

抗癌与食疗

上海第二医科大学附属仁济医院

汤宽泽 编著

责任编辑：祝静怡

封面设计：何永平

抗癌与食疗

上海第二医科大学附属仁济医院

汤宽泽 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路2号 邮政编码200031)

全国新华书店经销

上海科技文献出版社昆山联营厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 14.75 字数 436 000

1998年12月第1版 1998年12月第1次印刷

印数：1—5 000

ISBN 7-5439-1310-0/R·359

定价：24.80元

《科技新书目》483-627

前 言

食疗药膳,是祖国医药文化和饮食文化相结合的一门学科,是祖国五千余年悠久历史文化的组成部分,驰名中外,在世界饮食文化中争艳媲美。这是我国人民在漫长岁月中不断创新所取得的成果,它对中华民族的繁衍昌盛、身体健康和人类的保健事业作出了巨大的贡献。

现代科学家们发现,合理的饮食在癌症的预防和治疗中起着积极的作用。人们在防病或生病服药的同时,选择科学合理的,适合自己身体需要的美饌,可相互辅助,相互促进,发挥食物药用的“补正”(滋养身体)、“攻邪”(治疗疾病)作用。由于中医药具有独特的疗效,而我国饮食烹调技艺则早已誉满世界,所以将两者的优点和长处相结合的食疗药膳,它既不同于一般的中药方剂,也有别于普通的饮食,它是食物和药物相结合的产物,体现了祖国医学“医食同源”、“药食同用”的特色。

本书有三个特点:1. 重视癌症的自我发现与预防。结合不同癌症的具体情况,介绍我国防治癌症及抓好“三早”(即早发现、早诊断、早治疗)措施方法。这有助于防癌知识的普及、推广、掌握和运用。2. 药膳品种的多元化。本书针对十八种癌症,共计介绍了各种癌症辅助治疗的食用菜、饭、饮料药膳食谱二百七十余种,以满足人们的不同口味的需要。3. 本书将中医药学及其食疗药膳科学与现代医学的诊断、检查科学的优点结合起来,融合贯通,成为边缘科学——食疗药膳学。

本书共分为四章。第一章介绍了癌症的危害性,有关国内外防癌、抗癌的重要规定和措施;及早掌握抗癌知识的重要性;积极预防,早治疗的必要性。第二章概述了每一种癌症的特征、病因,当代有关癌症的各种检查、诊断、治疗方法。在中医理论体系指导下详

细介绍药膳食疗法的饮食配料用量,加工过程,风味特点,食疗功用等。另有中药方剂 250 余个,其中有验方、秘方和古方。第三章详细介绍了单味中药抗癌的功效,分为理血(活血化瘀、止血),消肿散结止痛,清热(包括清热解毒、清热凉血、清热泻火、清热燥湿、清热明目),开窍醒脑,解表,止咳化痰软坚,祛寒,理气,消导,平肝熄风,祛风湿,利水渗湿,安神,泻下,催吐,驱虫,补益(包括补气、助阳、养血、滋阴),收涩等十九类,另附防癌、抗癌中草药简介表,共计单味抗癌药物 350 余种。第四章阐述了膳食营养与癌症的关系,如营养成分中热能、蛋白质、脂肪、纤维素、维生素、无机盐和微量元素与癌症的关系;还有食物、药物、食品添加剂等与癌症的关系。国内外肿瘤专家提出的饮食卫生中防癌、抗癌的重要措施。并附有人体所需营养素简明表(各种营养素功用、缺乏症与供给量简介表、正常人每日膳食中营养素需要量、人体必需氨基酸需要量参考表),常用食物营养成分表。本书内容上既有继承,又有创新,资料十分丰富,可供癌症研究工作者、医院临床医师、营养师参考,亦可供食疗药膳餐馆、癌症患者及家属根据实情参照运用。

本书承蒙新华书店发行所金子焘、张锁珍同志大力支持;药物食物的化学成分承汤大庆同志审核;梁慧娟、梁华同志也给予了很大帮助。本书借鉴了有关书籍和报刊资料,在此一并表示感谢。

欢迎广大读者对本书的不足之处,提出宝贵意见,以便进一步改进。

编 者
1997 年 7 月

目 录

第一章 癌症危害性与抓“三早”

- 一、及早掌握抗癌知识的重要性 1
- 二、目前我国在防治癌症方面抓“三早” 1
- 三、人们生活方式和环境与癌瘤的关系密切 2

第二章 癌症的药膳食疗法

第一节 鼻咽癌..... 4

- 一、病症概述与抓“三早” 4
- 二、药膳食疗法 5
 - 海带卷肉馅(6)菊花茶(6)金银花露(7)苍耳芥菜粥(7)凉拌苣荬菜(7)小蓟粳米粥(8)石上柏瘦肉汤(8)栗子藕粉羹(9)雪羹汤(9)蒜苗芋头(10)萝卜苡仁米饭(10)六汁饮(10)增液汤(11)西洋参石斛饮(11)百合银耳(12)清蒸甲鱼(12)归参龙眼炖乌鸡(13)贞芪虫草香菇鸭(13)
- 三、中药方剂 14

