



主编 陈义文 谭新劲

癌症康复百问百答

AIZHENG KANGFU

BAIWENBAIDA

四川科学技术出版社

目 录

癌症康复的基础知识

1. 什么叫癌症康复? (1)
2. 癌症康复的内容有哪些? (2)
3. 当前我国常见的癌症有哪些? 城乡分布情况如何?
..... (3)
4. 我国癌症的近况和趋势怎样? (4)
5. 癌症是怎样发生的? 为啥中老年人发病较多? 怎样预防?
..... (8)
6. 中老年人哪些慢性病可能演变成癌症, 有何信号?
..... (10)
7. 癌前病变有哪些? (11)
8. 中西医结合防治癌症的进展如何? (13)
9. 中西医结合诊治癌症的特点和成就有哪些? (14)
10. 常用抗癌中药、中成药有哪些? (16)
11. 中药的抗癌作用有哪些? (17)
12. 中医、中西医结合治疗癌症的效果如何? (19)

癌症康复与饮食营养

13. 癌症与饮食营养有哪些关系? (20)
14. 癌症与膳食调配的关系如何? (21)
15. 不宜多吃的食品有哪些? (22)
16. 膳食禁忌与癌症患者的关系如何? (23)
17. 亲人患了癌症怎么办? (23)

18. 癌症病人怎样进行情志康复? (25)
19. 怎样注意营养平衡? (26)
20. 癌症病人在日常生活上应注意哪些? (26)
21. 哪些膳食及营养物质能防癌? (27)
22. 癌症患者应如何康复和调养? (30)
23. 癌症患者如何进行饮食康复? (33)
24. 如何制作癌症患者的“药粥”? (35)

中医治疗癌症的主要方法

25. 什么叫活血化瘀法? (38)
26. 癌细胞的特征与活血化瘀法的关系如何?
..... (40)
27. 什么叫软坚散结法? (41)
28. 什么叫清热解毒法? (42)
29. 什么叫扶正培本法? (43)
30. 如何增强病人抗癌的巨大动力? (44)
31. 如何预防癌症转移? (45)
32. 癌症病人康复的生活质量如何评定? (46)

癌痛的诊断及治疗

33. 癌痛是怎样发生的? (50)
34. 癌痛一般分为几类? (51)
35. 怎样诊断及治疗癌痛? (53)
36. 中医如何防治癌痛? (55)
37. 常见治疗癌症的方、药有哪些? (58)
38. 癌症的预防措施有哪些? (59)

颅内及头颈肿瘤

39. 颅内肿瘤的临床表现及诊断如何? (63)
40. 颅内肿瘤的治疗应当怎样选择? (64)
41. 颅内肿瘤的中医治疗有哪些? (65)
42. 颅内肿瘤的对症治疗有哪些? (67)
43. 如何早期发现及诊断鼻咽癌? (70)
44. 鼻咽癌的分期和分型标准是什么? (72)
45. 鼻咽癌放射治疗的适应症和禁忌症是什么? (73)
46. 鼻咽癌放疗并发症和后遗症应如何处理? (75)
47. 鼻咽癌的中医治疗有哪些? (76)
48. 鼻咽癌患者怎样康复护理? (77)
49. 舌癌及口腔癌的诊治要点有哪些? (79)
50. 舌癌及口腔癌的饮食疗法有哪些? (80)
51. 怎样预防舌癌? (82)
52. 怎样早期发现喉癌? (82)
53. 喉癌应如何进行中西医结合治疗? (83)
54. 喉癌的饮食疗法有哪些 (84)
55. 预防喉癌的方法有哪些? (85)
56. 甲状腺癌的临床表现及其诊治如何? (86)

胸部肿瘤

57. 怎样早期诊断乳腺癌? (87)
58. 乳腺癌应如何分期? (89)
59. 乳腺癌应如何选择治疗? (92)
60. 乳腺癌如何行放射治疗? (93)
61. 中医怎样对乳腺癌患者进行康复治疗? (94)

