

防癌抗癌常识

详细介绍具有辅助抗癌作用的食物

通过食疗调理身体，减轻患上癌症的风险

战胜肿瘤

中医调理与食疗

香港浸会大学
浸大中医药研究所
郭岳峰 焦智民 编著



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

战胜肿瘤

中医调理与食疗

香港浸会大学
浸大中医药研究所
郭岳峰 焦智民 编著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

战胜肿瘤：中医调理与食疗 / 郭岳峰, 焦智民编著. - 北京：电子工业出版社, 2011.4
（专家应诊）

ISBN 978-7-121-13495-1

I. ①战… II. ①郭… ②焦… III. ①肿瘤—中医治疗法②肿瘤—食物疗法
IV. ①R273②R247.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第084535号

原著书名：《专家应诊：战胜肿瘤—中医调理与食疗》 郭岳峰、焦智民编著
中文简体版由香港万里机构出版有限公司授权于中国大陆地区出版发行
版权贸易合同登记号 图字：01-2011-2403

责任编辑：樊岚岚

文字编辑：于 兰

印 刷：

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱

邮编：100036

开 本：880×1230 1/32 印张：5.75 字数：171千字

印 次：2011年4月第1次印刷

定 价：28.00元

凡购买电子工业出版社图书有缺陷问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至 zits@phic.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phic.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

癌症是严重威胁人类健康和生命的重大疾病。目前对于癌症的治疗，不外乎手术、化疗、放射治疗及中医药治疗等。但各种疗法都不可能单独解决所有的问题，譬如贲门癌手术后的并发症——返流性食管炎、宫颈癌和大肠癌，放射治疗后引起的放射性直肠炎和膀胱炎，化疗过程中常见的消化道反应、神经损害、肝肾功能损害等。西医治疗效果乏善可陈，而中医治疗就大有帮助。化疗药物可以说全都是毒药，因为它们除了对癌细胞有强大的杀灭作用外，都有不同程度的毒副作用，放射治疗亦是如此。但我们并不能因此拒绝使用这些治疗方法，而问题的关键在于如何趋利避害。另外，中医药也有杀灭癌细胞的作用不够强等自身的弱点。

中、西医各有其长处和不足，应该取长补短，互相配合。二者结合可以提高疗效和患者的生存质量，延长生存时间，这是经过大量临床实践证明了的。西医有手术、放疗、化疗、免疫、靶向治疗，中医有中药、针灸、推拿、气功、食疗等。中医先贤有云：“人之所病，病病多；医之所病，病道少。”民众担心可能会得的疾病种类很多，而医生担心的是治疗手段太少。对于像癌症这样的疑难病更是如此。

我们认为：普及医学知识是广大医务工作者神圣的使命和义务，在与癌症做斗争的过程中，科学技术的进步和医学知识的普及是同等重要的。借中国国家中医药管理局大力推行“中医中药中国行”科学普及活动的东风，但愿此书的问世能尽微薄之力。

序一

中医药学是中华民族宝贵的文化遗产，是世界文化百花园中的一朵奇葩，是具有中国特色的生命科学。几千年来，为维护广大民众的身体健康和中华民族的繁荣昌盛做出过巨大的贡献。其独特的、系统的理论体系与几千年的临床诊疗经验，尤其是对现代难治病防治的疗效，显示了学科的活力并推进了健康产业的进步。

癌症是人类健康和生命的二号杀手。目前对癌症的治疗方法，西医有手术、化疗、放疗、生物免疫学治疗、基因治疗；中医方面有中医药、针灸、气功、饮食疗法以及音乐、心理、康复治疗等。中西医疗法各有所长，亦各有不足：西医疗法杀灭癌细胞的作用较强，但毒副反应也较大；中医疗法则对西医疗法有增效减毒的作用，且副作用小，可以长期应用，但杀死癌细胞的作用不够强。实践证明，中医药疗法对于缓解癌症患者的临床症状，减轻痛苦，提高生存质量，延长生存时间的作用是肯定的。

由于历史和现实的原因，普通民众对于医学知识，特别是中医学知识的了解还远远不够。虽然几千年前我们的先人就已经提出了“不治已病治未病”的著名观点，但“防重于治”的思想观念远未达到深入人心并身体力行的程度。为此，中国国家卫生部、国家中医药管理局发起主题为“传承中医国粹、传播优秀文化、共享和谐健康”的“中医中药中国行”大型科普活动，其意义就在于弘扬中国优秀传统文化，使广大民众了解中医、认识中医、感受中医，让中医药惠及千家万户，为大众健康服务。

