



14

家庭自助医疗百科

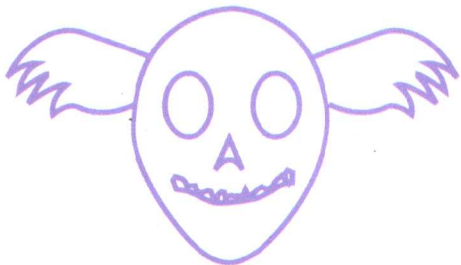
# 癌症

如何面对癌症的挑战

编者 河野正贤 [日]

译者 刘倩 马来君

癌症已经成为人类的头号敌人，  
然而您对它的了解又有多少？  
本书教您如何面对癌症的挑战。



辽宁科学技术出版社

LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

家庭自助医疗百科

# 癌 症

译者 ● 编者 ●

马来君 刘倩 河野正贤



辽宁科学技术出版社

沈阳

## 图书在版编目 (CIP) 数据

癌症 / (日) 河野正贤著; 刘倩, 马来君译. - 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2002.4

(家庭自助医疗百科)

ISBN 7-5381-3625-8

I. 癌… II. ①河… ②刘… ③马… III. 癌-诊疗  
IV. R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 007707 号

---

出 版 者: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 沈阳新华印刷厂

发 行 者: 各地新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/32

字 数: 100 千字

印 张: 6.375

印 数: 1 ~ 5 000

出版时间: 2002 年 4 月第 1 版

印刷时间: 2002 年 4 月第 1 次印刷

责任编辑: 倪晨涵 杨瑰玉

封面设计: 李若虹

版式设计: 于 浪

责任校对: 周 文

---

定 价: 10.00 元

联系电话: 024-23284360

邮购咨询电话: 024-23284502

E-mail: lkzsb@mail.lnpgc.com.cn

http: //www.lnkj.com.cn

# 前 言

日本人的平均寿命：男性为 76.3 岁，女性为 82.5 岁。日本是世界上有名的长寿国。这应该归功于医学技术和营养学的进步。诸如结核等疾病已不再是不治之症，就是最有力的证明。

但是，医学虽然战胜了结核，却又不得不迎接其他各种尚未征服的疾病的挑战。

日本人死因的顺位，脑卒中在 1951 年代替了结核居于第 1 位，2 年之后的 1953 年癌症就上升到第 2 位，心脏病位居第 3 位，而到了 1981 年癌症首次跃居死因的第 1 位（现在第 2 位是心脏病，第 3 位是脑卒中）。

癌症、心脏病、脑卒中是当今三大成人病。其中癌症可以说是医学的最大难题。

如果现在有人问“有没有使人不得癌的方法”？我们只能遗憾地回答“还没有”。

这首先是因为癌症的病因尚未完全明了。其次是癌不仅可以发生在身体的任何部位，而且癌细胞可以随着血液、淋巴液转移到全身各处。

使人不得癌的方法虽然还没有，然而已经有了治疗癌症的方法。

一般说来，一个癌细胞生长到5毫米大小的细胞团需要9年，长到1厘米大小的细胞团需要11年。如果在初期治疗并根除癌细胞，癌症是可以治愈的。可以说治愈早期癌症的时代已经到来了。

问题是，如何发现早期的癌症？应该说极早期的癌症是没有明显的临床症状的，但是如果在身体不舒服时去医院检查，发现早期癌症的可能性还是有的。

本书在“初期症状的自我诊断”这一章节中比较详细地讲解了身体各个部位发生癌症时的信号，但是这并不是绝对的。因此，建议过了40岁的人不论男女最好每年进行一次身体检查。

当然，也不要因为癌症可怕就产生沉重的心理负担，只要你掌握了一定的正确的关于癌症的知识，并与医生很好配合，就能够战胜癌症。

# 目 录

前言 ..... (1)

## 第一章 癌并不可怕

1. 癌是怎样发生的 ..... (3)
2. 香烟中含有 1 500 种致癌物质 ..... (5)
3. 防癌 12 条 ..... (8)
4. 日本人患癌症的特点 ..... (11)
5. 容易得癌的人、不容易得癌的人 ..... (13)
6. X 线和 CT 是发现早期癌症的强有力武器 ..... (15)
7. 内窥镜和细胞学检查是直接检查病变部位的方法 ..... (18)
8. 超声检查的原理就如同鱼群探测器 ..... (21)
9. 巧妙利用了同位素性质的核医学诊断法 ..... (23)
10. 仅仅 3 毫升血就可以进行肿瘤的免疫学诊断 ..... (25)

## 第二章 初期症状的自我诊断

1. 胃癌容易被误认为胃溃疡, 而且 1/3 的胃癌是没有症状的 ..... (29)
2. 早期发现胃癌的最好方法是定期体检和胃镜检查 ..... (32)

