿瘤与恶性肿瘤的区别 患者发现肿瘤后,首先关心的问题无非是肿瘤的性质,是良性肿瘤还是恶性肿瘤。因为,肿瘤的性质关系到肿瘤的治疗方案及患者的预后。

良性肿瘤和恶性肿瘤的主要区别大致有如下几点。

(1) 良性肿瘤的生长速度缓慢;恶性肿瘤长得比较快。



(2) 良性肿瘤不发生转移;恶性肿瘤很容易转移。

(3) 良性肿瘤一般质地较软,多数有包膜和周围组织相隔,触诊时肿瘤有一定的活动度,表面较光滑,手术切除,容易治愈,一般无全身症状;恶性肿瘤表面不光滑,质地坚硬,和周围组织的界线不清楚,常较固定,不易活动,手术时难以彻底切除,容易复发,患者常有消瘦、发热、食欲减退等全身症状。

(4) 从肿瘤对人体的危害来讲,除极少数良性肿瘤可转化为恶性肿瘤外,一般地说良性肿瘤仅有局部压迫症状,不危及患者生命,而恶性肿瘤能迅速破坏周围组织、器官的结构和功能,广泛转移时影响全身的功能,最后造成各系统的功能紊乱,直至衰竭。

良性肿瘤和恶性肿瘤的区别是很明显的,但是极早期的恶性肿瘤常不容易和良性肿瘤相区别。在脑、心脏等部位上的良性肿瘤,对生命也有严重的威胁;早期发现的恶性肿瘤经手术治疗,部分可以治愈,不影响病人的生命。

二、癌细胞的特征与癌症的分期

1. 癌细胞的特征 肿瘤是一种细胞异常增生而形成的新生物。换句话说,肿瘤细胞在结构和功能上与正常细胞不同,它们具有超过正常的增生能力,形成多余的组织。这种多余组织不是人体生存和维持生命所必需的,而且常常会对人体产生各种危害。

癌症是一组疾病,其病变的最基本单位是癌细胞。癌细胞的特征有三点。

(1) 癌细胞都丧失了原有的功能和形态特征,细胞的大小、形态很不一致,奇形怪状,五花八门。

(2) 癌细胞本身无秩序的分裂和繁殖、过度增生形成肿块。它的增生既不在机体的控制之下进行,又不按机体的需要进行,机体对它无能为力,它还消耗机体的营养,产生有害物质。

(3) 癌细胞还具有向周围组织侵袭和向远处组织转移的能力,并在这些脏器的上继续生长繁殖。癌细胞的生长与播散如果得不到控制,便会破坏机体重要脏器的功能,引起衰竭,最后导致死亡。