郭岳峰及焦智民两位教授均为资深中西医结合肿瘤临床工作者，从事各种癌症的中西医结合防治工作20余年，具有坚实的中西医医学理论基础和丰富的临床经验。为了向广大民众普及中医药防癌抗癌的相关知识，他们在繁忙的工作之余，编写了这本书。蒙二位盛情相邀，不敢懈怠，是以为序。

中国中医药学会肿瘤专业委员会主任委员

周宜强

序二

据甲骨文记载，中医药起源于约3000多年前的殷商时期。春秋战国时期成书的中医经典著作《黄帝内经》，标志着中医理论体系的基本形成。该书不仅详尽论述了人体的生理、病理、疾病诊疗等理论与方法，而且提出了摄生保健之法，曰：“上古之人，知其道者，法于阴阳，和以术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳，故能形与神俱，而尽其天年，度百岁乃去。”其具体的养生之道，包括静神、动形、固精、调气、针灸、推拿、食养及药饵等。在随后的历史长河中，中医学不断地接受中华文化与中华文明的洗礼，发展成为最具完整的理论和实践体系，也成为最具影响力的世界传统医学。其摄生保健方法亦日臻完善，独具特色。

香港浸会大学中医药学院于1998年在本港率先创办了五年全日制中医学学士学位课程，随后又于2001年创办了本港迄今唯一的中药学学士学位课程，是香港中医药高等教育的奠基者。学院致力于培养优秀的中医、中药专门人才，开展高水平的科学研究，同时也致力于发展优质的中医医疗与保健服务，并鼓励教师走出讲堂，贴近社会，接触市民，把中医药养生保健的正确知识和学院的研究成果直接传递给普通民众。《战胜肿瘤——中医调理与食疗》一书的编辑出版，旨在于此。

此书是学院临床教师郭岳峰及焦智民从事中医保健工作的亲身经验与智慧的结晶。他们对癌症的病因病理、中西医治疗原则、预防及调理方法做了全面论述，且以深入浅出、通俗易懂的写作手法，以图文并茂的表现形式，把汗牛充栋的中医古籍、博大精深的中医理论执繁驭简，让普通民众能够方便、快捷地自学与应用。书中论述了十种常见癌症的发病机理、食疗与自我保健方法等，可使广大中西医工作者、患者及其家人获益良多，故此为荐。

香港浸会大学
中医药学院院长
刘良教授

作者简介

郭岳峰



祖籍河南省南阳市，为中医医圣张仲景故里。1978年考入河南中医学院中医系，1983年毕业，获医学学士学位。

1984年考入天津中医学院，师从著名中医妇科专家哈荔田、顾小痴教授攻读研究生，主要从事中医药治疗妇科肿瘤的临床与实验研究，1987年毕业，获医学硕士学位。

1995年拜中国四大名医施今墨先生的亲传弟子孙一民为师，尽得其传。先后任职于河南省中医药研究院附属医院及河南省中医院（河南中医学院第二附属医院），历任住院医师、主治医师、副主任医师（副教授）、主任医师（教授）。主要从事中西医结合治疗各种癌症的临床研究工作。擅长以中医药疗法治疗胃癌、食管癌、大肠癌、肝癌、宫颈癌、乳腺癌、白血病、恶性淋巴瘤及鼻咽癌等常见恶性肿瘤及并发症。

1996年当选为河南省中医肿瘤专业委员会委员。

2005年当选为中国中医药学会肿瘤专业委员会委员。

2003年作为访问学者于香港大学专业进修学院任教1年。2005年8月入职香港浸会大学中医药学院，现为临床部一级讲师，南方医科大学在读博士研究生。

E-mail: gal_1960@msn.com

焦智民



1983年毕业于河南中医学院，来港前任肿瘤医院中西医结合科主任，主任医师。2006年入职香港浸会大学中医药学院。

毕业后一直从事恶性肿瘤的中西医结合治疗，在乳腺癌、肺癌、肝癌、大肠癌、胃癌、食管癌、淋巴瘤、胰腺癌、癌痛等疾病的治疗方面积累了丰富的临床经验；对放、化疗引起的多种不良反应的预防和治疗效果颇佳；对手术后、放化疗后病情稳定的患者，采取扶正与祛邪相结合的方法，有效防止复发和转移；对于晚期患者，特别是不能耐受放、化疗的患者，根据辨证与辨病相结合的原则，运用中医中药及其他药物，有效减轻痛苦，改善生存质量，提高生存率。运用中医药治疗常见疾病也取得了较突出的疗效，发表论文30余篇，专著3部，完成省市级课题6项。