第二节 肺癌 18

- 一、病症概述与抓“三早” 18
- 二、药膳食疗法 20
 - 枸杞核仁枇杷膏(21)蛤蚧粉人参粥(21)银杏全鸭(22)虫草煨猪肺(22)百合功劳粳米粥(23)杏仁银耳小豆粥(23)川贝雪梨煲猪肺(24)白芨炖燕窝(24)无花果粳米粥(25)瓜蒌薏菜薏米粥(25)瓜蒌苡苳饼(26)薏米赤豆仙枣粥(27)大蓟速溶饮(27)凉拌薏菜(27)柏地薏枣粥(28)紫草根冬参藕粉(28)芦笋胡萝卜珠(29)
- 三、中药方剂 29

第三节 食道癌	36
一、病症概述与抓“三早”	36
二、药膳食疗法	37
沙参莱菔子薏米粥(38)龙葵核桃青枝煮鸡蛋(39)十汁饮(39)	
巴豆梨(39)冬凌生蜜酒煎(40)姜汁韭汁牛奶饮(40)白蜜藕	
粉冲鸦胆子细末饮(41)北豆根桃仁糖块(41)藤莲蜜膏(42)柿	
叶保健茶(42)紫茄子酒糟(43)黄药子酒(43)荸荠饮(43)五汁	
蜜饮(44)杏仁桂圆炖银耳(44)柿饼蒸米饭(45)猴菇海带汤	
(45)蔗姜汁饮(45)菱河藤苡粥(46)鹅血韭菜汁(46)蒜苗鹅血	
豆腐(47)大蒜鲫鱼散(47)扁木灵芝炖猪心肺(48)猴头菇鸡肉	
黄芪汤(48)	
三、中药方剂	49
第四节 胃癌	56
一、病症概述与抓“三早”	56
二、药膳食疗法	58
韭汁牛乳饮(59)薏菱紫藤汤(59)慈姑芦笋羹(60)海带奶汤鲫	
鱼(60)莼菜鲫鱼汤(61)独蒜猪肚(61)黄鱼鳔香油酥饮(62)野	
葛桂花粥(62)蔗姜饮(63)八珍养血膏(63)黄芪当归蒸鸡(64)	
黄芪阿胶苡仁汤(64)黄芪猴头鸡片(65)向日葵秆心茶饮(65)	
三、中药方剂	66
第五节 原发性肝癌	71
一、病症概述与抓“三早”	71
二、药膳食疗法	72
猪肝刀豆香菇粥(74)胡萝卜鸡肝粥(74)参甲汤冲蟾皮粉饮	
(75)玫瑰花茶(75)八月札蜜膏(75)斑螫煮鸡蛋(76)蟾蜍酒	
(76)加味鳖甲饮(77)加味薏米粥(77)冬凌白蜜酒煎(78)双半	
薏米煎(78)马鞭草蒸猪肝(79)香菇薏米饭(79)猪殃殃红糖饮	
(80)金钱茵陈茶(80)绞股蓝茶(80)虫草胎盘(81)鲜猕猴桃根	
炖猪肉(81)茯苓鸡肝(82)	
三、中药方剂	82
第六节 大肠癌	89
一、病症概述与抓“三早”	89

