

组织编写



重庆市肿瘤医院
CHONGQING CANCER HOSPITAL

重庆大学附属肿瘤医院
CHONGQING UNIVERSITY CANCER HOSPITAL



肿瘤防治科普丛书

认识肿瘤

主编 吴永忠

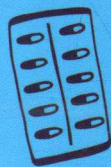


肿瘤是什么？

癌症真的可以预防吗？

如何发现和诊断肿瘤？

肿瘤的早期信号是什么？



认识预防 · 早期筛查 · 规范诊疗 · 康复管理
了解肿瘤从现在开始！



人民卫生出版社



肿瘤防治科普丛书

认识肿瘤

主 编

吴永忠

副主编

周 琦 王东林 王 颖 郑晓东

鞏伟奇 王 维 张海燕

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

认识肿瘤 / 重庆市肿瘤医院, 重庆大学附属肿瘤医院组织编写. —北京: 人民卫生出版社, 2018

(肿瘤防治科普丛书)

ISBN 978-7-117-26429-7

I. ①认… II. ①重…②重… III. ①肿瘤-防治 IV. ①R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 070567 号

人卫智网 www.ipmph.com 医学教育、学术、考试、健康,
购书智慧智能综合服务平台
人卫官网 www.pmph.com 人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

肿瘤防治科普丛书: 认识肿瘤

组织编写: 重庆市肿瘤医院 重庆大学附属肿瘤医院

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市潮河印业有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 889 × 1194 1/32 印张: 6

字 数: 167 千字

版 次: 2018 年 5 月第 1 版 2018 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-26429-7/R · 26430

定 价: 30.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



丛书编委会

(排名不分先后)

名誉主编

于金明

主编

吴永忠 周琦 王颖 郑晓东

副主编

周宏 汪波 张维 王东林 陈伟庆

秘书

袁维春 戴羽 黄渐青 陈霞 唐利

编委


吴永忠 周琦 周宏 汪波 张维

王颖 郑晓东 王东林 鞏伟奇 王维

张海燕 蔡润 周晓红 江跃全 邓和军

刘南 孙浩 陈伟庆 曾晓华 项颖

王全 王胜强 王冬



《认识肿瘤》分册编委会成员 (排名不分先后)

主编

吴永忠

副主编

周琦 王东林 王颖 郑晓东

鞏伟奇 王维 张海燕

编委

吴永忠 周琦 王东林 王颖 郑晓东

鞏伟奇 王维 张海燕 易琳 李丽仙

何永鹏 付晓琴 林昌海 冉静 葛闯

唐万燕 何美 雷海科 冯长艳 杜佳

邱惠 张艳 刘秀 郭晴 谭婧宇

徐文敏 罗含冀 郑子玲 马惠文 王璐璐

王思雄 田玲 王懿铭 万跃 谢悦

靳富 罗焕丽 邱大 杨含 李超

杨丁懿 张蕴蕴 陈静 隆艳艳 李晓宇

谢林 罗茜 尹黎 唐正 肖彩芝

陈红 李枋霏 刘绍永 杨扬 曾琳

张黎丹 姜秋月 蒋参

序言一

众所周知，恶性肿瘤已成为威胁人类生命和健康的首要敌人。不论城市还是农村，肿瘤都是中国居民的主要死亡原因。肿瘤防治是生命科学研究领域的难题。全球癌症报告显示：2012年，中国新增307万癌症患者并造成约220万人死亡，分别占全球总量的21.9%和26.8%；中国肿瘤发病率以每年大约3%的速度递增，中国新增和死亡病例世界第一。由于人们对肿瘤预防认知不足，缺乏癌症筛查和早诊早治的意识，就诊普遍偏晚，导致中国癌症死亡率高于全球平均水平。

习近平总书记在全国卫生与健康大会上指出，没有全民健康，就没有全面小康，要把人民健康放在优先发展的战略地位，加快推进健康中国建设。基于我国肿瘤防治严峻形势，可以说，健康中国，肿瘤先行，科普优先。肿瘤防治科学知识的普及，对于提高全民防癌意识，正确认识肿瘤筛查，科学理解肿瘤诊治，降低肿瘤发病率，提高治愈率，节约社会卫生资源，提升我国健康水平，具有极其重要的意义。

