

卓承永 卓越 编著

延长生命的秘诀

——一位肝癌患者的抗癌心得

金盾出版社

康平书 康平 编著

延长生命的秘诀

——位肝癌患者的抗癌心得



9 787302 342000 >



延长生命的秘诀

——一位肝癌患者的抗癌心得

卓承永 卓越 编著

金盾出版社

内容提要



本书以肝癌治疗为重点,分为治疗篇、康复篇。治疗篇介绍了肝癌常规治疗以外的介入治疗、微波治疗、射频治疗,同时介绍了肝癌诊断、检查方法、癌前期损伤、疗效评估、中西医结合治疗、靶向治疗;康复篇介绍了中医中药治疗、生物免疫、营养保健、运动、生活调理、康复护理、心理治疗,以及癌症患者的抗癌心得。适合癌症患者及其家属、社区医师,基层医师阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

延长生命的秘诀:一位肝癌患者的抗癌心得/卓承永,卓越编著. -- 北京:金盾出版社,2011.5

ISBN 978-7-5082-6869-9

I. ①延… II. ①卓…②卓… III. ①肝脏肿瘤—防治 IV. ①R735.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 028152 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京凌奇印刷有限责任公司

正文印刷:北京军迪印刷有限责任公司

装订:北京军迪印刷有限责任公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:5.75 字数:140 千字

2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~6000 册 定价:15.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

序

癌症是严重危害人类健康的疾病之一，每年全世界新发病例约1 000万。据国际癌症机构(IARC)报告，癌症将超越心血管病成为人类头号杀手！

卓承永先生是北京抗癌乐园的抗癌明星，也是北京抗癌乐园抗癌健身法指导中心最具爱心、最出色的“义务咨询员”之一。10多年前，他不幸患了“原发性肝细胞肝癌”，由于病灶位置不好，医生建议“介入治疗”。经过对各种治疗方案的深入研究和比较，最终选择了“微波消融”治疗，取得很好的效果。3年后，虽三次出现复发，但都通过微波治疗解决了问题，不仅获得了康复，而且生活质量极高。

卓承永先生的成功，既不是侥幸，更不是天上掉馅饼，而是他顽强拼搏、乐观自救、科学治疗的结果。当被诊断为肝癌的时候，他不但没有被癌症吓倒，反而能够冷静面对、科学分析、理智选择，根据自己的病情，科学的选择了最大限度消灭癌症、最大限度保存自己的“微波消融”治疗方案。在肝癌复发的情况下，他没有消极悲观，而是学习探索、总结经验，制订出一套新的治疗方案：采用更具针对性的中药汤剂，坚持生物免疫疗法，坚持抗癌健身法锻炼，适时分别选用抗氧化、抗癌的功能食品，以及抗癌保肝的姬松茸、灰树花等等。特别难能可贵的是他面对肝癌能够泰然处之，保持良好心态，待人处事宽容友爱，生活习惯和饮食调理都能努力去做做到为抗癌服务。如果这种全方位、立体式的抗癌模式每一位病友都能做到的话，我相信癌症患者的5年、10年生存率将会大大提高。

十余年来,我见证了卓承永先生的康复历程。由于他善于学习总结,让人越来越体会到他的医学知识水平不断提高,他的咨询语言科学性很强,对付癌症的斗争方法多样,中医、西医、心理、保健、食疗无所不包。癌友们从他那里受益良多。他虽然是平凡的肝癌康复者,却长期无怨无悔为病友们排忧解难,做着维护生命的伟大事业。今又不辞劳苦编纂著书,拳拳爱心让人感动。

我有幸先于其他读者得览《延长生命的秘诀——一位肝癌患者的抗癌心得》全书文稿,先睹为快。作为一本科普读物,编者可谓独具匠心。全书充分体现了以癌症患者为本的原则,既突出讲述了肝癌的治疗技术,又同时涉及其他癌症治疗的适用手段,内容充实而实用,大多数病友对于癌症治疗和康复的许多问题在书中均能得到解答,很值得广大癌症患者在治疗和康复时阅读参考。

