

常见癌症的中西医预防

主编 张支农 雷衍凡

CHANG JIAN AI ZHENG DE

ZHONG XI YI YU FANG



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

常见癌症的中西医预防

主 编 张支农 雷衍凡

副主编 李满星 雷 胜 王学伟 李 祥
陆青媛 文兆明

编 者 (按姓氏笔画为序)

王倚祎	王江涛	申良方	李家邦
刘英男	刘 超	肖健云	陈福林
汪 云	肖仁斌	花小梅	武四美
俞 根	涂青松	钟美佐	胡正清
徐乐辉	龚兆丽	黄 萍	蔡志强
谢和清	谢志光	彭 祥	潘贵华



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

常见癌症的中西医预防 / 张支农, 雷衍凡主编. —北京: 科学技术文献出版社, 2014.7

ISBN 978-7-5023-8651-1

I. ①常… II. ①张… ②雷… III. ①癌—预防(卫生) IV. ①R730.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 022612 号

常见癌症的中西医预防

策划编辑: 薛士滨

责任编辑: 张宪安

责任校对: 李乐德

责任出版: 张志平

出版者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

编 务 部 (010)58882938 58882087(传真)

发 行 部 (010)58882868 58882874(传真)

邮 购 部 (010)58882873

网 址 www.stdp.com.cn

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 湖南雅嘉彩色印刷有限公司

版 次 2014 年 7 月第 1 版 2014 年 7 月第 1 次印刷

开 本 710×1000 1/16

字 数 293 千

印 张 18.25

书 号 ISBN 978-7-5023-8651-1

定 价 48.00 元



版权所有 违法必究

购买本社图书, 凡字迹不清、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换。

序 言



袁长津,男,湖南省中医院主任医师、中医内科专家,湖南省名中医,全国著名中医临床专家及第4、5批名老中医药专家学术经验继承导师,国家中医药管理局选定的"中医名医工作室"导师。原湖南省中医管理局局长。现任中华中医药学会理事,中华中医药学会亚健康分会副会长,湖南省中医药学会副会长,《中医药导报》主编等职。

癌症又称恶性肿瘤,是当今对人类生命和健康危害最严重的一类疾病。近些年来,我国统计造成人群死亡的病因顺位中,癌症一直排在第一位。《世界癌症报告》称,2012年全世界新增癌症病例1400万,癌症死亡人数达820万。据我国全国肿瘤登记中心2012年记录,我国每年新增癌症病例350万,每年癌症死亡人数约为250万。肺癌、食道癌和胃癌是中国人最常罹患的三种癌症,据报导,每年全世界因肺癌死亡的病例中,有超过1/3在中国,在肝癌和食道癌的死亡病例中,中国分别占约51%和49%。

造成癌症发病率快速增长和死亡率居高不下的原因很多,其中最主要的原因之一,是公众对癌症的认知不够和误解,如认为癌症发病主要与基因有关,即与生俱来,难以预防;认为癌症是不治之症,因此,不是丧失治疗的信心,就是病急乱投医等等。这些误解和无所作为、盲目求医的心态,阻碍了公众关于癌症的深入讨论和了解,导致缺乏正确的防治知识和理性积极的应对心态。

癌症,是由机体细胞在内外不良因

素作用下,异常增生,长期失控,而致突变转化而来的。异常增殖失控和向外浸润播散(俗称“转移”),是癌症的两大特点和治疗难点。作为一种常见的由自身正常细胞缓慢转化而来的慢性疾病,癌症是可以预防和有效治疗的。目前公认的有效应对癌症的主张是:积极预防,尽早发现,综合治疗。