二、药膳食疗法	91
马齿苋绿豆汤(91)黄芪参枣粥(92)桃花粥(92)薜荔果甜汁饮(93)马齿苋粥(93)参附炖鸡(93)核桃莲肉糕(94)贞杞猪肝(94)桑椹白蜜膏(95)枸杞地黄甲鱼汤(95)十全大补汤(96)黄芪猴头菇汤(96)	
三、中药方剂	97
第七节 胰腺癌	101
一、病症概述与抓“三早”	101
二、药膳食疗法	102
茯苓赤豆薏米粥(103)赤豆鲤鱼(103)栀子仁枸杞叶粥(103)桃仁生地粥(104)荠菜豆腐羹(104)猪胰海带汤(105)泥鳅马齿苋炖豆腐(105)炒瘦肉鸽丁(106)桃树根炖猪瘦肉(106)参归乌鸡汤(107)冬凌草糖浆(107)	
三、中药方剂	108
第八节 乳腺癌	110
一、病症概述与抓“三早”	110
二、药膳食疗法	111
茉莉玫瑰花茶(112)三橘酒饮(112)佛手柑粥(113)南瓜蒂散(113)枸橘李散(113)橘皮粥(114)山慈姑蜂蜜膏(114)菱角猪殃殃清汤饮(115)留行子粉黑豆汁(115)蜈蚣山甲海马散(115)天葵子蜜膏(116)凤尾草铁树叶汁冲藕粉(116)小笼木馒头(117)败酱草公英糖茶饮(117)栝楼醴(118)山慈姑海鲜汤(118)丝瓜络鲫鱼汤(119)夏枯草白蜜膏(119)狼毒蒸枣(120)人参茯苓香贝养荣膏(120)天冬蜜汁(121)活泥鳅(121)炒蚕蛹(122)杏仁银耳(122)	
三、中药方剂	123
第九节 甲状腺癌	127
一、病症概述与抓“三早”	127
二、药膳食疗法	128
海蛎子昆布汤(129)海带陈皮排骨汤(129)五海糯米丸(汤圆)(130)淡菜昆布余鲫鱼(130)猪胰干贝紫菜汤(131)猪骨头黄豆汤(131)百合芦笋汤(131)菱粉绿豆粥(132)糖醋鲨鱼肉片(132)海参鸡肉汤(133)余蚶头芦笋汤(133)	

三、中药方剂	134
第十节 前列腺癌	136
一、病症概述与抓“三早”	136
二、药膳食疗法	137
三鲜茅根饮(138)葵羹茶饮(139)赤小豆大米粥(139)丹参卫 矛饮(139)蛇菱苡米粥(140)丝瓜海参汤(140)龙蛇蒸甲鱼 (141)龙眼花生粥(141)归参炖鸡(142)芪杞蒸乳鸽(142)核桃 薏苡粥(143)杜仲爆羊肾(143)制附片炖鸡(143)	
三、中药方剂	144
第十一节 肾癌	145
一、病症概述与抓“三早”	145
二、药膳食疗法	146
车前旱莲茶饮(147)苡米桃仁梗米粥(147)海带蛋汤(148)荠 菜双根饮(148)参芪炖乳鸽(149)菱粉薏米小米粥(149)茯苓 糕(149)芪杞栗子炖鸡(150)首乌杜仲余腰片(150)山萸枸杞 炖鸭(151)桑椹首乌排骨汤(151)甲鱼补肾汤(152)西洋参绞 股蓝首乌茶饮(152)当归黄芪炖鸡(153)黄芪猪肉汤(153)当 归黄芪羊肉羹(154)	
三、中药方剂	154
第十二节 子宫颈癌	155
一、病症概述与抓“三早”	155
二、药膳食疗法	157
鲤鱼赤豆汤(158)苡仁冬瓜甜羹(158)凉拌莴笋蕺菜(158)薏 仁海带蛋汤(159)佛手青皮酒(159)陈皮牛肉(160)青皮麦芽 饮(160)何首乌粥(161)清蒸甲鱼(161)何首乌爆鸡(162)枸杞 乌参鸽蛋(162)附片羊肉(163)姜附烧狗肉(163)复元汤(164) 菱角肉烧鱼肚(164)	
三、中药方剂	165
第十三节 膀胱癌	169
一、病症概述与抓“三早”	169
二、药膳食疗法	170
荠菜冬笋(171)丝瓜鸭血汤(172)赤豆当归饮(172)蒸白鸽龙	

蛇(173)贞莲桑蜜膏(173)荠菜豆腐羹(174)桑椹枸杞粥(174)	
麦冬西洋参粥(175)参芪鸭汤(175)黄精炖猪肉(176)甲鱼贞	
杞汤(176)人参黄精甲鱼(177)火腿鸡茸海参(177)莲苓鹿肉	
汤(178)参芪核桃粥(179)参附炖鸡(179)虫草鸭(180)	
三、中药方剂	180
第十四节 脑瘤	182
一、病症概述与抓“三早”	182
二、药膳食疗法	184
川芎红花当归粥(184)三鲜冬瓜豆腐汤(184)三七蒸鸡(185)	
补正化痰糖浆(185)炒脑丁(186)天麻炖猪脑(186)人参莲肉	
汤(187)枸杞地黄蒸甲鱼(187)豆腐白菊冬凌烧鲫鱼(188)	
三、中药方剂	188
第十五节 恶性骨肿瘤	191
一、病症概述与抓“三早”	191
二、药膳食疗法	192
天麻煨鸭蛋(193)人参地黄甲鱼(193)茅根荸荠藕饮(194)五	
彩什锦(194)牛膝蹄筋(195)大枣首乌汤(195)猪瘦肉木棉树	
皮汤(196)阿胶炖肉(196)五加皮双苓猪骨汤(197)疗癌症膏	
(197)糯米阿胶粥(198)鸭血三七豆腐汤(198)烧蟹黄鱼肚	
(199)冬虫草炖胎盘(199)肉苁蓉猪肾粥(200)蒸肉桂鸡肝	
(200)奶汤巴戟大肠(201)	
三、中药方剂	201
第十六节 恶性淋巴瘤	205
一、病症概述与抓“三早”	205
二、药膳食疗法	206
虾仁莲子杏仁黄芪粥(207)附片生姜羊肉汤(207)牛肉炖白芥	
子(208)桔瓢圆子(208)橘皮饮(209)橘皮粥(209)猫人参罗汉	
果饮(210)菱肉丝瓜(210)两鲜防风冲藕粉(211)地黄粥(211)	
牛髓膏(211)桑椹露(212)贞杞猪肝汤(212)大蓟土茯苓猪肉	
丝汤(213)人参桑椹粥(213)	
三、中药方剂	214
第十七节 白血病	217