62. 乳腺癌的内分泌治疗有哪些? (96)
63. 乳腺癌如何进行化学药物治疗? (97)
64. 乳腺癌患者的饮食治疗有哪些? (98)
65. 食管癌患者如何调养和康复? (99)
66. 食管癌患者如何进行饮食康复? (100)
67. 贲门癌患者如何调养和康复? (103)
68. 食管癌患者发生食管穿孔如何处理? (104)
69. 食管癌患者造瘘后如何护理? (105)
70. 食管癌患者发生食管出血如何处理? (105)
71. 食管癌患者治疗后定期复查哪些项目? (106)
72. 食管癌患者手术后如何康复? (107)
73. 吸烟会引起哪些疾病? (107)
74. 香烟烟雾中的致癌和促癌成分有哪些? (108)
75. 吸烟与肺癌的关系如何? (109)
76. 肺癌的特点有那些? (109)
77. 为什么中老年肺癌容易误诊? (111)
78. 肺癌应怎样综合治疗? (112)
79. 肺癌手术治疗有哪些禁忌症? (114)
80. 肺癌的放射治疗有哪些? (115)
81. 肺癌如何化学治疗? (116)
82. 肺癌伴上腔静脉阻塞征应怎样治疗? (117)
83. 肺癌如何进行中医辨证论治? (118)
84. 历代中医对肺癌的认识及怎样证治? (120)
85. 肺癌防治的现况如何? (123)
86. 针对肺癌的流行因素应采取哪些对策? (127)
87. 肺癌综合治疗过程中及治后怎样保护肺功能、促进患者

康复?	(130)
88. 肺癌能预防吗? 怎样预防?	(131)
89. 肺癌的饮食疗法有哪些?	(132)

腹部肿瘤

90. 胃癌的流行因素有哪些?	(134)
91. 如何早期发现胃癌?	(136)
92. 胃癌应选择哪些治疗?	(138)
93. 胃癌如何选择中西医结合治疗?	(139)
94. 胃癌的化学治疗有哪些? 有何毒性反应?	(142)
95. 胃癌的饮食疗法如何?	(144)
96. 怎样预防胃癌?	(146)
97. 原发性肝癌的发病情况如何?	(147)
98. 肝癌为何称为“癌中之王”?	(147)
99. 肝癌的发病因素有哪些?	(148)
100. 肝癌的主要临床症状及体征有哪些?	(150)
101. 肝癌的诊断方法及其手段有哪些?	(151)
102. 肝癌主要治疗手段有哪些?	(152)
103. 肝癌能否预防?	(153)
104. 肝癌疼痛怎么办?	(153)
105. 肝癌伴腹水怎么办?	(154)
106. 肝癌为何易出血? 出血怎么处理?	(154)
107. 肝癌患者的生活调理与康复的注意事项有哪些?	(156)
108. 肝癌的现状如何?	(157)
109. 肝癌的抗癌基因与原癌基因有哪些?	(159)
110. 口服干扰素防治肝癌的效果如何?	(159)

