

癌症

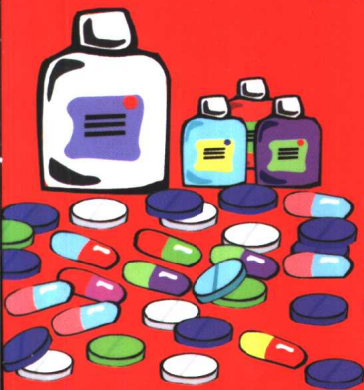


CANCER

自助疗

- 误区一：癌症与家族遗传有关
- 误区二：烟酒致癌纯属宣传
- 误区三：姑息治疗等于坐以待毙
- 误区四：中晚期癌症患者不能“带癌生存”
- 误区五：混淆癌肿的并发症与终末期表现
- 误区六：使用杜冷丁治疗癌痛

李平 编



图书在版编目 (CIP) 数据

癌症自助疗/李平编. —广州: 暨南大学出版社, 2003.11
ISBN 7-81079-297-0

I. 癌… II. 李… III. 癌—诊疗 IV. R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 077044 号

出版发行: 暨南大学出版社

地 址: 中国广州暨南大学

电 话: 编辑部 (8620) 85226521 85226593 85221601

营销部 (8620) 85227972 85225284 85220602 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编: 510630

网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 暨南大学出版社照排中心

印 刷: 暨南大学印刷厂

开 本: 850mm × 1168mm 1/32

印 张: 10.375

字 数: 258 千

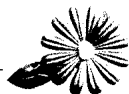
版 次: 2003 年 11 月第 1 版

印 次: 2003 年 11 月第 1 次

印 数: 1—3000 册

定 价: 18.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社营销部联系调换)



前 言

10 多年来，我一直从事肿瘤内科工作。在临床工作中认识了许多肿瘤病人及其家属，看到了人们在患肿瘤之后的痛楚、挣扎、无助、悲伤……今年我有幸来到“Hospice”——一个从身、心、灵全方位关爱病人及其家人的机构，从中深受启发。前不久，受友人之邀请，撰写这本关于病人及其家人如何与肿瘤抗争的书。癌症患者及其家属在健康知识、预防诊治、病人照顾、家庭支持等方面往往缺乏教育及咨询，故他们常常感到困惑、沮丧。例如，当我们的亲人患癌时，我们该怎么办？如何在治疗过程中和医生一起解决问题？如何更好地照顾和关爱病人？如何在诊治过程中走出误区？如何解除心理的困惑？读完本书，我相信读者可以找到所需的答案。

冀望本书的出现，可以成为病人及其家属的帮助，为与癌症抗争找出一条出路，无论是自助或是助人。

作者

2003 年 9 月，广州



目 录

预防与早期发现

第一章 癌症常识 / 3

恶性肿瘤已成为当今人类健康和生命的主要危害之一，世界卫生组织（WHO）预测 21 世纪癌症将成为人类的“第一杀手”，征服癌症已成为全球性的卫生战略重点之一。本章将揭开癌症之神秘面纱，让你了解什么是癌症，掌握癌症的基本知识。

第一节 人类能否征服癌症 / 4

第二节 什么是癌症 / 7

第三节 癌症常识问答 / 13

第二章 预防胜于治疗 / 16

本章从癌症的根源出发，剖析导致癌症的化学、物理、生物等各种致癌、促癌因素，阐述人们的生活环境、饮食习惯等与各种癌症的关系，介绍恶性肿瘤的预防和早期发现方法。目的是帮助读者建立健康的生活方式，从而远离癌症。



- 第一节 致癌之因 / 16
- 第二节 恶性肿瘤的三级预防与早期发现 / 25
- 第三节 日常生活与防癌 / 33

诊断与治疗

第三章 癌症的诊断 / 39

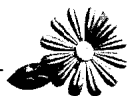
如果在普查或自查中发现常见癌症的报警信号,应尽快到医院检查,及早诊断。本章主要介绍肿瘤的常用检查手段和各种常见癌症的检查项目。同时,针对很多病患及其亲友拿到化验单看不懂的困惑,简要说明一些常规化验项目的临床意义。