3. 肠癌的信号是腹泻和便秘交替出现 ..... (35)
4. 直肠镜和纤维结肠镜以及肛门指诊都很容易发现  
    肠癌 ..... (38)
5. 如果触摸到乳房包块, 首先要怀疑是否为癌 ..... (41)
6. 什么人易患乳腺癌 ..... (44)
7. 子宫癌的症状多与出血有关, 还要注意褐色和粉红色的  
    白带 ..... (47)
8. 如果怀疑癌症, 就要进行细胞学检查 ..... (50)
9. 变了色的胼胝、疣痣以及鸡眼处的出血等要注意皮肤癌  
    的发生 ..... (53)
10. 专科医生的检查和组织学检查可以确定您是否是  
    皮肤癌 ..... (57)
11. 要警惕舌头的炎症和包块 ..... (59)
12. 舌癌在早期就出现颈部的淋巴结肿大 ..... (61)
13. 声音嘶哑是早期喉癌的症状 ..... (64)
14. 专科医生可以从喉结的运动状况了解喉癌的  
    进展 ..... (66)
15. 食管癌的症状是食管异物感和咽下困难 ..... (68)
16. 发现食管癌的最佳手段是食管纤维镜 ..... (71)
17. 咳嗽和血痰是肺癌的常见症状, 但有些肺癌是没有  
    症状的 ..... (74)
18. 发现肺癌最简单的方法是痰的检查, 而确诊需要  
    肺活检 ..... (78)
19. 除疼痛以外, 如果还有血尿不止, 请进行泌尿系肿瘤  
    的检查 ..... (81)
20. 泌尿系三大肿瘤(肾癌、膀胱癌、前列腺癌)首先要验尿

.....	(85)
21. 倦怠乏力、容易疲劳、右上腹钝痛及黄疸是肝癌的信号 .....	(87)
22. 肿瘤实验室检查和 CT 可以诊断肝癌 .....	(91)
23. 胰腺癌有时出现剑突下疼痛 .....	(94)
24. 血液和尿液检查虽然也是检查胰腺癌的方法, 但确诊还要进行胰管造影 .....	(97)
25. 白血病的自觉症状是原因不明的贫血、疲乏无力和近 40℃ 的高烧 .....	(99)
26. 白血病的诊断主要是靠血液和骨髓检查 .....	(103)
27. 头痛、呕吐、偏瘫是脑肿瘤的症状 .....	(106)
28. 脑肿瘤的诊断主要依据先进的 CT .....	(109)
29. 患骨肿瘤时会感到胸背的疼痛 .....	(112)

### 第三章 癌的手术、放疗和化疗

1. 早期胃癌的手术时间只需要 60 ~ 90 分钟 .....	(117)
2. 最近的直肠癌手术多数不再造人工肛门 .....	(121)
3. 如果是轻微的乳腺癌可以考虑美容手术 .....	(125)
4. 子宫癌分为 0 ~ IV 期, IV 期子宫癌要造代用膀胱 .....	(128)
5. 皮肤癌病灶切除后, 缺损处怎么办 .....	(131)
6. 食管癌的位置决定手术方法 .....	(134)
7. 肺癌手术最大限度也只能切除一侧肺 .....	(138)
8. 脑肿瘤平均可以切除 1 / 2 .....	(142)
9. 放射线为何能治癌 .....	(146)
10. 放疗的适应证 .....	(150)



11. 放疗的副作用·····(154)
12. 乳腺癌如没有周围淋巴结转移可以不放疗·····(158)
13. 子宫颈癌时放疗的效果有时可与手术疗法媲美·····(161)
14. 皮肤癌可以进行局部放疗·····(164)
15. 放疗可以治愈 90% 以上的早期喉癌·····(166)
16. 周围型肺癌可以进行大剂量放疗, 对全身影响不大·····(168)
17. 不适合放疗的癌症·····(172)
18. 化疗药物是如何杀死癌细胞的·····(175)
19. 现在日本使用的抗癌药约有 70 种·····(177)
20. 化疗的副作用·····(180)

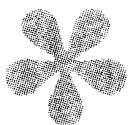
## 第四章 防癌食品

1. 癌与食物的关系·····(185)
2. 注意某些添加剂·····(189)
3. 食物防癌越来越重要·····(191)



第一章

癌并不可怕





## 1. 癌是怎样发生的

物理、化学、生物学等刺激久了，正常的细胞就会癌变。

癌到底是怎样发生的?应该说还不是十分清楚。

但是，正常细胞并不是在某一天突然变成了癌细胞，而是在长期的物理、化学及生物刺激之后发生癌变的。这一点已被研究证实了。

一般说来，长时间被放射线照射的人、长期接触某些化学物质的人、烧烫伤之后长期不愈的人容易患癌。

英国扫烟囱的人患面、颈和阴囊处皮肤癌的人较多。受此启发，山极胜三郎博士进行了这样的实验研究：他在兔子的耳朵上反复涂抹煤焦油，结果兔子得了皮肤癌，由此得出了煤焦油可以致癌的结论。此后的研究，又进一步证实烟灰中的某些芳香族化合物是致癌物质。