何开芳



本书以广大的癌症患者及其家人、亲友和关注癌症防治的人群为主要阅读对象,以肝癌治疗和康复为重点内容,分为治疗篇和康复篇予以介绍。治疗篇主要介绍常规治疗以外的介入治疗、微波治疗、射频治疗、各种抗癌的“刀”,同时介绍了肝癌概述、诊断、检查方法、癌前期肝损伤、疗效评估、中西医结合治疗、靶向治疗等方面的内容;康复篇则重点介绍中医中药、生物免疫、营养保健、运动、生活调理、康复护理、心理治疗等有关方面的知识。笔者力求从癌症患者最关心的问题入手,以科学性、知识性、实用性和先进性为前提,用大众化的语言和浅显易懂的方式,向读者介绍癌症的治疗、康复、预防等方面的新理念、新方法、新设备、新手段、新医药,以及它们在实际应用中存在的问题等,以供广大患者和家属对于现在治疗癌症的概况和水平有一个比较清晰的了解,以便患者在就医前能作出一个更好的选择,在常规治疗后能更快、更好地康复,并重返社会开始新的生活。

笔者是一名原发性肝细胞肝癌患者,到2011年“癌龄”就12年了。自从加入了北京抗癌乐园,12年来,天天在北京玉渊潭公园与病友们“话疗”交流,从中得到了许多鼓舞和启迪,学到了经验和知识,增长了见识和信心,受益匪浅。由于生病休养不再工作,时间变得多了起来,读书学习的条件就更充分了,通过努力学习和积累,使自己又充实了不少。在公园里与病友们的“话疗”交流,也得到了越来越多的认同和首肯。于是,慢慢地由一个“自由咨询人”变成了抗癌乐园的“义务咨询员”。能为新患癌者答疑解惑,帮助他们从绝望、迷茫与困惑中找到一条治疗与康复的有效途径,给

予他们信心与希望,帮助他们走出困境,这不仅对癌症患者本人和他们的家庭是一个很大的帮助,对社会也是一个爱心的奉献。同时,笔者在义务咨询的过程中也享受到无比的快乐。

几年前,许多前来咨询的患者和为我治疗过的医生,都建议我将自己的经验积累总结出来,好让更多的患者能够受益。我总觉得自己医学知识太过浅薄,“功力”不足,虽有心愿却一直没有动手。今年,借着庆祝 12 年癌龄生日的喜悦心情,终于下定决心付诸实施,却仍然诚惶诚恐。但想起癌症患者的期望,又给了自己不少信心和勇气。于是《延长生命的秘诀——一位肝癌患者的抗癌心得》终于呈现在读者的面前。

本书承蒙首都医科大学副教授张心惟主任医师在百忙之中仔细审阅,并提出许多宝贵意见,使得全书大为增色,特在此表示诚挚的谢意!何开芳女士对于本书的编纂给予了极大的关注,并有幸恭请她作序,借此机会深表感谢!为使本书能尽快和广大的读者见面,爱心企业家胡锦涛川夫妇主动提出给予无私的帮助,借此表达他们对癌症患者的爱心和诚意,编者谨此对他们的善行和义举表示衷心的感谢!

最后,对于参考文献中的作者,以及给予本书支持的所有人员一并致谢!鉴于编者水平所限,书中错误疏漏之处必定不少,尚乞有识之士不吝指正,则读者之幸、编者之幸!

卓承永



目 录

治 疗 篇

一、肝癌治疗概述	(1)
(一)肝癌根治性切除术	(2)
(二)经肝动脉介入化疗	(4)
(三)门静脉微管介入化疗	(4)
(四)微创物理消融治疗肝癌	(5)
(五)放射治疗	(6)
(六)肝癌的局部化学消融	(6)
(七)肝癌的中医药治疗	(7)
(八)肝癌的生物免疫治疗	(8)
(九)胆管癌、胆囊癌的治疗	(9)
(十)肝癌并发症及其治疗	(11)
二、肝脏肿瘤和肝癌早期诊断	(13)
(一)肝脏肿瘤的种类	(13)
(二)肝血管瘤	(13)
(三)原发性肝癌	(14)
三、肝癌前期肝损伤进程	(17)
(一)脂肪肝和高脂血症	(17)
(二)肝纤维化	(20)
(三)肝硬化	(21)
(四)中医治疗脂肪肝、肝纤维化、肝硬化	(22)
四、肝癌的介入治疗	(25)
五、微波消融治疗肝癌	(26)