近年来，国内肿瘤防治工作者已编写了多本肿瘤防治科普书籍，从不同角度与层面介绍肿瘤防治相关科普知识，但瘤种全覆盖的成套

肿瘤防治科普丛书尚缺乏。吴永忠教授团队长期从事肿瘤防治工作，具有丰富的经验，创新性地在重庆构建了“一网一链”肿瘤防治体系。本丛书的编写顺应国家重视科普，大力向全社会推广医学科普知识的要求，以系统介绍肿瘤防治“一链”科普知识，即围绕肿瘤的认识预防、早期筛查、规范诊疗、康复管理为一体的完整诊疗服务链为鲜明特色，科学实用地介绍有关防癌抗癌的科普知识。

该丛书以一问一答的形式，通过通俗易懂的语言，生动形象的插图，站在患者角度介绍临床实际中的常见问题，力求将肿瘤医学专业知识变为普通民众易懂易记的常识。相信该丛书将对提高患者及家属对肿瘤总体认识、增强全民防癌抗癌知识起到重要的推进作用。期盼该丛书能够早日出版发行！

中国工程院院士

于金明

2018年2月

序言二

作为全国癌症防治协作网络成员单位、区域性肿瘤防治中心的重庆市肿瘤医院长期肩负恶性肿瘤防治任务，已经形成融科普宣教、早期筛查、规范诊疗、康复管理为一体的肿瘤完整诊疗服务链。

近年来，我国恶性肿瘤死亡率呈明显上升趋势，已成为城乡居民的第一位死因，严重影响人民群众健康及生命安全。对于恶性肿瘤来说，预防胜于治疗。因此，加强肿瘤预防的科普教育刻不容缓，也是重庆市肿瘤医院为提高大众的肿瘤预防科普知识、提高综合医疗服务质量以及提高国民生活素质应尽的责任！

为此，重庆市肿瘤医院组织全院专家编写本套《肿瘤防治科普丛书》，普及防癌知识和科学理念，引导公众关注癌症和癌症患者；正确认识癌症的成因、预防和治疗，消除癌症认识误区；推广科学规范的诊疗模式，切实提高癌症防治水平；帮助癌症患者及其家属树立正确认识癌症的观念和战胜癌症的信心，提高患者生命质量！

重庆市肿瘤医院 重庆大学附属肿瘤医院 院长
中国抗癌协会肿瘤放射治疗专业委员会副主任委员
重庆市医学会肿瘤专委会主任委员
吴永忠

2018年3月

前言

目前恶性肿瘤已成为威胁我国人民身体健康的第一大“杀手”，无数家庭因有人患癌症而导致人财两空，令大众谈“癌”色变。世界卫生组织早就提出三个1/3的观念，即1/3的癌症是可以预防的，1/3的癌症如早期发现是可以治愈的，1/3的癌症可以减轻痛苦、延长寿命。在我国，每分钟就有7人被确诊为恶性肿瘤，其危害不言而喻！最大可能地避免和减轻肿瘤的危害是医务工作者和患者及其家属的共同心愿。

本书共有九部分，分别从肿瘤是什么，肿瘤如何预防，如何早期诊断以及肿瘤外科治疗、放疗、化疗、康复等方面向大众及患者普及相关知识。本书全文力求运用通俗易懂的语言，科学实用、图文并茂地介绍有关防癌、抗癌的基本知识，帮助广大读者了解癌症防治的正确方法、治疗后康复的正确措施，避免对癌症产生消极、盲目甚至是错误的看法和行为。

