

征服癌症之路



丁 生 主编

上海科学普及出版社

征服癌症之路

丁 生 主编

上海科学普及出版社

主 编： 丁 生
编 写： 杨秉辉 沈镇宙 莫善竞 陈 迪
钟之海 周佩英 陈浩泉
责任编辑： 钟海谷

征服癌症之路

丁 生 主编

上海科学普及出版社出版发行

(上海青杨路500号 邮政编码 200063)

新华书店上海发行所发行 江苏太仓印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张1.75 字数39000

1990年12月第1版 1990年12月第1次印刷

印数 1—7000

ISBN 7-5427-0352-8/R·12 定价：0.90元

前 言

人类今天共同面临的最大自然灾害是什么？是地震？还是癌症？从下列的数据中人们定会得出自己的结论。本世纪以来的九十年中，全世界因地震而死亡的总人数为130万，其中一半死于7次大地震中，另一半为上百次小地震的牺牲者。而癌症呢？现全世界52亿人口中，每年新发癌症病人700万，每年因癌症死亡者500万。在中国，每年新发癌症病人140万，死亡105万。更有甚者，癌症的发病与死亡还在与年俱增，以上海为例，每年以3.2%的不变速度上升。

面对发病率和死亡率如此高的疾病，人们该怎么办？经过多少个世纪和多少代人的艰辛探索与研究，人类终于在认识自然的过程中逐步认识了癌症，在克服种种险恶的疾病中初步控制了癌症。今天，科学家们可以庄严地告诉人们，癌症是一个普通的疾病，不仅可以认识、可以治疗，而且可以预防。大量调查与无数实验的结果表明，引起癌症发生的原因80%以上来自人们的生活环境，其发病与否直接跟人们的生活方式密切相关。因此，我们可以明确地说，如果明智地选择自己的生活方式，适当地改善自己的生活环境和条件，人们是有可能避免癌症祸害的。

然而，癌症的祸害仍是目前不可避免的现实。我们如何面对这个现实呢？无数的例子告诉我们，即使生了癌，只要能与医生密切合作，做到早期发现、早期诊断和早期治疗，其结果仍然是令人满意的。

在这本小册子里，作者们引用了国内外癌症研究的最新成果和自己从事肿瘤防治的经验与体会，向人们简明、通俗地介绍了癌症的历史、预防癌症的途径、常见癌症的防治方法。

本书是电视科教系列片《征服癌症之路》的解说词，读者可以配合录像参阅。电视片包括八集，计有(1)征服癌症之路，(2)胃癌的防治，(3)肺癌的防治，(4)肝癌的防治，(5)大肠癌的防治，(6)乳腺癌的防治，(7)宫颈癌的防治，(8)上海肿瘤防治概况。片中记述了本市各肿瘤防治研究单位的工作实况、研究成果、以及许多专家的活动。

《征服癌症之路》电视科教系列片无论从片子的长度还是内容的广泛来看，都属国内首创。因此，无论在内容和形式上都不可避免地存在许多问题，衷心希望读者、观众批评指正。

作 者

1990年7月28日

生命的希望

——《征服癌症之路》主题歌

我问历史的长河，生命的意义在哪里？

江河东流归大海，奔腾不息去开拓。

我问人生的道路，生命的希望在哪里？

大地苍茫路漫漫，披荆斩棘去拼搏，去
拼搏。

啊！生命的意义，就在你我心中，

啊——在你我心中，

生命的希望，就在你我心上，

啊——在你我心上。

（校林荣 朱 建）

目 录

生命的希望——《征服癌症之路》主题歌

第一章	征服癌症之路.....	(1)
第二章	胃癌的防治.....	(7)
第三章	肺癌的防治.....	(15)
第四章	肝癌的防治.....	(21)
第五章	大肠癌的防治.....	(27)
第六章	乳腺癌的防治.....	(32)
第七章	宫颈癌的防治.....	(38)
第八章	上海肿瘤防治概况.....	(43)

后 记

第一章 征服癌症之路

癌症是一个非常非常古老的疾病，据考古学家们说，人类患癌的历史，最早可以追溯到50万年以前，在史前年代的爪哇猿人身上已经有了癌症的踪迹。

公元前300多年，在西方医学史上已经有了“癌肿”的文字记载，而在我国3000年前的殷墟甲骨文中已经有了“瘤”这个病名。

多少个世纪以来，癌症这个神秘莫测的疾病，象恶魔一样死死地纠缠着人类。我们祖先曾经形象地把癌症比作螃蟹，在人体内横行霸道，吞食人的肌体，致人于死地。

谈癌色变。千百年来，癌症使人们恐惧、战慄，癌症使医生困惑、沮丧。

但是，象探索自然界的一切奥秘一样，人们在痛苦和死亡中也逐渐认识了癌症。

从五十年代起，科学家们对癌症发生的原因进行了空前规模的探索，他们从人的生活方式、食物品种到居住环境，从人体器官、组织到细胞、分子，终于找出了许多促使癌症发生、发展的重要因素，其中最主要的一点是证实了80%以上的癌症病因来自人类生活的环境。证实了癌症的发病直接或间接地和人的生活方式、生活条件和生活习惯相关。