(一)微波治疗肝癌的原理	(26)
(二)微波消融治疗	(27)
(三)适应证和禁忌证	(28)
(四)微波治疗的优势	(28)
六、射频消融治疗肝癌	(30)
(一)射频消融的原理	(30)
(二)射频消融的优势与应用	(31)
七、令人眼花缭乱的抗癌刀法	(32)
(一)放射治疗范畴的方法	(33)
(二)温度控制方法	(39)
(三)光化学作用方法	(41)
八、肝癌治疗的几个误区	(43)
(一)肿瘤切掉就没事了	(43)
(二)“赶尽杀绝”式的过度治疗	(44)
(三)中晚期肝癌没治了	(44)
(四)把肝转移癌当成原发性肝癌来治疗	(45)
(五)轻率决定进行肝移植	(46)
九、原发性肝癌的疗效评价	(47)
(一)以肿瘤体积的变化作为衡量疗效的标准	(47)
(二)以甲胎蛋白的含量变化作为衡量疗效的标准	(48)
(三)以治疗后生存期为衡量疗效的标准	(48)
十、关于靶向治疗	(48)
(一)贺赛汀	(51)
(二)美罗华	(52)
(三)爱必妥	(52)
(四)阿瓦斯汀	(52)
(五)格列卫	(53)
(六)易瑞沙	(53)
(七)特罗凯	(53)



(八)索拉非尼	(54)
(九)舒尼替尼	(54)
(十)凡德他尼	(55)
(十一)拉帕替尼	(56)
(十二)力比泰	(57)
(十三)艾比特思	(57)
(十四)泽娃灵	(57)
(十五)恩度	(58)

康 复 篇

一、认清癌症特点,注重康复治疗,预防复发转移	(60)
(一)致癌的三大因素	(60)
(二)癌症防治的重点	(61)
(三)癌症的最大危险	(62)
(四)坚持长期的康复治疗	(64)
二、中医中药在癌症康复治疗中的作用	(65)
(一)癌症康复治疗要中西医结合	(65)
(二)中成药的特点和应用	(66)
(三)中草药汤剂的特点和运用	(67)
(四)常用中药性味功能	(72)
三、癌症康复过程中的生物免疫治疗	(89)
(一)细胞因子技术	(89)
(二)细胞过继免疫治疗	(92)
(三)其他常用的免疫治疗	(94)
四、别让不懂营养学的医生耽误了你	(98)
(一)说说功能性食品	(98)
(二)介绍十二种有利于康复治疗的功能性食品	(100)
五、癌症患者的康复护理	(120)
(一)患者的自我护理	(120)





(二)家庭护理	(121)
(三)家庭药膳	(122)
六、抗癌健身法在癌症康复治疗中的作用	(125)
(一)郭林抗癌健身法	(125)
(二)各种抗癌健身法与群众性抗癌组织	(127)
七、抗癌明星指引我们去抗癌	(132)
(一)杜德本调整心态辩证抗癌 18 年	(132)
(二)健中说要与病魔抗争	(136)
(三)王强的决心是战胜肝癌,献身抗癌事业	(139)
(四)郭发认为癌症康复精神很重要	(144)
(五)抗癌十年磨一剑	(145)
八、学会看检验单	(147)
(一)生化检验指标的临床含义	(148)
(二)血常规检验指标的临床含义	(154)
(三)乙型肝炎五项检验指标及其多种组合的临床含义	(158)
(四)常见肿瘤标志物检验指标的临床含义	(159)
九、肝癌病人的饮食宜忌	(164)
(一)注意平衡饮食	(164)
(二)提倡低脂肪与高蛋白	(165)
(三)丰富的维生素很重要	(165)
(四)重视微量元素和无机盐的补充	(165)
(五)注重清淡易消化,忌食生冷油腻	(166)
(六)适当进补促进体力恢复	(166)
(七)适当的忌口	(166)
十、癌症患者的心理治疗	(167)
(一)癌症患者需要心理治疗	(167)
(二)常用的心理治疗方法	(169)
(三)一个“不必伤心”的故事	(172)



治疗篇

一、肝癌治疗概述

肝癌的治疗是一个很大的题目,而肝癌的治疗又是每一个肝癌患者最想了解的问题,要把这个问题说清楚并不容易,因此在这里只能把目前临床应用较多、疗效可靠、理念较新、前景较好、新颖独特的一些方案或技术向读者作一简单介绍,以供参考。

肝癌在全世界范围内,每年的发病是 62 万~63 万人,死亡人数达到 58 万~59 万。目前,在人类常见的肿瘤当中,肺癌排在第一位,乳腺癌排在第二位。虽然肝癌发病率在全世界范围内排在第六位,但其死亡率则排在第三位。我国肝癌病例总数大约占全世界的一半。普查表明,肝癌的总发病率在我国大部分地区在 20/10 万人左右,而在江苏、广东、广西等地总发病率明显升高,其中肝癌高发区发病率达 49.17/10 万人,而且高发区青、壮年发病的比例明显上升。例如,广州市由于乙型肝炎高发,以及不良饮食习惯,肝癌发病率高达 30~40/10 万人。