本书作者均为肿瘤临床医学专家，长期奋战在临床医疗最前线，对患者所想所需务求贴心、真实，希望该书的出版可以提高公众对肿瘤防治的认识。

吴永忠

2018年3月

重庆市肿瘤医院 重庆大学附属肿瘤医院

重庆市肿瘤医院、重庆大学附属肿瘤医院、重庆市肿瘤研究所、重庆市癌症中心是集医疗、教学、科研、预防、康复为一体的国家三级甲等肿瘤专科医院，牵头重庆市肿瘤防治、科普宣传、技术研究和区域肿瘤专科人才培养；是国家肿瘤药物临床试验机构、重庆市肿瘤临床医学研究中心、重庆市肿瘤医疗质量控制中心、重庆市肿瘤放射治疗质量控制中心；是重庆市肿瘤防治办公室挂靠单位；是重庆市肿瘤防治科普基地和重庆市健康促进医院。

医院编制床位 1480 张，开放床位 1800 张，设有临床和医技科室 31 个，其中国家级重点专科 1 个、省级重点学科 4 个、省级临床重点专科 7 个、省级临床诊疗中心 3 个。医院年诊治病人 50 万余人次，住院病员 5.5 万余人次，外埠比例达 22%，病员来源实现了全国所有省市区全覆盖。医院专业技术人员占 90% 以上，其中高级专业技术人员 196 人，其中博士 106 人，硕士 328 人，博士硕士研究生导师 35 人，重庆市学术学科带头人 3 人，后备学术学科带头人 4 人，国务院政府津贴专家 9 人，重庆市有突出贡献的中青年专家 4 人。

医院拥有国家临床药物试验机构、国家博士后科研工作站、市级重点实验室、市级临床医学研究中心、市级专家工作室、市级协同创新中心、市级院士专家工作站、市级众创空间、重庆市肿瘤精准医学转化创新创业团队等国家级省部级研究平台 10 个；拥有国家级住院医师规范化培训基地、国家博士后科研工作站、重庆大学研究生联合培养点、广西医科大学研究生培养基地、重庆医科大学硕士联合培养点、重庆市护士规范化培训基地、重庆市肿瘤专科护士培训基地等教学平台 7 个。

按照重庆市战略定位及卫生区域规划，医院秉承“敬业、诚信、求实、创新”的院训与“向善向上、尚德尚学”的核心文化，积极构建以重庆市肿瘤医院牵头的“1515”区域肿瘤防治网，网内同质化建立肿瘤登记、科普宣教、早期筛查、规范诊疗、康复管理为一体的肿瘤完整诊疗服务链，形成“一网一链”区域肿瘤防治体系，引导人民群众正确认识肿瘤的防诊治，不断创新理念与革新技术，提高医疗服务品质，努力建成国家肿瘤区域医疗中心，为人民群众提供全方位全周期健康服务。



防病胜于治病

目录



小胖熊医生学习肿瘤知识



1 认识篇

“瘤”字的起源	1
癌症一词的起源	1
肿瘤是什么	
何为肿瘤?	2
良性肿瘤? 恶性肿瘤?	3
肿瘤等于癌症吗?	4
肿瘤的命名和种类	4
癌症是怎样炼成的?	5
肿瘤发生的外因	
常见的致癌物	6
环境污染可以致癌	8
不良生活习惯可以致癌	8
肿瘤发生的内因	
癌细胞从何而来?	10
遗传与癌症的关系: 一个基因的故事	10
自身免疫系统与癌症的关系	11
心理健康与癌的关系	11
如何发现和诊断肿瘤?	
肿瘤的身体信号	12
肿瘤的实验室诊断方法	14



肿瘤的影像学诊断方法·····	20
内镜检查·····	20
病理学诊断·····	21
肿瘤治疗的理念和策略	
传统的肿瘤治疗手段·····	22
新的治疗理念和方法·····	22
肿瘤是一种慢性疾病	
肿瘤是一种慢性病·····	24
肿瘤疾病的常见十大误区·····	24
一些常见的肿瘤术语·····	26



2 预防篇

癌症是可以预防的·····	29
癌症的危险因素·····	29
吸烟与癌症	
吸烟致癌的发生机制是什么? ·····	30
吸烟与哪些癌症密切相关? ·····	31
戒烟的益处与方法有哪些? ·····	33
饮食与癌症	
哪些癌症与饮食因素有关? ·····	34
哪些不良饮食习惯会导致癌症? ·····	36
防癌饮食建议是什么? ·····	38
肥胖与癌症	
肥胖与哪些癌症密切相关? ·····	40
肥胖促癌的原因是什么? ·····	40
控制体重的方法有哪些? ·····	41