审阅者简介|

董秀荣



毕业于北京中医学院（现为北京中医药大学）医疗系，来港前为中日友好医院中医肿瘤科主任医师，北京中医药大学教授。70年代初开始从事中西医结合治疗肿瘤内科病的临床及实验室研究工作，对恶性肿瘤及癌前病变进行深入的探讨。从医40余年，在医疗、科研、教学方面积累了宝贵的经验。

董教授主治食道癌、胃肠癌、肝胆胰癌、肺癌、肾癌、膀胱癌、乳腺癌、卵巢癌、脑瘤、淋巴瘤等各种恶性肿瘤。并在中医药减轻放、化疗产生的毒副反应及对中、晚期恶性肿瘤综合治疗方面有丰富的经验，可通过中医药改善患者临床症状，减轻痛苦，提高生存质量，延长寿命。

董教授曾发表论文30余篇、参编书10余册，主要有：《中医杂病证治》、《中西医结合内科大全》、《中西医结合肿瘤内科治疗学》、《乳腺癌综合治疗学》、《中西医结合治疗放化疗毒副反应》等，并参加多项科研工作。

董汝玲



60年代毕业于北京中医药大学中医系，有37年中医内科临床经验。曾任北京中日友好医院主任医师，现为香港浸会大学中医药学院临床部访问教授。荣获中国首批百名专家荣誉证书，编入《中国当代高级医师大全》。在国家级学术刊物和国际学术会议发表论文40余篇，获优秀论文奖、金奖多篇，参与撰写《各老中医临床经验》一书。具有丰富的临床、科研、教学经验，主持并参与“七五”、“八五”国家级攻关科研课题，负责学术指导工作。擅长治疗心、脑、肾病、晚期肿瘤、血小板减少及增多症、骨髓纤维化等病。

目 录

前言·····	3
序一 周宜强·····	4
序二 刘良·····	5
作者简介·····	6
审阅者简介·····	8

第一章 关于癌症

“肿瘤”与“癌”的定义·····	16
良性肿瘤与恶性肿瘤的比较·····	18
癌症的致病原因·····	19
癌症的十种主要警告信号·····	20
癌细胞与正常细胞的区别·····	20
癌细胞的生长特点·····	20
恶性肿瘤的四种转移方式·····	21
九大高危人群·····	22
中西医治疗肿瘤的各自特点·····	24
中医中药治疗癌症的五个优点·····	25
中医对肿瘤病因病机的五种认知·····	26
中医药治疗肿瘤的适应症·····	28
中西医结合是治疗的最好方法·····	28

第二章 胃癌

胃癌的基本常识·····	36
--------------	----

胃癌的可疑信号·····	37
西医治疗胃癌的原则·····	37
中医辨证论治及针灸疗法·····	38
胃癌的预防措施·····	41
胃癌患者康复指南·····	41
胃癌患者的护理要点·····	42
胃癌患者饮食宜忌·····	43
胃癌患者的保健食疗·····	44
胃癌典型病例·····	49

第三章 肺癌

肺癌的基本常识·····	52
肺癌的可疑信号·····	52
西医治疗肺癌的原则·····	53
中医辨证分型治疗·····	55
肺癌患者康复指南·····	57
肺癌患者饮食宜忌·····	58
肺癌患者的保健食疗·····	61
肺癌典型病例·····	65

第四章 鼻咽癌

鼻咽癌的基本常识·····	68
鼻咽癌的早期信号·····	68
西医治疗鼻咽癌的原则·····	69

中医辨证分型治疗·····	70
鼻咽癌患者康复指南·····	72
鼻咽癌患者的药膳原则·····	73
鼻咽癌患者的保健食疗·····	73
鼻咽癌典型病例·····	76

第五章 大肠癌

大肠癌的基本常识·····	78
大肠癌的可疑信号·····	79
西医治疗大肠癌的原则·····	80
中医辨证论治及针灸疗法·····	80
大肠癌的预防措施·····	83
大肠癌患者康复指南·····	83
大肠癌患者的护理要点·····	84
大肠癌患者饮食宜忌·····	84
大肠癌患者的保健食疗·····	86
大肠癌典型病例·····	90