- 第一节 诊断手段 / 39
- 第二节 常见癌症的有效检查 / 40
- 第三节 怎样看化验单 / 41

第四章 癌症的治疗 / 50

本章主要从理论依据、适应证、优缺点及失败原因等方面,介绍手术治疗、化学治疗、放射治疗、生物学治疗、中医治疗、基因治疗、综合治疗和姑息治疗等8种癌症治疗手段。其中,对化疗使用的50多种药物也作了简要介绍。

- 第一节 手术治疗 / 51
- 第二节 化学治疗 / 52
- 第三节 放射治疗 / 105
- 第四节 生物学治疗 / 120
- 第五节 中医治疗 / 120
- 第六节 基因治疗 / 123
- 第七节 综合治疗 / 124
- 第八节 姑息治疗 / 125



第五章 常见癌症的诊治 / 126

本章主要从病因分析、预防指引、诊断要点、鉴别诊断（区别疑似疾病）、治疗要点、护理照顾、预后随访等方面，具体介绍了肺癌、食道贲门癌、乳腺癌、胃癌、原发性肝癌、大肠癌、卵巢癌、宫颈癌、恶性淋巴瘤、鼻咽癌 10 种常见癌症。

第一节 肺癌 / 126

第二节 食道、贲门癌 / 133

第三节 乳腺癌 / 139

第四节 胃癌 / 144

第五节 原发性肝癌 / 148

第六节 大肠癌 / 152

第七节 卵巢癌 / 155

第八节 宫颈癌 / 159

第九节 恶性淋巴瘤 / 163

第十节 鼻咽癌 / 166

第六章 恶性肿瘤的并发症 / 171

在因患癌症或恶性肿瘤而死亡的病人中，实际上至少有 50% 是死于其并发症。这些严重威胁生命的并发症，有时易被误认为癌肿的终末期表现，以致贻误治疗机会。而两者在预后及处理方面是截然不同的，应严格区分。本章介绍了 22 种并发症的病因和诊治方法。

第一节 癌症恶病质 / 171

第二节 癌症病人的感染 / 172

第三节 急性气道阻塞 / 179

第四节 上腔静脉综合征 / 181

第五节 脊髓压迫症 / 184

第六节 颅内高压 / 186

第七节 恶性胸腔积液 / 188



- 第八节 恶性心包积液 / 192
- 第九节 恶性腹水 / 193
- 第十节 高钙血症 / 195
- 第十一节 高尿酸血症 / 197
- 第十二节 肿瘤溶解综合征 / 199
- 第十三节 乳酸盐中毒 / 201
- 第十四节 播散性血管内凝血 / 202
- 第十五节 抗利尿激素分泌过多综合征 (SIADH) / 205
- 第十六节 低血糖危象 / 206
- 第十七节 低血钠症 / 208
- 第十八节 急性腹部空腔脏器梗阻 / 209
- 第十九节 急性消化道穿孔 / 211
- 第二十节 肿瘤出血 / 212
- 第二十一节 急慢性尿道阻塞 / 214
- 第二十二节 急性肾功能衰竭 / 215

护理与康复

第七章 注意事项 / 219

无论采用何种治疗手段,治疗过程中乃至出院后的护理、调理,都是癌症治疗的关键之一,对治疗的效果、病患生存期的延长、生活质量的提高和预后的改善等有着十分重要的意义。因此,本书设专章介绍化疗、放疗的护理和口腔护理,以及有关的中药调理、饮食调理,并简要说明各种常见癌症患者出院后的注意事项。

- 第一节 化学治疗的护理 / 219
- 第二节 放射治疗的护理 / 224
- 第三节 癌症患者的口腔护理 / 228
- 第四节 中药调理 / 230



第五节 饮食调理 / 232

第六节 出院后的注意事项 / 242

第八章 癌症患者的身心照顾 / 246

如何帮助病人克服疼痛、呕吐、虚弱、褥疮等等痛苦和不便，如何帮助病人保持积极健康的精神状态和坚强意志，不仅体现着亲情和关怀，而且更是许多癌症病人康复的重要原因。其实，对于长期面对病魔折磨的亲人并处于疲劳困窘和经济压力下的家属亲友来说，自身的心理调节也很重要。