肝脏是人体最大的实质性脏器,承担着极其重要的生理功能,如代谢功能、解毒功能、合成功能,以及分泌胆汁功能和内分泌功能;肝脏还直接参与物质代谢、人体免疫、凝血等机制。由于肝脏担负着如此重要的功能,以致任何原因引起的肝细胞损伤都会影响肝脏完成这些功能而导致机体功能障碍。因此,在治疗疾病时首先要考虑保护好肝脏,不能对肝功能损伤太大,否则肝癌病人有





可能没有死于癌症,反而死于肝衰竭、大出血等。

肝癌是长在肝上的恶性肿瘤,包括原发性肝癌和继发性肝癌(即所谓的转移癌)。原发性肝癌是指始发于肝脏的癌。原发性肝癌一般可分为三种:来自肝细胞的癌变叫肝细胞癌,来自胆管细胞的癌变叫胆管细胞癌,上述两种兼而有之的叫混合癌。原发性肝癌是我国常见恶性肿瘤之一。由于肝癌在早期几乎没有症状,病人很难在早期就发现得了肝癌,许多病人有了症状到医院时往往就已经是中晚期了。而肝癌本身恶性程度高、发展快,往往病人肝硬化发生率很高,肝功能很差,很多病人这个时候手术做不了,放疗、化疗又不敏感,20世纪70~80年代的医生几乎是束手无策。这些病人在当时条件下从临床发现到死亡一般也就是6个月的生存期。据资料介绍,以出现低浓度血清甲胎蛋白(AFP)至亚临床肝癌(早期)诊断确立,其间隔时间约10个月;自亚临床期至出现临床症状(中期),其间隔时间约8个月;自有临床症状至黄疸、腹水或远处转移或恶病质(晚期),其间隔时间约4个月;自晚期至死亡,其间隔时间约2个月。通常人们说的肝癌活3~6个月,指的应该是晚期肝癌患者。

近年来,由于人们健康意识的提高,国家对医疗保障投入加大,以及经由血清甲胎蛋白检测,超声显像的技术进步,使肝癌在亚临床阶段即可作出诊断。根据北京市某体检中心的统计,该中心每年查出的癌症患者人数占受检者的0.08%,经由B超检查出的癌症患者人数占受检者的0.04%,其中就不乏肝癌患者。由此可见,定期体检对早期发现癌症有多重要!

下面就目前治疗肝癌的主要手段作一简要介绍,其中一些技术新颖、方法独特的内容将另文再作详细介绍。

(一)肝癌根治性切除术

手术切除目前仍然是肝癌治疗的主要手段。通过小肝癌切



除,根治后亚临床期复发灶的再切除,以及因瘤体较大而不能切除的肝癌在采用其他方法使其缩小后切除,约有 20% 的患者术后可获得长期生存。医学上有许多关于 5 年、10 年生存率的报告让人看得眼花缭乱,各种统计数据相差甚大,可比性甚差,这里就不说了。整体来说,肿瘤大小是影响切除、预后的最重要因素。小肝癌(癌瘤小于 5 厘米时视为小肝癌)切除,是目前获得肝癌长期生存的最主要途径。对估计不能切除的大肝癌,一般先做姑息性手术,如肝动脉栓塞、结扎,或做经皮局部治疗、放射治疗等,待肿瘤缩小后切除。同样是切除,前者与后者在 1 年、3 年、5 年生存率虽然相差不大,但 10 年生存率则有较大差别,尤其是 10 年无病生存率则相差更大。

姑息性手术是大肝癌根治性切除术的前奏,其目的是使患者从无根治希望变为有根治可能,它在“不能切除肝癌”的治疗中占据十分重要地位。这些手术包括:肝动脉结扎、肝动脉插管、门静脉插管,经插管给予化疗药物、生物治疗药或栓塞药;还有做局部治疗,如冷冻、微波、射频、光子刀、超声聚焦刀、瘤内注射无水酒精或无水醋酸等。患者在经姑息性手术使肿瘤缩小后,再行肝癌根治性切除术,效果依然很好。如病灶不能切除,这些手术也可改善症状和生活质量。对于转移癌,如果是孤立的小病灶,也可以再行根治性切除,不过这时应该针对原发病灶做其他相应的治疗,以防止反复发作和广泛转移。对于重要脏器的肿瘤手术来说,难度其实很大,手术很难保证把肿瘤全部切除而不损伤正常的组织。因为肿瘤的形状不规则,手术时会出现扩大手术范围,以确保尽可能把肿瘤切除干净,从另一个角度来讲,这样是对正常组织的严重破坏。即便如此,也不可能完全把肿瘤切除掉,不可避免地会把部分肿瘤组织(如不可见部分)留在体内。而残留部分复发、生长是肿瘤治疗的巨大隐患。还有,手术在肿瘤切割及拿出过程中,很难保证肿瘤组织细胞完全不脱落,一旦脱落,会像农民种庄稼播种一