癌症可以预防。癌症的形成,与家族遗传、环境污染、不良的生活习惯和行为等诸多因素有关。目前世界各国均重视通过治理环境(如:改善空气污染、规避放射风险)和改善饮食习惯来预防癌症。中医二千多年前就认为,人体自身的正气即身心健康,是防御疾病的关键因素,《黄帝内经》说:“正气存内,邪不可干”,“精神内守,病安从来?”因此,作为个人的养生保健来说,均衡的营养、有序的作息、适度的运动、平和的心态,是养护自身正气,保持身心健康,即维护机体正常的免疫能力,防范人体自身即有的抑癌基因和致癌基因失衡及其细胞异常增生的重要保证。戒烟限酒,坚持运动,尽量减少腌、炸、熏、烤及霉变食物的摄入,不要进食高温饮食,顺应自然的生活方式和心态等,是当前公认的预防癌症发生的一些重要措施。世界卫生组织曾提出通过合理的饮食习惯预防癌症的5条建议:1.减少动物脂肪的摄入,2.增加粗纤维饮食,3.减少肉食,4.增加新鲜蔬菜和水果,5.避免肥胖。此外,对某些容易发生癌变的疾病(称之为“癌前病变”)及与癌症有关的感染,进行积极有效的治疗和严密的观察,可以大大降低癌症的发生率。如慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、慢性迁延性肝炎、乳腺的囊性增生、肺间质性病变、家族性多发性息肉、子宫颈糜烂等及乙肝病毒(HBV)、幽门螺杆菌(HP)、EB病毒、人乳头瘤病毒(HPV)、人类免疫缺陷病毒(HIV)等病原体感染。

癌症宜尽早发现。机体细胞因失去调控而不断增生堆积,形成肿瘤,到发生恶性突变为癌,是一个缓慢长期的转化过程。临床实践证明,癌症发现愈早,治疗效果愈好,甚至可以彻底治愈,对患者机体损伤和付出的代价也比较小。但是,令人容易忽视的是,癌症早期患者一般没有明显的不适和症状,等到出现明显的临床症状而诊断为癌,往往都是到了癌症中晚期。因此,一般成年人,特别是年过45岁的人,

每年要定期到医院进行体检,包括肿瘤标志物的检测和与肿瘤相关病原体的筛查等;尤其是有癌症家族史的人,一旦出现某些疑似症候,更要提高警惕,及时到有条件的医院进行针对性地深入检查。现在常用的彩超、纤维内窥镜及CT、磁共振等检测设备,都有助于尽早发现体内的微小肿瘤。见微知著,一旦发现,就及时采取有效的防治措施,以防微杜渐,争取有效控制其发展、恶变和播散。

癌症宜进行合理有效的综合治疗。一般来说,癌瘤一旦发现,其生长的速度就会很快,也很容易播散转移。因此,须根据癌瘤的部位、性质和病情,尽快选择相对有效的治疗方法进行治疗,以期清除病灶,截断其蔓延播散。手术治疗、放射疗法、化学药物、生物制剂、靶向治疗以及中医中药等,是目前治疗癌症的几种常用疗法,各有所长及所适,亦各有所短和局限,某些癌症的早期,是可以单用单一或局部的治疗方法治愈的。但对大多数癌症患者的治疗,都须采取几种有效的治疗方法,相互配合治疗。即根据病种、病情、患者的身体状况及其耐受、耐药的情况等,确定好治疗目标和路径,选择适宜的治疗方法,本着“取长补短,合理配合”的原则,进行综合治疗。要注重及时调理扶正,以有利继续治疗和康复,从而达到治疗效果良好、机体损伤小、资源消费合理的目的。

我还需特别强调:癌症的治疗要适度。

癌症是很难彻底治愈的一类疾病,对于大多数癌症患者来说,须经过长期有效适度的综合治疗,以期达到延长生命,缓解病痛,提高生活质量的目标。最常用于治疗癌症的手术、放疗、化疗等疗法,一般来说,用之得当及时,是能发挥很好的疗效作用的;但使用过度或不当,对机体组织的损伤,骨髓功能的抑制,免疫功能的破坏及人体自身正气的损坏等,也是不容忽视的。作为治疗癌症的医生,要正确处理好“人”和“病”的关系,要牢固树立“以人为本”的思想,切不可为了所谓彻底消灭癌细胞,不顾及患者的具体情况,耐受能力,霸蛮施行不恰当的手术,过度的放疗,超剂量的化疗,滥用有毒的中西药物等。这往往会适得其反,甚至促其早死,加速造成人财两空的恶果。在临床中,我们也不难看到,有的患者癌症并没有有效控制,但因过度治疗