第一节 身体照顾 / 246

第二节 心理照顾 / 257

第三节 临终照顾 / 268

第九章 癌症康复指南 / 272

几乎所有癌症患者都需要进行康复治疗。癌症康复贯穿于癌症诊断、治疗、治疗后随访、终末期、死亡和家庭支持这一全过程。癌症康复做得好，患者可以延年益寿或长期带癌生存。本章针对各种常见癌症的具体情况，对其康复分别给予简明指引。

第一节 康复的定义 / 272

第二节 常见癌症的康复 / 279

第十章 癌症防治的误区 / 285

对上述问题认识不够，或影响医患信息沟通，或动摇患者积极治疗的信心，甚至陷入各种误区，以致贻误治疗机会，造成不可弥补的遗憾。正确认识癌症，了解癌症的诊断和治疗手段，掌握科学有效的护理和康复方法，既是癌症患者及其家属亲友与医护人员共同战胜癌症的前提，也是本书的主旨。



附录

1. 实体瘤的近期疗效标准 / 293
2. 抗肿瘤药急性及亚急性毒性反应分度标准 / 295
3. 常用抗肿瘤药的远期毒性 / 296
4. 病人一般状况的计分标准 / 296
5. 肿瘤病人的生活质量评分 / 297
6. 常用抗肿瘤药物中英文名称和缩写 / 298
7. 实体瘤的 TNM 分期 / 301

参考文献 / 320

预防与早期发现



第一章 癌症常识

人类发现肿瘤已有 3 000 年以上的历史。20 世纪以来,由于自然科学的发展、基础理论研究的深入与新技术的应用,人们对肿瘤已有较明确的认识。恶性肿瘤已成为当今人类的健康和生命的主要危害之一,仅次于心血管疾病而占第二位。全世界 52 亿人口中,每年约有 700 万人新患癌症,每年约有 500 多万人死于癌症,几乎每 6 秒钟就有 1 名癌症患者死亡。我国目前每年平均约有 150 万人新患癌症,每年约有 100 万人死于癌症,癌症已成为我国许多城市居民死亡中的第一位死因,每 2~3 名死者中就有 1 位是癌症患者,这一统计数字还在逐年递增。

我国大规模的癌死亡及发病调查数字表明,各地的恶性肿瘤发病率不完全一致,有地理分布特点。从全国来说,常见而又影响较大的恶性肿瘤有肺癌、胃癌、食管癌、肠癌、肝癌、宫颈癌、乳腺癌、白血病、恶性淋巴瘤、鼻咽癌等 10 种,其中以肺癌、胃癌、食管癌、肝癌、乳腺癌、宫颈癌最为多见,约占全部恶性肿瘤的 70%~80%。

男女老少,任何年龄都有患癌的可能。患癌的危险性一般随



年龄的增长而增长，中年是癌症发病的高峰时期。有关资料表明，在老年人的死亡的原因中，只有 1/10 死于癌症；而在中年人的死亡原因中，癌症占 1/5。死于癌症的病人平均年龄为 55 ~ 59 岁，比正常人减寿 12 ~ 18 岁。癌症可发生在人体各个器官，但也受居住环境、生活方式、遗传因素等影响。世界卫生组织（WHO）预测 21 世纪癌症将成为人类的“第一杀手”，征服癌症已成为全球性的卫生战略重点之一。

近半个世纪以来，医学对各种癌症的治疗已经取得了明显的进展。传统的手术治疗、放射治疗和化学治疗仍是当今世界治疗癌症的三大支柱。这 3 种方法对减轻癌症的痛苦、缓解临床症状和有效延长寿命起到了不可低估的作用。

癌症患者在经过外科手术、化学治疗、放射治疗之后的存活率明显上升。通过这 3 种方法单独或联合应用，能使 30% ~ 40% 的癌症病人被“治愈”，目前的治愈率（指手术后 5 年内不复发）已达到 50%。这个数字可以说是历史上的一个里程碑。20 世纪初癌症治愈率为零，20 世纪二三十年代手术治疗使存活率达到 25%。到 20 世纪 60 年代，随着放射治疗和化学治疗的应用，治愈率上升到 38%，到 1987 年上升到 46%。至今又取得了新的进展，存活率达到了 50%。