111. 肝癌如何进行中西医结合治疗? (160)
112. 肝癌预防的前景如何? (164)
113. 如何控制丙型肝炎? (165)
114. 在日常生活中怎样排除与肝炎、肝癌发病有关的
因素? (165)
115. 肝癌(患者)的饮食疗法有哪些? (166)
116. 胆囊癌与胆管癌的发病情况如何? (168)
117. 胆囊癌与胆管癌的发病因素有哪些? (169)
118. 胆囊癌与胆管癌的主要临床表现有哪些? (169)
119. 哪些检查有助于诊断胆囊癌与胆管癌? (170)
120. 胆囊癌与胆管癌的主要治疗方法有哪些? (170)
121. 胆囊癌与胆管癌所致黄疸的临床表现有哪些?
..... (171)
122. 怎样处理胆囊癌与胆管癌所致黄疸? (171)
123. 胆道系统癌术后能否放疗? 副反应如何处理?
..... (172)
124. 胰腺癌及壶腹周围癌的表现有哪些? (173)
125. 胰腺癌及壶腹周围癌应如何诊断? (174)
126. 胰腺癌的中医证治与康复有哪些? (177)
127. 什么是大肠癌? (179)
128. 哪些直肠癌病人手术治疗可保留肛门? (180)
129. 如何防治大肠癌手术后综合征? (181)
130. 大肠癌术后为何仍需进行化学治疗? (182)
131. 大肠癌放射治疗后应注意些什么? (183)
132. 大肠癌患者术后应定期复查哪些项目? (184)
133. 直肠癌直肠肛管完全切除及永久性人工肛门术后的

护理包括哪些？	(185)
134. 大肠癌患者应如何调配饮食？	(186)
135. 大肠癌患者的饮食疗法如何？	(187)
136. 大肠癌怎样预防？	(188)

泌尿及男生殖器肿瘤

137. 肾癌的发病情况如何？	(189)
138. 肾癌患者常出现哪些临床表现？	(189)
139. 肾癌的几种影像诊断及临床意义如何？	(190)
140. 肾癌的治疗原则是什么？	(191)
141. 肾癌内科治疗进展如何？	(191)
142. 中医药如何治疗肾癌？	(192)
143. 影响肾癌预后的因素？	(192)
144. 晚期肾癌及并发症应如何处理？	(193)
145. 膀胱癌的发病情况及常见病因是什么？	(194)
146. 膀胱癌常用诊断方法有哪些？	(194)
147. 膀胱癌的治疗原则有哪些？	(195)
148. 膀胱癌局部灌注治疗有哪些？	(196)
149. 膀胱癌手术治疗方法有哪些？	(196)
150. 中西医治疗膀胱癌有哪些方法？	(197)
151. 中医对膀胱灌注引起的膀胱刺激症怎样治疗？	(197)
152. 膀胱全切、尿流改道患者术后康复应注意些什么？	(198)
153. 前列腺癌临床怎样分期？	(198)
154. 前列腺癌的诊断与治疗方法有哪些？	(199)
155. 何谓前列腺的低温外科治疗？	(200)

156. 前列腺癌如何进行中医辨证治疗? (200)
157. 前列腺癌术后如何康复? (201)
158. 睾丸肿瘤的常见病因有哪些? (201)
159. 睾丸肿瘤的局部表现及转移途径有哪些? (202)
160. 睾丸肿瘤为何需综合治疗? 远期效果如何? ... (202)
161. 中医药治疗睾丸肿瘤的方法如何? (203)
162. 睾丸肿瘤患者如何进行心理康复? (203)
163. 阴茎癌发病的原因有哪些? (204)
164. 阴茎癌的治疗方法有哪些? (204)
165. 中药外治如何治疗阴茎癌? (205)

女性生殖器肿瘤

166. 妇女发生异常阴道流血应注意什么? (205)
167. 子宫颈癌是如何发生的? (206)
168. 如何发现早期子宫颈癌? (208)
169. 患子宫颈癌后应如何选择治疗手段? (209)
170. 子宫颈癌怎样选择手术治疗? (211)
171. 如何完成子宫颈癌患者的放射治疗? (212)
172. 中医中药如何治疗子宫颈癌? (213)
173. 子宫颈癌患者的预后如何? 康复措施有哪些?
..... (215)
174. 哪些疾病会引起妇女盆腔包块? (216)
175. 子宫肌瘤应如何诊治? (217)
176. 如何认识卵巢肿瘤? (218)
177. 哪些辅助性检查可协助卵巢癌的早期诊断? ... (219)
178. 卵巢癌的诊断应注意什么? (221)
179. 如何完成卵巢癌的手术治疗? (223)