造成的机体损伤及后遗症所带来的痛苦和折磨,甚至大于癌症本身,使患者有“生不如死”的感觉。

对于难治的大病顽疾如癌症等的救治,中医自古就形成了“留人治病”的理念和一些医者患者都需把握的治养原则,仍值得发扬:一是谨防过度治疗造成死亡。如《素问·六元正纪大论》:“大积大聚,其可犯也,衰其大半而止,过者死。”二是运用有毒副作用的药物治病要遵循“用药适度,治养结合,顾护正气”的原则。《素问·五常政大论》:“大毒治病,十去其六,常毒治病,十去其七,小毒治病,十去其八,无毒治病,十去其九,谷肉果实,食养尽之,无使过之,伤其正也。”我们在临床中不难发现,有许多癌症患者,经过采取适度的局部和整体治疗相结合,祛邪与扶正相结合,中西医结合,治养结合等措施,可以有效控制病情,解除或减轻痛苦,提高生活质量,延缓生命,甚至带瘤生存多年乃至终生。有一位中年医务工作者,1997年因确诊为升结肠癌,在施行手术治疗的过程中,即发现已经有肝转移,术后化疗4次;第二年又先后出现咯血、头疼、呕吐等,经检查诊断为肺转移、脑转移。患者因身体虚弱,白细胞减少,即从1998年改以中医药扶正祛邪治疗为主,阶段性地配合局部放疗。患者坚持中西医结合治疗至今,中药处方多以益气养阴、健脾和胃为主,配合活血化瘀、解毒抑癌等,并嘱以饮食调养诸法,患者病情逐渐得到控制,白细胞恢复正常,身体状况不断改善,从2012年下半年起,已开始上班工作。

紧张的情绪、恶劣的心境,对人体身心健康的损害是很大的。许多研究文献都表明,长期笼罩在紧张、恐惧、悲观、抑郁、焦虑的情绪环境中的人,其癌症发病率会显著提高数倍。患有癌症的人,则更容易产生上述负面情绪,从而损伤正气,破坏机体的免疫功能,对治疗和康复都是极其不利的,更容易导致转移复发。因此,乐观豁达的精神,宽容平和的心态,对对癌症的防治是极其重要的。这就需要患者能够顺应自然,善于调节自己的心态;医者做到循循善诱,及时疏导患者情绪;亲友同事对患者多体谅帮助,与之多交流沟通,为患者营造一个和谐温馨的生活环境。

湖湘中医肿瘤医院张支农中西医结合副主任医师和湘雅医院放射

序 言

治疗肿瘤专家雷衍凡老教授,在中西医结合防治癌症方面,不仅有渊博的理论知识,而且多年来积累了丰富的临床经验。他们合作编著的《常见癌症的中西医预防》一书,从论述癌症的概念和病因入手,介绍了中西医预防癌症的一些基本原则、理论知识和实用方法;并分章列举了鼻咽癌、食管癌、乳腺癌、肺癌、胃癌、肝癌、大肠癌、宫颈癌及白血病等9种常见癌症的中西医防治措施和具体方法。该书通俗实用,文字简洁,条理清晰,既可以提供一般医务工作者的临床参考查阅,也可作为一种有关癌症的科普读本,提供给社会大众及癌症患者阅读学习。在本书即将出版之际,承蒙盛邀,不辞赘言,聊以为序,并以资祝贺。

袁长津

2014年5月28日

前 言

癌症已成为危害人民生命和健康的常见病、多发病。肺癌、乳腺癌、肝癌、胃癌、胰腺癌、大肠癌、白血病、恶性淋巴瘤等的发病率逐年升高。肺癌、乳腺癌、宫颈癌其发病和死亡情况在向年轻化靠近,白血病和恶性淋巴瘤在儿童、年轻人群中速发病增多,且很难得到有效的治疗和控制。

癌症重在预防。在我国华北食管癌高发区,通过防治结合,使食管癌发病率和死亡率稳步下降,证明癌症完全是可以得到预防的。癌症的发生都有它的病因,都有一些先兆,如果每个人都知道这些先兆,这些病因,做到早预防、早发现、早治疗,就可大大减少癌症的发生。