1. 环境因素

大气、土壤、水源构成了人类生活的大环境，在这个大环境里，有来自太空的宇宙线、紫外线，有来自土壤和水源

的病毒、霉菌、化学物质、重金属盐和寄生虫，这些环境因素和某些癌症的发生有比较密切的关系，比如：紫外线和皮肤癌、乙型肝炎病毒和肝癌、亚硝酸盐和消化道肿瘤。现在让我们再来看看人类生活的小环境吧。

住房、工厂、交通工具和娱乐场所形成了人们生活的小环境，在这个小环境中，人们相互密切接触，空气混浊，容易导致许多疾病的传播，这些疾病又和癌症的发生有着一定的联系。

2. 不良习惯

吸烟、酗酒、不注意个人卫生和公共卫生已经成为当今人类社会三大不良习惯，这些不良习惯是许多疾病的起因，也是引起癌症的原因之一。

3. 饮食因素

营养和癌症的关系，是近代“自然与人”科学研究的主题之一。科学研究的初步结果表明：脂肪类摄入过多、食盐量增加、纤维素和维生素类不足、微量元素失调，都和某些癌症的发生有关。

4. 精神因素

大量调查研究和实验表明，人的精神状态和癌症的发生、发展也有一定关系，长期忧郁悲伤的人容易患癌症。

现在，我们已经了解了环境因素、生活方式、不良习惯、饮食和精神因素是和癌症发生、发展密切相关的重要因素。那么，癌症究竟是一种什么样的疾病呢？

癌症，主要是由环境因素或人体自身缺陷引起的一种生命过程特殊表现的疾病。在形态上，它表现为一群或者数群细胞无限制地生长；在功能上，它能够破坏人体防御系统从而免遭自然消灭。同时，它又能够不断改变它的新陈代谢，

从而抵抗人工杀伤。癌症不仅在原发处不断增生、扩展、浸润，而且能够通过血液、淋巴和其他途径转移到身体的任何部位，继续生长、扩大、浸润。

为了征服癌症，进入本世纪以来，对癌症的防治研究已经作为一个专门学科在医学界出现，一系列诊断癌症的方法和仪器相继产生了。

在医学影像诊断方面有：X线平片、X线分层摄片、X线造影、电子计算机X线断层扫描（简称CT），B型超声波检查、核磁共振成像、单光子放射性计算机断层扫描（简称ECT）等等；在生物化学诊断方面有：甲种胎儿蛋白测定（简称甲胎蛋白AFP）、癌胚抗原测定（简称CEA）等一系列肿瘤标志物测定方法。

与此同时，一系列治疗癌症的方法相继出现。目前，手术切除、放射疗法和药物治疗三足鼎立，形成了治疗癌症的固定体系，方法日趋完善，效果越来越好。

1. 手术治疗

用手术刀把癌肿从病人体内清除出去，这是沿用了千百年的经典方法，如今，仍然是根治癌症的主要手段。在经历了几百年的探索、发展之后，现在，人们用手术刀切除癌肿的方法更趋完善和成熟。那些能用手术切除达到根治目的的癌肿，比如胃癌、肺癌、肝癌、大肠癌、乳腺癌、子宫颈癌等等，病人的五年生存率都在90%以上。

2. 放射治疗

这是本世纪初建立起来的、以癌症为主要对象的治疗方法，经过70~80年的发展，放射治疗机械和技术已经自成系列，治疗效果也越来越好。根据上海医科大学附属肿瘤医院 reports，经过放射治疗的早期子宫颈癌和鼻咽癌患者，他们

的五年生存率都在95%以上。

3. 药物治疗

化学药物治疗癌症开始于四十年代，经过半个多世纪的发展，抗癌药物已经从当初的“芥子气”发展到按照癌细胞不同生物学周期、新陈代谢特性而制备的各种各类化学治疗药物。现在，几乎所有癌肿都可以用药物来治疗，其中三分之二有肯定的治疗效果。

免疫治疗是最近十年发展起来的一门新型治疗学。目前已有主动免疫、被动免疫、过继免疫等一系列方法和制剂。在辅助治疗癌症中，疗效虽然不一，但是一种很有潜力和前途的抗癌治疗方法。