饮酒与癌症

- 饮酒如何引发癌症?42
- 哪些癌症与饮酒密切相关?42
- 正确的饮酒建议有哪些?43

感染与癌症

- 感染与癌症有什么关联?44
- 哪些癌症与感染密切相关?44
- 怎样预防感染病原体?45

环境污染与癌症

- 空气污染会增加肺癌发病风险吗?46
- 饮水污染会引发癌症吗?47
- 儿童白血病与室内装修污染47

职业与癌症

- 易患癌的职业有哪些?48
- 哪些癌症与职业密切相关?48
- 如何积极对抗职业癌症?49

辐射与癌症

- 辐射如何引起癌症?50
- 哪些癌症与辐射密切相关?50
- 防癌如何预防辐射?51

遗传与癌症

- 会遗传的癌症有哪些?52
- 如何预防遗传性癌症?52
- 如何预防癌症?53



3 早期诊断篇

- 肿瘤的早期诊断55



肿瘤早期诊断的意义·····	55
肿瘤早期诊断的途径·····	55
肿瘤的“三早”·····	55
癌症的早期信号	
常见肿瘤的早期信号有哪些?·····	56
癌症的早期诊断之生化篇	
什么是肿瘤标志物?·····	58
常见肿瘤标志物升高的临床意义·····	58
常见肿瘤标志物的联合检测·····	59
常见致癌病毒包括哪些?与哪些肿瘤有关?·····	59
癌症的早期诊断之影像篇	
胸部 X 线检查·····	60
什么是 CT 检查?·····	60
什么是乳腺钼靶检查?·····	61
什么是 MRI 检查?·····	62
什么是 PET-CT 检查?·····	63
什么是超声检查?·····	64
癌症的早期诊断之内镜篇	
常见内镜有哪些?·····	66
内镜能检查什么?·····	66
癌症的早期诊断之基因篇	
什么是基因筛查?·····	68
肿瘤基因检测如何应用?·····	68
什么人需要做肿瘤基因筛查?·····	69
癌症的早期诊断之病理篇	
常见病理学检查方法有哪些?·····	70
为什么要进行病理学检查?·····	71

癌症的早期筛查

肿瘤早期筛查的意义有哪些?	72
肿瘤的早期筛查诊断流程是怎样的?	72
什么是城市癌症早诊早治项目?	73
如何参加城市癌症早诊早治项目?	74
什么是肿瘤筛查重点监测人群?	75



4 外科治疗篇

肿瘤外科治疗	81
肿瘤外科理念	81

当前肿瘤外科治疗的理念

当前肿瘤外科包括哪些理念?	82
现代肿瘤外科的理念转变	84

肿瘤手术的分类

预防性手术	86
诊断性手术	87
根治性手术	87
姑息性手术	88
减瘤手术	88
修复与重建	89
内分泌器官切除术	89

肿瘤外科治疗原则

良性肿瘤的外科治疗原则	90
恶性肿瘤的外科治疗原则	90



5 化疗篇

什么是化疗?	95
--------------	----



化疗的利弊·····	95
认识化疗	
化疗药有哪些类型? ·····	96
什么情况下可以使用化疗? ·····	97
化疗的实施策略	
什么情况下禁用化疗? ·····	98
什么情况下必须中断/停止化疗? ·····	99
化疗的实施时机	
新辅助化疗·····	100
辅助化疗·····	100
根治性化疗·····	101
姑息性化疗·····	102
同步放化疗·····	102
肿瘤急症的抢救性化疗·····	103
化疗的给药方式	
全身化疗·····	104
局部化疗·····	105
化疗的常见副反应	
骨髓抑制·····	108
胃肠道毒性·····	108
过敏反应·····	109
心脏毒性·····	109
肝脏毒性·····	109
神经系统毒性·····	110
免疫抑制·····	110
肺毒性·····	110
泌尿系统毒性·····	110