中医中药防治疾病、防治癌症具有数千年的历史。形成了具备整体观念和辨证论治的理论和理、法、方、药防治疾病的基本方法。中医的辨证论治,对减轻癌症手术治疗、放射治疗和化学治疗的副作用有积极的作用,对巩固和加强疗效,延长患者生命和提高生存率效果显著。

本书编写人员长期从事癌症中西医临床防治与科研工作。本书是在总结我们临床经验教训和科研成果的基础上,参考国内外文献资料撰写而成的。由于我们水平有限,加上时间仓促,错误不妥之处在所难免,敬请专家、教授和广大读者指出指正,以便再版时修改、充足、提高。在编写过程中得到了科技文献出版社特约编审张宪安教授的指导,特别是湖南省中医药管理局原局长、全国著名中医、《中医药导报》杂志社主编袁长津主任医师在百忙之中为本书作序。作者为撰写本书付出了辛勤的劳动,在此一并致以由衷的感谢。

张支农 雷衍凡
2014年4月28日

目 录

第一章 癌症的中西医概念	(1)
第一节 癌症的西医概念	(1)
第二节 癌症的中医概念	(2)
第二章 癌症的病因	(5)
第一节 外源性致癌因素	(5)
第二节 内源性致癌因素	(11)
第三节 中医的病因学对癌症预防的指导作用	(14)
第四节 中医病因学的发病与病机对癌症的预防治疗作用 ...	(18)
第三章 癌症的三级预防与中医对癌症的防治法则	(21)
第一节 一级预防 消除致癌因素,提高机体抗癌能力	(21)
第二节 二级预防 早期发现、早期诊断、早期治疗	(24)
第三节 三级预防 提高治愈率、提高生存率和生存质量	(25)
第四节 中医对癌症的预防原则	(25)
第五节 中医对癌症的治疗与康复原则	(29)
第四章 癌症的化学药物预防和外科手术预防	(33)
第一节 癌症化学药物预防的研究现状	(33)
第二节 癌症发生三个阶段化学药物的预防办法	(36)
第三节 致癌抑制物的应用	(37)
第四节 外科手术用于肿瘤的预防	(37)
第五章 中医整体观念、阴阳学说、藏象学说在癌症预防中的理论 基础与作用	(39)
第一节 中医整体观念是癌症预防的理论基础	(39)
第二节 阴阳学说在癌症预防中的作用	(40)

第三节 藏象学说在癌症预防中的作用	(42)
第六章 中医辨证论治在癌症防治中的应用	(51)
第一节 中医辨证对防治癌症的作用	(51)
第二节 八纲辨证	(51)
第三节 气血辨证	(55)
第四节 脏腑辨证	(57)
第五节 预防癌变的方法与方剂的关系	(67)
第六节 常用防治癌症的十一种治法	(67)
第七章 生命活动基本物质在癌症防治中的作用	(71)
第一节 气	(71)
第二节 精	(74)
第三节 血	(75)
第四节 津液	(78)
第八章 气功在癌症防治中的应用	(79)
第一节 气功疗法的概念	(79)
第二节 气功的意念、呼吸、姿势	(80)
第三节 功法及做气功的注意事项	(84)
第四节 做气功的要领	(85)
第五节 气功为什么能防癌治癌	(87)
第九章 维生素在癌症预防中的作用	(88)
第一节 维生素 A 类	(88)
第二节 维生素 B 族	(90)
第三节 维生素 C	(92)
第四节 维生素 E(生育酚)	(93)
第五节 维生素 K	(94)