运用中医中药对癌症进行攻补兼施、辨证施治，能使癌症病人减少痛苦、恢复体力、延长生命，部分病人癌肿明显缩小，为手术以及放疗、化疗创造了条件，也为这三者都不适应的病人提供了新的治疗选择和生存的希望。

科学地应用手术切除、放射疗法和中西药物，对癌症进行综合治疗，使成千上万个癌症病人重新获得了工作的权利、生活的乐趣，使成千上万个癌症病人重新得到了社会的承认、家庭的温暖。

甲病人，是一个普普通通的工段长，在工厂职工高危人群的集团检查中，发现患了癌症，确诊以后，马上做了手术。经过一段时间的休养，他很快恢复了健康，重返工作岗位，活跃在生产第一线。现在，你说他还象一个癌症病人吗？

乙病人，非常熟悉癌症的早期信号，当发现自己有可疑症状时，马上请肿瘤专家检查，结果发现了非常早期的小癌肿。经过手术和其他治疗，很快康复。现在，他不仅仍然在

积极从事防治癌症的社会活动，还坚持打拳、经常旅行。看他现在精神焕发，老当益壮，谁会想到他曾经是一个癌症病人？

闵惠芬，是全国著名的二胡演奏家。几年前，在癌症病魔的折磨下，几乎一病不起。经过医生的综合治疗和精心护理，凭借本人的坚定信念与顽强意志，她终于从病床上站了起来，拿起二胡，重返舞台，焕发了艺术青春，为她所热爱的艺术事业继续拼搏着……

这些成功的病例告诉我们，癌症并不可怕，癌症可以征服，关键在于病人必须主动，医生必须警惕，早期发现、早期诊断、早期治疗。

八十年代初，世界各国肿瘤专家汇集一起，在详尽分析了大量研究成果之后，明确宣布：利用人类目前已经掌握的知识、技术和方法，三分之一的癌症是可以预防的；三分之一的癌症病人是可以治愈的；其余的癌症病人可以经过积极的医疗护理，改善生活质量，减少痛苦。

为了预防癌症，科学家们建议：

1. 改善环境，消除病因。不要污染大气、不要污染水源，为人类提供一个清洁、安静的自然环境。

2. 讲究卫生，预防疾病。不要吸烟、不要酗酒，养成良好的个人和公共卫生习惯，可以预防许多疾病的发生，癌症的发生也可以因此而减少。

3. 调节饮食，增强内因。食物，包括营养和非营养成分的合理摄入是预防许多疾病的重要因素。我们每个人如果能够从小就记住“病从口入”这句至理名言，是可以避免许多疾病的。目前，要使我们的饮食结构保持合理，应该增加蛋白质的摄入，减少脂肪量；调整维生素和微量元素的摄

入，减少食盐。合理的饮食是预防癌症的重要环节之一。

4. 锻炼意志，身心健康。现代医学已经证明，人类某些疾病的发生，受到心理因素的严重影响，尤其是心血管疾病和恶性肿瘤。心胸开阔，与人为善，致力事业，终生学习的人常常是长寿者。

科学家们说，人们如果能够科学地、明智地选择自己的生活方式，癌症是完全可以避免的。

当前的主要问题是：人类所拥有的许多癌症防治知识，至今还滞留在科学家的书本里，没有很好地普及到群众中去。专家们指出，只要亿万人民真正掌握了癌症防治知识，建立合理的生活方式，不断改善生存环境，自愿地和医生合作，定期接受防癌检查，那么，人类彻底征服癌症的日子是不会太远的。

第二章 胃癌的防治

胃癌是一个世界性疾病，许多国家胃癌的发病率和死亡率都很高。

在我国，胃癌也是最常见的恶性肿瘤之一，许多地区胃癌的发病率一直位于各种肿瘤之首。

上海，据有记载的资料统计，胃癌的发病率和死亡率始终排在首位。

胃癌在中年人中最为常见，男性发病的平均年龄为50.4岁，女性为45.8岁。值得注意的是35岁以下的“青年胃癌患者”占有一定比例，尤其是女青年，占全部胃癌的6.4%。

那么，胃癌是怎么发生的呢？在谈论这个人人关心的问题之前，先让我们来认识一下自己的胃。

胃，位于人体腹腔的上部，横膈的下面。上以贲门和食管相通，下以幽门和十二指肠相连。右有肝胆，左靠脾脏，后面依在胰腺上。

胃是一个中空的器官，它的壁可以分为四层：粘膜层、粘膜下层、肌层和浆膜层。

吃进去的食物，通过食道，进入胃，依靠胃的蠕动进行机械性消化。同时，胃分泌胃酸和许多消化酶，对食物进行化学性消化。有些食物成份可以在胃里直接吸收。

胃是人生后天之本，是人一生健康的基础。

科学家们经过长期艰苦的研究之后，得出结论：胃癌发生的原因，可以用中国的一句俗语来概括，那就是“病从口

入”。

在人的一生中，要吃掉几十吨粮食、蔬菜、饮料和其他食品，这些食物都要经过胃来处理和消化。人们在进食的时候，既吃进了身体必需的营养物质，也吃进了各种有害于身体健康的物质。