第六章 肝癌

肝癌的基本常识·····	94
原发性肝癌的病因·····	94
肝癌的可疑信号·····	95
西医治疗肝癌的原则·····	95
中医辨证论治及针灸疗法·····	96

肝癌患者康复指南·····	99
肝癌患者的饮食原则·····	99
肝癌患者的保健食疗·····	101
肝癌典型病例·····	104

第七章 子宫颈癌

子宫颈癌的基本常识·····	106
子宫颈癌的可疑信号·····	107
西医治疗子宫颈癌的原则·····	108
中医辨证论治及针灸疗法·····	108
子宫颈癌预防措施·····	110
子宫颈癌患者的护理要点·····	111
子宫颈癌患者饮食宜忌·····	112
子宫颈癌患者的保健食疗·····	114
子宫颈癌典型病例·····	120

第八章 乳腺癌

乳腺癌的基本常识·····	122
乳腺癌的早期信号·····	122
西医治疗乳腺癌的原则·····	123
中医辨证论治及针灸疗法·····	124
乳腺癌患者康复指南·····	126
乳腺癌患者的保健食疗·····	127
乳腺癌典型病例·····	130

第九章 卵巢癌

卵巢癌的基本常识·····	132
卵巢癌的可疑信号·····	133
西医治疗卵巢癌的原则·····	133
中医辨证论治及针灸疗法·····	135
卵巢癌的预防措施·····	137
卵巢癌患者康复指南·····	137
卵巢癌患者的护理要点·····	137
卵巢癌患者饮食宜忌·····	138
卵巢癌患者的保健食疗·····	138
卵巢癌典型病例·····	144

第十章 前列腺癌

前列腺癌的基本常识·····	146
前列腺癌的症状·····	146
西医治疗前列腺癌的措施·····	148
中医辨证论治及针灸疗法·····	150
前列腺癌的危险因素·····	153
前列腺癌患者康复指南·····	153
前列腺癌患者的保健食疗·····	154
前列腺癌典型病例·····	157

第十一章 膀胱癌

膀胱癌的基本常识·····	160
---------------	-----

膀胱癌的可疑信号·····	161
西医治疗膀胱癌的原则·····	162
中医辨证论治及针灸疗法·····	162
膀胱癌的预防措施·····	163
膀胱癌患者康复指南·····	164
膀胱癌患者的护理要点·····	164
膀胱癌患者饮食宜忌·····	165
膀胱癌患者的保健食疗·····	166
膀胱癌典型病例·····	171

第十二章 气功抗癌功法

气功抗癌功法概述·····	174
气功抗癌九大功法·····	176
经络穴位图·····	182

第一章 |

关于癌症

“肿瘤”与“癌”的定义

“肿瘤”一词在医学专著中的定义为：人体器官组织的细胞在外来和内在有害因素的长期作用下，过度增殖而形成的新生物。这种新生物与受累器官的生理功能无关，不按正常器官的规律生长，丧失了正常细胞的功能，破坏了原来器官的结构，有的甚至转移到其他部位，危及生命。肿瘤可分为良性肿瘤和恶性肿瘤两大类，而癌症则是一类恶性肿瘤。

恶性肿瘤从组织学上可以分为两类：一类由上皮细胞发生恶变的称为癌，如肺上皮细胞发生恶变就称为肺癌，胃上皮细胞发生恶变就称为胃癌等；另一类由间叶组织发生恶变的称为肉瘤，如平滑肌肉瘤、纤维肉瘤等。临床上癌与肉瘤之比大约为9:1，癌远多于肉瘤，故临床上常常将恶性肿瘤称为“癌症”。

癌作为一类恶性肿瘤，是由人体内正常细胞演变而来的。正常细胞变为癌细胞后，就像一匹脱缰的野马，人体无法约束它，产生所谓的“异常增生”。异常增生是相对于细胞的正常增生而言的。人体细胞有一个生长、繁殖、衰老、死亡的过程。老化的细胞死亡后就会有新生的细胞取代它，以维持身体组织和器官的正常功能。可见，人体绝大部分细胞都可以增生。但是这种正常细胞的增生是有限度的，而癌细胞的增生则是无止境的。正是由于这种异常增生，使人体大量营养物质被消耗。同时，癌细胞还能释放出多种毒素，人体因此产生一系列症状。如果发现和治疗不及时，癌细胞还可转移到全身各处生长繁殖，最终导致人体消瘦、无力、贫血、食欲不振、发热及脏器功能受损等。

据香港医院管理局癌病资料统计中心2006年新发病例的统计结果显示，全港新发癌症23750例。