目 录

第六节 维生素预防癌症的干预实验	(95)
第十章 饮食防癌与绿叶蔬菜的防癌作用	(98)
第一节 饮食防癌三原则	(98)
第二节 清补类 动物食品与防癌抗癌关系	(101)
第三节 植物性食品与防癌抗癌关系	(102)
第四节 绿叶蔬菜的防癌作用	(104)
第五节 鱼类的防癌和治癌作用	(106)
第十一章 长寿、防癌与素食	(109)
第一节 过多食用动物类食品导致癌症和心血管发病率增加	(109)
第二节 自然清淡的素食使人受益	(109)
第三节 素食可避免骨质疏松与癌的骨转移	(110)
第四节 素食为什么能防病防癌	(111)
第五节 素食具有足够营养素	(114)
第六节 素食注意事项	(118)
第十二章 硒的防癌作用	(121)
第一节 硒的防癌作用	(121)
第二节 硒的存在状态	(121)
第三节 硒缺乏与癌症的关系	(122)
第四节 硒与其他药物联合应用的防癌作用	(122)
第十三章 癌症高风险人群的预防	(124)
第一节 老年人群	(124)
第二节 散露在有癌物环境下工作的人群	(125)
第三节 遗传缺陷而造成的癌症风险人群	(125)
第四节 癌症治疗以后的患者	(126)
第五节 癌症病变或癌前疾病的患者	(128)

第十四章 鼻咽癌的预防	(130)
第一节 鼻咽癌的流行病学与病因	(130)
第二节 常用预防措施	(132)
第三节 维生素预防	(133)
第四节 中医中药预防	(134)
第十五章 食管癌的预防	(140)
第一节 食管癌的流行病学与病因	(140)
第二节 食管癌的癌前病变	(143)
第三节 常用预防措施	(144)
第四节 中医中药预防	(145)
第十六章 乳腺癌的预防	(151)
第一节 乳腺癌的流行病学与病因	(151)
第二节 乳腺良性疾病与乳腺癌的关联	(154)
第三节 常用预防措施	(155)
第四节 中医中药预防	(159)
第十七章 肺癌的预防	(166)
第一节 肺癌的流行病学与病因	(166)
第二节 常用预防措施	(168)
第三节 化学药物预防	(169)
第四节 中医中药预防	(169)
第十八章 胃癌的预防	(177)
第一节 胃癌的流行病学与病因	(177)
第二节 胃癌的癌前病变	(180)
第三节 常用预防措施	(181)
第四节 中医中药预防	(183)

第五节 胃癌的中医治疗	(187)
第十九章 肝癌的预防	(192)
第一节 肝癌的流行病学与病因	(192)
第二节 肝脏的代谢功能	(196)
第三节 常用预防措施	(199)
第四节 中医中药预防	(201)
第五节 肝癌的中医治疗	(207)
第二十章 大肠癌的预防	(209)
第一节 大肠癌的流行病学与病因	(209)
第二节 大肠癌前病变与大肠癌	(210)
第三节 常用预防措施	(213)
第四节 中医中药预防与治疗	(215)
第二十一章 宫颈癌的预防	(221)
第一节 宫颈癌的流行病学与病因	(221)
第二节 宫颈上皮肉瘤样变	(224)
第三节 常用预防措施	(226)
第四节 宫颈癌的筛查	(227)
第五节 中医中药预防治疗	(228)
第二十二章 白血病的预防	(232)
第一节 白血病的流行病学与病因	(232)
第二节 常用预防措施	(235)
第三节 中医中药预防	(238)
第四节 白血病的中医治疗	(241)
第二十三章 骨肉瘤的预防	(248)
第一节 骨肉瘤的流行病学病因	(248)

第二节 常见预防措施	(249)
第三节 中医中药预防与治疗	(251)
第二十四章 癌症的常用治疗方法	(256)
第一节 外科手术治疗	(256)
第二节 放射治疗	(259)
第三节 化学药物治疗	(264)
第四节 基因生物学治疗	(266)
第五节 其他治疗方法	(267)
参考文献	(269)

第一章 癌症的中西医概念

第一节 癌症的西医概念

癌(Cancer)的英文汉意为螃蟹,癌的扩散性很容易让人联想到螃蟹那钳子(脚)向四处张开的时的凶恶样子,使人非常害怕。癌是人体内一种特殊的新生物,是由一群不随人体生理需要而自由发展的癌细胞所组成。凡从上皮组织,如皮肤、黏膜、腺体等处生长来的恶性肿瘤都称癌。如鼻咽癌、鼻腔癌、舌癌、扁桃体癌、喉癌、唇癌、乳腺癌、肺癌、食管癌、胃癌、肝癌、胰腺癌、结肠和直肠癌、肾癌、宫颈癌、宫体癌、皮肤癌等。