第一节 人类能否征服癌症

对于这个问题，医学界有两种观点。

悲观的研究者认为，目前传统常规治疗癌症只能加重病人痛苦。绝大多数癌症病人将大量的钱花在诊断和治疗上，但是，既不能提早诊断，也没有一种治疗方法的应用能对存活率有任何影响。有研究表明，未经治疗的癌症病人实际上比经过治疗的个体存活时间要长 4 倍多。他们认为“医药治疗”似乎干扰和紊乱机体抗癌的天然防御功能；不是癌症杀死病人，而是他的机体防御



遭到破坏，最终造成死亡。所以，传统的常规方法既有抗（治）癌又有致命之双刃作用，始终不能有效根治癌症。

乐观的研究者认为，之所以说根治癌症的前景乐观，是因为近年来在癌症研究领域的科研巨大成果使他们达到了识破患癌之谜的边缘。这些成功主要应归功于医学分子生物学的崛起。正是因为有了分子生物学这一有力武器，科学家们才能深入研究癌症初始细胞活动的基本过程，从而导致对癌基因的发现。癌基因的发现者加洲大学分子生物学家 M·贝肖普博士说：“在多个世纪的扑朔迷离之后，人类的智慧终于把握住了癌基因，从而为最终识破致癌的秘密打通了道路。”

美国目前在癌症领域集中了大批世界上最优秀的科学家。对他们来说，抗癌仅仅是其中的一个目的而已。他们想通过对癌症的研究进一步掌握遗传学和免疫学知识，并付诸其他疾病的防治。美国抗癌协会著名科学家 F·洛彻博士说，他从事癌症研究已有 26 年之久，但近年来的成就可以说是空前的，从癌症的研究、诊断、治疗及预防来看，这些成就意味着一场巨大的变革。所以，目前正是癌症研究的黄金时代。不过，这些科学家们头脑清醒，他们没有忘记先前的教训。尤其是在 1971 年，当美国国会通过了“向癌症全面开战”的提案后，人们就被一种假象所迷惑，普遍认为只要花掉几十亿美元就能找到抗癌良药。事实是公众完全低估了抗癌的复杂性，他们不了解癌症是可细分成 100 多种疾病的。但这场运动推动了抗癌研究，促进了许多意想不到的突破，其中最重要的就是癌基因的分离成功。科学家们终于发现，癌症的 100 多种表现形式都有一个共同的线索——癌基因。这样，所有的致癌因素，如酒精、脂肪、香烟、病毒、细菌、化学物质、X 射线、污染物质以及日光暴晒等，可能对癌基因的启动有关。但有些棘手问题仍有待深入研究，所以科学家们目前正在着手研究致癌的环境因素。

美国医学界在抗癌领域里呈现出一种乐观现象，主要是基于



以下的重大进展：

①在未来 10 年中，医生将拥有更多的手段检测早期癌症（在某些病例中，当癌变还只存在于几个细胞中时便可以检测到），并在其恶化之前进行抑止。

②在未来 25 年内，新的药物将可以改进大多数（如果不是全部的话）癌症的治疗，甚至可以治愈某些癌症。美国国家癌症研究所（National Cancer Institute）主任理查德·克劳斯勒（Richard Klausner）说：“我们对癌症治疗的进展，正处于全面和深刻的变化之中。”这一变化导致了大量药物的研制——数量是如此之多，临床研究人员甚至来不及进行试验。

③癌基因的发现。迄今已在所有动物身上的遗传物质中发现了癌基因。科学家们认为，这种基因在动物的胚胎期成长中很重要。但估计在大多数人身上它是停止活动的，不过在某些人身上却异常活跃，这些人患癌症的机会就很大。

④通过对免疫的控制来达到有选择地杀死癌细胞的目的。目前已发现了多种途径来操纵免疫组织去消灭人体组织内的癌细胞，同时又能使正常细胞安然无恙。在这些新的抗癌武器中，最有力的就属单克隆抗体。科学家们把它看成是攻克癌症的“生物导弹”，也许它是目前最理想的治疗癌症的设想。