180. 为什么卵巢癌术后要行辅助性化疗? (224)
181. 如何应用中医中药治疗卵巢癌? (226)
182. 如何识别良性葡萄胎及恶性葡萄胎? (227)
183. 如何诊治绒毛膜上皮癌? (229)
184. 如何用中医中药辅助治疗绒毛膜上皮癌? (231)

白血病及恶性淋巴瘤

185. 什么是白血病? (232)
186. 急性白血病化疗分为几个阶段? (233)
187. 怎样预防中枢神经系统白血病? (234)
188. 什么是完全缓解、部分缓解和未缓解? (235)
189. 白血病治愈的新概念是什么? (235)
190. 白血病化疗失败的原因有哪些? (236)
191. 如何控制白血病患者的发热? (237)
192. 骨髓移植在白血病治疗中有何作用? (238)
193. 外周血干细胞移植较骨髓移植有哪些优势? ... (238)
194. 家庭护理对白血病患者康复有什么重要性? ... (239)
195. 白血病患者如何进行心理康复? (240)
196. 白血病患者的饮食应注意哪些? (241)
197. 我国恶性淋巴瘤的特点有哪些? (242)
198. 恶性淋巴瘤有哪些临床表现? 如何早期诊断?
..... (244)
199. 恶性淋巴瘤如何进行中西医结合综合治疗? ... (245)

骨骼及软组织肿瘤

200. 骨肿瘤有哪些种类? (247)
201. 成骨肉瘤有哪些症状? 如何诊断? (248)

202. 成骨肉瘤的综合治疗有何新的进展? (249)
203. 骨恶性肿瘤患者如何进行饮食疗法? (251)
204. 预防骨恶性肿瘤和防止残疾的措施有哪些? ... (252)
205. 骨髓瘤的临床表现有哪些? 如何早期诊断? ... (253)
206. 骨髓瘤怎样综合治疗? (255)
207. 软组织肿瘤主要有哪些表现? (256)
208. 软组织肿瘤应当如何治疗? (258)

皮肤癌及恶性黑色素瘤

209. 皮肤癌的病因、表现有哪些? 如何早期诊断?
..... (260)
210. 皮肤癌应怎样治疗? (262)
211. 恶性黑色素瘤有哪些症状和体征? (262)
212. 恶性黑色素瘤应该如何综合治疗? (264)
213. 恶性黑色素瘤患者如何进行化疗与放疗? (265)
214. 中医如何治疗恶性黑色素瘤? (266)
215. 恶性黑色素瘤怎样预防? (267)
216. 恶性黑色素瘤及皮肤癌的饮食疗法如何? (267)
217. 当前有哪些抗癌新药? (268)
- 主要参考文献..... (272)

癌症康复的基础知识

1. 什么叫癌症康复?

癌症康复是康复医学的一部分,它是帮助癌症病人在身体功能上、思想感情(包括精神状态、情志意识等)上,以及工作、生活、职业上恢复健康的一切活动,在情况许可的范围内做些医疗体育锻炼,促使癌症病人恢复健康或生活自理。

具体实践,必须病人、医生、护士及其家属密切合作,中西医疗护理、心理学及社会学等多方面协作进行,特别是精神、心理的康复十分重要:①首先病人要有正确认识疾病的态度,树立与疾病作斗争的坚强意志。②要客观地了解病情,做到知己知彼。③要能权衡利弊,把握治疗时机。④要实事求是,遵从科学客观的康复规律。⑤中医认为七情(喜、怒、忧、思、悲、恐、惊)对癌症康复影响很明显:当病人在确诊为癌症之后,心理上恐惧特别严重,表现出愤怒或悲伤,甚至丧失治疗信心,惶恐不安,忧虑重重,若不