样,把肿瘤种植在正常组织上而生长、扩大,形成新的肿瘤,这就是医学上常见的种植性“转移”。

近年来,有在术后进行化疗或介入化疗以争取获得更好的效果。根据南方一家医院的研究报道认为,这种方案的结果是,一次或两次以上化疗(或介入化疗)与不化疗比较,5年的无病率有所提高,而5年生存率则没有明显的差别。因此,建议术后以实行一次预防性介入化疗为宜,而不主张进行过多的治疗。

(二)经肝动脉介入化疗

经肝动脉介入化疗是治疗肝癌的重要手段之一。与静脉全身化疗相比,经肝动脉介入化疗具有疗效高,化疗毒性反应低,创伤小等许多优点。凡不能手术治疗的中晚期肝癌,大多可选做经肝动脉介入化疗。它可达到两个目的:一个是化疗药直接、集中地注入病灶杀灭癌细胞;另一个是堵塞为肿瘤供血的动脉,切断癌细胞的给养,达到所谓的“饿死”癌细胞的目的。经肝动脉介入化疗可以反复多次进行,直至达到满意的效果,许多患者达到了与癌长期共存,少数患者甚至得到临床治愈。

(三)门静脉微管介入化疗

晚期肝癌门静脉多有癌栓形成,这是肝癌治疗中的一个难题。门静脉微管介入溶栓化疗有效地解决了这道难题。具体做法是通过B超定位,引导经皮经肝穿刺门静脉,于门静脉置管后由弹性微量泵持续由门静脉泵内给药(通常选择临床实践中对肝癌有确切疗效的中西药及生物制剂)。通过门静脉持续化疗、溶栓等一系列措施,能使门静脉再通。既能最大限度地发挥化疗药物的疗效,又能弥补肝动脉栓塞的不足,更有效的杀灭癌瘤,并能有效改善肝脏血供。该技术突破门静脉癌栓形成后的治疗“瓶颈”,给肝癌合并门静脉癌栓患者进一步“围剿”肝癌带来希望。



(四)微创物理消融治疗肝癌

1. **超声聚焦刀** 是“高强度聚焦超声肿瘤治疗系统(High-intensity focused ultrasound)”的俗称,也有称其为“海扶刀”的。它是一种无创或微创热消融治疗技术。之所以叫“刀”,是因为超声聚焦刀使病理组织发生凝固性坏死时,在治疗靶区内能够形成界限非常清楚的凝固性坏死区,犹如传统手术刀切除病灶的作用。其原理是将超声波从不同的方向进入人体并聚焦在肿瘤处,使该点温度瞬间达到 $65^{\circ}\text{C} \sim 100^{\circ}\text{C}$,从而将该点的癌细胞凝固灭活。利用计算机控制对肿瘤逐点依次扫描烧灼病变组织,直到完全杀灭肿瘤组织为止。超声聚焦刀利用高温效应和空化效应对肿瘤细胞实现完全杀灭,无不敏感细胞,这决定了高强度超声聚焦刀对任何实体肿物均可“切除”。超声聚焦刀治疗具有不开刀,不流血,不受肿瘤大小、形状限制,术后恢复快,总体治疗费用低,无辐射,无化学损伤,可重复治疗等优点。这一技术又被称为“热切除”,主要适用于治疗组织器官的恶性与良性实体肿瘤。它既可以对早中期病变进行根治性治疗,还可以对局部晚期的病变进行姑息性治疗,从而有效地减少肿瘤负荷。因此,可以作为传统外科手术的有效补充。其缺点是若肿瘤被肋骨遮挡,则要开刀将肋骨摘除,增加了患者的创伤。

2. **微波凝固治疗** 就是超声引导下经皮肝穿刺微波治疗肝癌。它是一种微创介入靶向治疗,是在超声引导下,直接把微波针(天线)刺入肝脏肿瘤里,然后开启微波能源进行加热,把肿瘤灭活。

3. **射频消融治疗肝癌技术** 这是另一种与上述原理基本相同的治疗技术。射频消融治疗肝癌是一种利用射频电磁波产生高温将肿瘤凝固消融的方法。该方法适应证较广泛,疗效较为确切,不良反应较少,也是一种微创介入治疗肝癌的局部治疗方法。