至目前为止，已经知道大约有 2 000 多种化学物质有致癌作用。

那么，物理的、化学的、生物的刺激是如何

使正常细胞发生癌变的呢？

细胞有细胞核，细胞核的主要成分是核酸。核酸是由腺嘌呤、鸟嘌呤、胸腺嘧啶、胞嘧啶四种碱基按照一定的规律排列的长长的序列。如果破坏了排列的顺序，就可能发生癌变。

如果病毒侵入细胞核，使核酸发生变化，也可导致癌症发生。乙型肝炎病毒导致的肝硬化癌变就是一个例子。非洲的孩子易患一种下颌淋巴结肿大的伯基特氏淋巴瘤，原因就是 EB 病毒感染。不仅外来病毒侵入可以致癌，有时细胞受某些药物的刺激，使细胞内在的病毒发挥作用也可以致癌。如美国国家肿瘤研究所在癌症患者的细胞内发现了 C 型 RNA 肿瘤病毒。

癌症就是细胞的恶性增生，不断生长增多的细胞构成了肿瘤，肿瘤的不断增大最终会导致破溃出血。比如胃粘膜的新陈代谢非常活跃，每天都有大量的细胞新生和死去。胃粘膜细胞的这种有序的发育过程一旦被破坏，变成疯狂的增生状态，就是癌症的开始。但这需要长期的物理的、化学的、生物的刺激，有些人是 10 年，有些人是 15 年，甚至更长。造成这种差别的原因是由于不同的人或不同的人种具有不同的抵抗力和防御力。

医学完全阐明癌症的日子已经不远了。

## 2. 香烟中含有 1 500 种致癌物质

吸烟的人并不一定都得癌，但是吸烟的人容易患癌是确实的。因此 WHO(世界卫生组织)正在大力开展禁烟运动。

最近不吸烟的人开始逐渐增加，然而早在 1954 年美国抗癌协会就率先报告了肺癌的发生与吸烟有关。

1951 年的一项流行病学调查表明，非吸烟者与使用烟袋及烟嘴的人相比没有太大的差别，肺癌的死亡率为 20~30/10 万，吸纸卷香烟者的肺癌死亡率则明显增高，每日吸烟 20 支以下者肺癌死亡率为 20/10 万，而每日吸烟 20 支以上者肺癌死亡率为 240/10 万，是非吸烟者肺癌死亡率的 10 倍。

这一消息立即在全世界传开，使那些爱烟者受到了极大的刺激。

英国的调查表明：1910 年时肺癌死亡率为 2/10 万，而 1970 年时肺癌死亡率达到 102/10 万。60 年间肺癌死亡率增加了 50 倍，这刚好

与香烟的年销售量成正比。

为了人类的健康，WHO 正在积极努力实施禁烟运动。目前医学研究的结果表明：①大量吸烟（日吸烟 20 支以上、持续 20 年以上）的人患肺癌的可能性很大；②吸烟的初始年龄越小，发病年龄越年轻（多在 30~50 岁），死亡率越高；③终止吸烟后，肺癌的发生率就会降低。

纸卷香烟的烟中含有焦油、尼古丁及其他约 1 500 种致癌物质，但还没有确凿证据说明吸烟是肺癌发生的惟一原因。所以，也不能说禁烟之后就百分之百地不再发生肺癌。

根据 1964~1970 年日本川崎与国家癌症研究所共同调查研究的数据表明，严重大气污染地区肺癌死亡率也明显增高，其中大量吸烟者是不吸烟者的 10 倍，东京、大阪、名古屋等大城市的肺癌死亡率是农村地区的



吸烟者肺癌死亡率是非吸烟者肺癌死亡率的 15.8 倍

1.5 倍。

吸烟是个人行为，戒烟也由个人决定。而大气污染则不然，当地的居民不能决定终止大气污染。但我们大家都要清楚地牢记，越是远离这些有害因子，患癌的可能性就越低。



### 3. 防癌 12 条

不过量饮酒、不过食辛辣、不偏食等防癌 12 条中有 7 条与饮食有关。

癌症、心脏病、脑卒中是三大成人病。1992年日本国死亡的 85 万人中，死亡原因第 1 位是癌，死亡人数 231 917 人(占 27.1%)；第 2 位是心脏病，死亡人数 175 546 人(占 20.5%)；第 3 位是脑卒中，死亡人数 118 581 人(占 13.8%)。

俗语说医食同源，好多疾病的发生与饮食有密切关系。众所周知，过分摄取蛋白质或糖，可引起痛风、糖尿病、癌症、心脏病等等。据有关报道，非洲很少有人患痔疮、阑尾炎、大肠癌、胆结石等疾病。由此看来，癌症也可以视为文明病。

回顾百年以来的历史，人们的饮食生活发生了巨大的变化。1975 年美国参议院营养问题特别委员会(M 委员会)提出了为什么癌症在发达国家发病率较高的问题。他们的结论是：体内过剩的动物脂肪是心脏病的重要原因；许多癌症也与过