越来越多的事实表明，饮食是致癌的一大因素。目前正在进行的一系列研究，是证明禁食某些食物是否可以减少人们患癌的危险，同时试图找出哪些食物能对癌症起到抑制作用。

随着工业化的发展，公害污染日趋严重。全球每天约有 1 000 余种新化学物质问世，科学家们疾呼，癌症的原因有 90% 以上是由于化学物质引起的。更有甚者，有的学者竟告诫人们，只有返回到对人类没有压力的旧石器时代的饮食和生活方式，人类才能避免癌症。虽然这种观点近乎荒诞，但从中可以反映出当今人们对癌症的控制似乎陷入困境；从另一方面来看，这些雄心勃勃的联合行动又给人以启示，那就是人类生活在大自然中，应该从复



杂的现实各种压力下返回自然；人类防治疗癌症的有效方法与自然紧密相关，顺乎自然、改造自然才是人类抗癌保健的惟一有效途径。

我国自古以来对于自然给人类造成的影响早有详尽的观察和成熟的理论。这些理论符合现代科学的实践，是经得起验证的理论。中医中药、针灸、气功等综合疗法对世代华夏子孙的防病抗癌有着不可磨灭的功绩。

癌症虽是威胁着人类的健康和生命安全的可怕幽灵，但人类战胜它已只是时间问题了。

征服癌症的方式已确立：第一是癌症的预防；第二是癌症的早期发现、早期治疗；第三是晚期癌症的有效治疗。这3个阶段，无论哪一个获得彻底成功，都肯定能征服癌症。

第二节 什么是癌症

一、癌

简单地说，癌是机体在各种致癌因素的作用下，局部组织异常增生而形成的新生物。癌细胞就是异常增生的细胞。正常的细胞增生是有限度的，由于自我控制机制被破坏，癌细胞可以无休止地增生。

癌的英文名字“Cancer”，直译为“螃蟹”。为什么称癌为螃蟹呢？这就是说“癌”的扩散是无规律的，像螃蟹一样横行霸道，不受任何约束，任意繁殖。不管是硬如石的骨质，还是韧如牛皮的筋膜，都可以被号称“螃蟹”的癌侵犯损害。

二、癌基因

癌基因是存在于人类或动物细胞以及肿瘤病毒中固有的一类基因。在人类细胞中，此类癌基因称为细胞癌基因或原癌基因，是细胞内参与生化与分化调节的基因，在外界因子作用下被激活



而表达。由于这种表达在时空方面发生混乱，致使人或动物的正常细胞发生转化和恶变。

我们可能都是先天的癌症患者，因为我们每个人的身上都带有癌症遗传密码。当然，说我们都有潜在的致癌因素，并不意味着我们都必将患上癌症。因为人体内还有一类肿瘤抑制基因，能对细胞的增殖起抑制作用。当癌基因和抑癌基因中的任何一种或共同发生结构与功能改变，就有可能导致肿瘤的发生。

三、良恶性肿瘤

1. 良性肿瘤

一般生长缓慢，有的生长到一定时期会停止生长，大多不会影响人的生命，手术切除后一般不会复发。但少数良性肿瘤在一定条件下会逐渐转变为恶性肿瘤，所以应及早治疗。

2. 恶性肿瘤

它生长迅速，侵犯周围组织，无明显界限，质地坚硬，无包膜，与正常组织分界不清；除了体积长大外，细胞还能向周围蔓延、扩散，有强大的破坏性，晚期常常固定于某一组织器官上，出现坏死、溃疡及出血，并难以止血和愈合；手术后不仅较易复发，而且细胞还能沿着小的淋巴管和血管蔓延至身体其他部位。对机体的影响除了阻塞、压迫，还可有其他危害，甚至造成死亡。

四、良恶性肿瘤的危害

1. 良性肿瘤对人体的危害

①阻塞、压迫局部。

②内分泌的良性肿瘤，常引起激素过量分泌，进而影响全身状况。

③少数良性肿瘤可发生恶变。

2. 恶性肿瘤对人体的危害

①阻塞和压迫。这一点和良性肿瘤相似，不过恶性肿瘤的阻