及时纠正，势必影响病人意志，陷入被动无望的境地，就会促使病情发展、恶化。因此医护人员及其家属要给予病人以充分的谅解和同情；要劝说病人正确认识，正确对待，集中精力去战胜癌症，促进康复。

2. 癌症康复的内容有哪些？

癌症康复主要从以下几个方面进行康复活动，促使病人早日恢复健康：

情感扶正 在精神上、心理上要鼓励病人树立战胜疾病的信心，消除恐惧、紧张、失望等消极情绪，正确解释过去一些非正规治疗的统计数据，如活3个月、半年、1年等。要正确认识科学的发展，实事求是地宣传中西医结合现代治疗的优势与成果。特别是扶正培本、活血化瘀等治则的科研成果以及从中医药中筛选出的有效的抗癌方药。

中西医结合综合治疗 从确诊后就同有关科室合作，进行现代化正规的中西医综合治疗；适合的膳食营养；适度的医疗体育锻炼（包括气功、针灸及抗癌明星的互相激励、社会、文化、娱乐等活动）。

合适的膳食营养 癌症使病人能量消耗增加，加上手术、放疗、化疗常引起食欲减退或营养障碍。因此手术前应保持良好的营养状态，以提高手术的耐受性，减少手术的危险性，使饮食治疗成为综合治疗的一重要部分，以改善病人的全身状况，提高抗癌的效果。当口服、管饲等方式不能达到营养恢复和维持病人基本代谢时，必需经静脉输注高营养

液，包括锁骨下静脉插管以纠正营养不良。营养疗法，不仅能维持病人营养，还能提高机体对营养物质的吸收、利用和代谢，以便配合必要的放疗或化疗。

3. 当前我国常见的癌症有哪些？城乡分布情况如何？

据 1990~1992 年的调查，癌症已成为我国第二位死因，占死亡总数的 17.94%。与世界有关国家比较，我国癌症比重略低于英、美、俄、日等国家。我国男性癌症死亡率 134.91/10 万，占总死亡的 20.50%；法国为 306.1/10 万，占 31.22%；英国 300.0/10 万，占 27.57%；美国 221.3/10 万，占 24.10%；日本 239.5/10 万，占 30.0%。女性亦呈相似情况。据预测我国癌症仍处于上升趋势，因此加强癌症的防治研究工作，已成为当前我国卫生工作的重要任务。

在癌症分类构成中，胃癌居首位，肝、肺癌居第二、第三位。有关资料表明，近年来肺癌、肝癌死亡率上升较快，特别是城市肺癌已居首位，这可能与环境污染、化学品使用、吸烟等因素有关。

肝癌的死亡率大大高于英、美等国家，胃癌、食管癌亦是同样情况。

由于乡村企业发展，卫生条件差，而城市经济、卫生、生活条件等方面较农村为优，因此在食管癌、胃癌、肝癌、宫颈癌等方面，城市死亡率低于乡村，以食管癌表现最明显，乡村死亡率为城市的 2 倍；由于环境污染和其他因素的影响，肝癌、乳房癌、膀胱癌、肠癌等的死亡率则大大高于

乡村。随着人民生活水平的提高，城乡差异缩小，癌症的城乡差异将逐步消失。

附表 1990~1992 年我国城乡十大癌症的死亡及构成位序

位序	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
城市	肺癌	肝癌	胃癌	食管癌	结肠直肠癌	白血病	房女性乳腺癌	鼻咽癌	宫颈癌	膀胱癌
	27.50	19.50	19.55	9.62	3.66	2.56	1.93	1.58	1.53	
	14.05	20.67	27.16	20.10	4.72	3.63	1.42	1.67	2.00	0.83

4. 我国癌症的近况和趋势怎样？

据我国 70 年代（1973~1975 年）和 90 年代（1990~1992 年）所进行的两次全国性死亡原因调查，癌症在总死亡中的地位变化如下：70 年代为 6.62%，90 年代为 5.29%，下降了 20.03%。在前 10 位死亡率中，呈下降趋势的有传染病、肺结核、消化系疾病、新生儿疾病和呼吸系统疾病等；呈上升趋势的有脑血管病、恶性肿瘤、心脏病、损伤与中毒等。