凡从间叶组织如脂肪、肌肉、骨骼、血管和淋巴组织生长出来的恶性肿瘤称为肉瘤。如脂肪肉瘤、淋巴肉瘤、骨肉瘤、滑膜肉瘤、纤维肉瘤、血管肉瘤等。肉瘤早期即可发生血行转移。因为肉瘤血管丰富,血管壁又发育不全,瘤细胞可直接与血管壁紧贴,甚至癌细胞本身就构成血管壁,所以肉瘤比癌症更易侵入血管内而发生血道转移。

恶性肿瘤细胞重要特征之一是能在正常细胞不再进行分裂的环境与部位中继续分裂。正常细胞生长到一定程度即自行停止,而恶性肿瘤细胞不停地生长,且生长方式也不同。研究者将游离的肾细胞与肝细胞合在一起培养,发现正常的肝、肾细胞分别集合在一起。如将皮肤癌的游离细胞和游离的肾细胞一起培养,则成为了一种混合细胞的集合体,似乎癌细胞失去了“相互识别能力”,而获得一种侵入和破坏正常组织的能力。因此,许多癌细胞可离开原发部位经血流和淋巴转移到其他部位。恶性肿瘤细胞还能向周围组织和器官浸润蔓延,继续成倍增大,造成对人体或生命的极大危险。

良性肿瘤通常生长缓慢,呈膨胀性生长,像吹气球一样,逐渐生长增大,边界清楚,常有包膜、瘤细胞分化好、色泽质地接近正常。随着瘤体不断增大,会挤压周边的正常组织,但并不入侵邻近的正常组织和器官;与正常细胞有明显界限,用手触摸可移动,手术时容易切除干净。如将包膜完整切除,很少有复发和转移。肿瘤小时一般不会破坏器官的结构和功能,故预后良好。良性肿瘤有时也会变成恶性,故必须切除,切除后必须作病理检验,有时良性与恶性肿瘤还需靠

病检才能区分。

恶性肿瘤生长,短期内明显增大,肿瘤细胞分化差,异形部位出现继发性改变,如出血、坏死、囊性变和感染等。转移的途径有:

一、淋巴道转移

癌和肉瘤细胞通过淋巴液带到淋巴结,在淋巴结内继续生长繁殖,形成转移癌,这样的转移又连续不断地转移至另外的淋巴结。

二、血管转移

大多数癌症和肉瘤病人,其癌和肉瘤细胞侵入血管,通过血液循环进行传播。淋巴转移也可以发展成血道转移,因为淋巴管与血管之间是有通道的,常通过胸导管将腹腔恶性肿瘤带进血液循环,造成肺和脑的转移。

三、种植转移

内脏器官的癌症和肉瘤,当侵犯到最表层胸膜和腹膜时,癌和肉瘤的细胞可以脱落到邻近或较远的器官表面上,进行生长繁殖和继续发展。

癌症是一组疾病,其病变最基本单位是癌细胞,癌细胞的特点有三点:

1. 癌细胞丧失了原有正常细胞的功能和形态特征,细胞的大小、形态很不一致,变得奇形怪状、五花八门。

2. 癌细胞本身无休止地增多、无秩序地分裂和繁殖、过度增生,形成肿块;它的增生不在机体控制之下进行,又不按机体需要增生,机体本身对它无能为力;它消耗机体营养,产生有害有毒的物质,使机体抗癌免疫功能低下。

3. 癌细胞还具有向周围组织侵袭和向远处组织和器官转移的能力。并在这些脏器中继续生长繁殖;癌细胞的生长和播散如得不到及时的控制,会破坏机体重要脏器的功能,导致衰竭和死亡。

第二节 癌症的中医概念

癌症是人体在致病和致癌因素的作用下,导致机体阴阳的偏盛偏衰。脏腑气血功能的失调所引起的一种复杂而有一定的形态表现的病理细胞过程。在肿瘤发生过程中,正气与邪气是两个主要的因素。中医学对肿瘤的发生既重视外