这些有害物质进入胃以后，首先损伤胃粘膜。长期不断的包括致癌物质在内的有害刺激，加上人体内在因素，最终导致每年每3~4千人中间就有一人发生胃癌。

胃癌一旦形成，就进入了一个不断生长、浸润、扩散和转移的过程。

当病变局限在粘膜和粘膜下层的时候，称为Ⅰ期胃癌；

当病变浸润到肌层和附近淋巴结的时候，称为Ⅱ期胃癌；

当病变扩展到邻近器官和转移到周围淋巴结的时候，称为Ⅲ期胃癌；

当癌肿转移到身体远处和锁骨上淋巴结的时候，称为Ⅳ期胃癌。

Ⅰ期胃癌称为早期胃癌，如果病人在这个时期去就诊，可以获得治愈的机会。但是，早期胃癌病人一般没有什么症状；那么，怎么才能知道自己是否应该去找医生呢？专家们建议，下列人群应该经常找医生咨询：

1. 成人胃部不舒服，食欲不振，持续一个月以上，经过积极治疗没有好转者；

2. 有慢性胃病和胃出血者；

3. 近亲家族中有胃癌患者；

4. 有胃部手术史十年以上者。

那么，胃癌可能早期发现吗？回答是肯定的。从我们今

天拥有的知识、技术和设备来看，发现和诊断早期胃癌是没有问题的，唯一的问题是病人必须主动，医生必须警惕。下面，我们向大家介绍两种检查胃癌的方法。

一、集团检查

集团检查对胃癌的早期发现特别有效，因为集团检查注重三个有利于早发现的因素，即(1)病人的危险因素；(2)检查的程序化和可靠性；(3)在专科医院专家的指导下进行。

集团检查是由单位的保健站或者医务室，事先按照职工的年龄、性别、个人病史和家族患癌史，提出名单，再由肿瘤专业医务人员依次用下列方法进行检查：

1. 电脑筛查；
2. 胃间接X线缩影检查；
3. 胃X线精细检查；
4. 胃镜检查；
5. 病理确诊。

在以上五种检查方法中，尤其值得注意的是胃镜检查。

胃镜，是四十年代发展起来的内腔检查镜中的一种，经过最近二十年的不断改进，现在的胃镜管径越来越小，质地越来越软，功能越来越全，既可以用来诊断胃、十二指肠、胆囊、胰头部的疾病，又可以进行治疗。同时，还可以作胃液的生化分析、细胞、病理检查、摄影和电视录像。

请不要小看这根胃镜，就是它，引起了胃癌早期发现、早期诊断，从而获得治愈的革命性变化，从某种意义上可以说，是胃镜挽救了胃癌病人的生命。

许多人不愿意接受胃镜检查，怕痛、怕恶心，怕吃不消。其实，胃镜检查很方便，病人如果和医生配合得好的

话，并不难受，也没有痛苦，从婴幼儿到90岁高龄的老人都可以安全、放心地接受胃镜检查。

二、专科门诊

需要检查的病人可以直接到下列门诊就医，在这些门诊中，病人可以得到详细的检查。

1. 肿瘤医院的门诊；
2. 综合性医院的肿瘤门诊；
3. 肿瘤专家咨询门诊。

病人主动要求的检查，特别是集团检查和医生主动提出的检查，往往能够发现早期胃癌。最近几年，在上海地区特别重视胃癌的早期发现，上海红十字肿瘤专家咨询服务中心为此专门设立了奖励基金，这不仅是对医务人员的鼓励，也是肿瘤病人的福音。

早期胃癌可以根治。局限在粘膜和粘膜下层的癌肿，可以彻底切除。早期胃癌切除之后，病人经过短期休息，就会恢复健康，重返工作岗位。他，就是一个很好的例子。

他叫叶锡源，是上海铜材厂职工，有8年胃病史。1987年10月，工厂保健站的医生组织胃癌集团检查，经过电子计算机初步筛查之后，叶锡源被列为高危人群。经过胃X线检查，发现胃窦部有癌变可能；再经胃镜检查，确诊为胃癌。他及时住院，做了胃癌根治手术。手术以后，恢复良好，6个月后就重返工作岗位了。1988年5月中旬，叶锡源还作了一次为期15天的长途工作出差。现在，象叶锡源这样的例子，在上海已经越来越多了。

如果病人失去了早期根治的机会，许多病人仍然可以做姑息手术，切除癌肿，然后再用中西药物治疗。现在有许多