恶性肿瘤死亡率 70 年代为 84.58/10 万，90 年代为 94.36/10 万，上升了 11.58/10 万。

随着我国经济的发展、社会的进步、人民生活水平的提高、生活方式的改变，以及人口老龄化等原因，使我国人口的死因谱已发生了很大变化，恶性肿瘤等非传染性、慢性疾

病及中老年性疾病已成为中国居民死亡的主要原因。

主要癌症死亡的变化

两个年代癌症死亡的变化情况表明，死亡率下降幅度最大的是宫颈癌，下降幅度为 68.39%；其次为鼻咽癌；再次为食管癌，下降了 21.32%。

死亡率上升幅度最大的是肺癌，上升了 111.85%（男 120.93%，女 90.41%）；死亡率上升的还有肝癌、白血病。胃癌略有上升或基本接近。结肠肛门癌和女性乳房癌死亡率略有上升。

城市

居首位的是肺癌，由 70 年代的第 4 位上升到第 1 位；其次是肝癌，由 70 年代的第 3 位上升到第 2 位；还有上升的是结肠癌、直肠肛门癌、白血病和女性乳房癌。

宫颈癌由原来的第 2 位下降到第 7 位，还有下降的是食管癌、鼻咽癌和胃癌。

乡村

上升幅度最大的并且高于成市的亦是肺癌，位次仍居第 4 位；肝癌上升幅度也高于城市，所占位次由第 3 位上升到 2 位；还有上升的胃癌、白血病、结肠癌、直肠肛门癌。

下降幅度最大的仍是宫颈癌，其次是鼻咽癌、食管癌、女性乳房癌。

地区分布变化

27 个省区市，从 70 年代到 90 年代恶性肿瘤死亡均呈上升趋势（男性全部上升，女性有 20 个地区上升，7 个地区小幅度下降）。其中增长幅度最大的是广西，上升了 114.36%；其次是甘肃，上升了 96.15%；增长幅度最小的

为河北，上升了3.51%；北京上升了4.75%。两个年代死亡率基本接近。按调整死亡率统计，呈上升趋势的有18个省、区：河北、山西、内蒙、辽宁、吉林、黑龙江、安徽、江西、山东、湖南、广东、广西、海南、四川、贵州、云南、陕西、甘肃。

调整死亡率下降的有9个省、区、市：北京市、天津市、上海市、江苏、浙江、福建、河南、湖北、宁夏，其中下降幅度最大的是宁夏（下降了26.66%），其次是北京、上海、天津等。

我国癌症死亡的发展趋势及18种有关化合物

从70年代到90年代，中国癌症死亡率呈上升趋势。若按世界调整死亡率与部分国家同一时期（1970~1975年和1985~1989年）20年间比较，中国男性死亡率上升的幅度为29.79%（美国上升2.8%；英国下降3.5%；法国上升9.2%，日本上升5.3%，新加坡上升8.4%）。女性则各国差异较大、互不相同，中国下降1.37%；美国上升2.6%；英国上升5.8%；法国下降8.2%；日本下降13.8%；新加坡上升9.7%。

我国人体不同部位主要癌症的变化有三种情况：

1. 死亡率和调整死亡率均呈下降趋势，有宫颈癌、鼻咽癌、食管癌，反映我国在防治癌症中取得的重大成就，宫颈癌在女性癌症中由70年代的第3位下降到第6位。
2. 死亡率和调整死亡率均呈上升趋势，有肺癌、肝癌、胃癌和白血病人，其中肺癌上升幅度最大，20年间上升了1倍多；其次是肝癌，上升了0.5倍。
3. 死亡率上升，而调整死亡率下降，有女性乳房癌和