一、病症概述与抓“三早”	217
二、药膳食疗法	218
甜菜汁(219)荠菜粥(219)凉拌丝瓜(220)白虎增液粥(220)茅 芦藕白糖饮(221)荸荠雪梨芦麦蔗藕汁饮(221)贞莲蜜膏 (222)藕耳炆腰花(222)海蜇皮荸荠炒猪肉丝(223)海带紫菜 汤(223)芋头炒蒜苗芦笋(224)南杏桑白煲猪肺(224)鳖鹤延 寿(225)酒糟鳗鱼(226)灵芝蹄筋汤(226)夏枯草炖老鸭(227) 西洋参虫草炖乌鸡(227)猪皮阿胶红枣汤(228)	
三、中药方剂	228
第十八节 眼部恶性肿瘤	231
一、病症概述与抓“三早”	231
二、药膳食疗法	233
胡萝卜羊肝梗米粥(233)绿豆苡仁梗米粥(234)菊花夏枯草蜜 饮(234)猪肝蘑菇荸荠番茄汤(235)赤豆苡米车前子冰糖饮 (235)凉拌嫩蒲公英马齿苋(236)银花野菊茶(236)猕猴桃炖 三菇(236)夏枯草瞿麦扒猴头菇(237)海带枸杞焖五花肉 (238)	
三、中药方剂	238
附1: 癌症的手术、放疗、化疗期的饮食	240
附2: 晚期癌管饲进食法	240
附3: 治癌症疼痛的方剂	241

第三章 单味中药的抗癌功效

第一节 理血	242
一、活血化瘀	242
川芎(242)丹参(243)桃仁(244)红花(245)莪术(245)三棱 (246)穿山甲(247)皂角刺(248)王不留行(248)苏木(249)石 见穿(250)地鳖虫(250)喜树(251)紫茉莉(252)美登木(253)	
二、止血	254
仙鹤草(254)三七(255)羊蹄(256)墓头回(257)槐花(257)	
第二节 消肿散结止痛	258

山慈姑(258)了哥王(260)魔芋(261)孩儿茶(262)山豆根(262)
水杨梅(水团花)(263)白花蛇舌草(264)大麻药(265)半枝莲
(266)蛇莓(267)斑蝥(267)壁虎(269)蟾蜍(270)马钱子(271)
雀梅藤(273)狼毒(273)石蒜(274)娃儿藤(276)小天蒜(277)毛
茛草(278)雷公藤(278)

第三节 清热 280

一、清热解毒 280

七叶一枝花(280)三尖杉(281)马齿苋(282)牛金花(白屈菜)
(283)天葵(284)龙葵(284)白英(285)石上柏(286)半边莲
(287)无花果(288)芙蓉花(288)穿心莲(289)拳参(290)射干
(野萱花)(291)黄瓜(292)猪殃殃(293)猕猴桃(293)蒲公英
(294)漆姑草(295)冬凌草(295)马勃(296)绞股蓝(297)农吉
利(298)

二、清热凉血 299

紫草(299)牡丹(300)赤芍(301)凤尾草(301)青黛(302)长春
花(303)

三、清热泻火 304

栀子(304)茶叶(305)小檗(306)

四、清热燥湿 307

黄芩(307)黄连(308)黄柏(309)龙胆草(310)苦参(310)马尾
连(311)

五、清热明目 312

夏枯草(312)水红花子(313)决明子(314)

第四节 开窍醒脑 315

牛黄(315)麝香(315)冰片(316)石菖蒲(317)

第五节 解表 318

苍耳(318)葱白(319)升麻(320)牛蒡子(321)蔓荆子(322)

第六节 止咳化痰软坚 322

天南星(322)八角莲(323)瓜蒌(324)紫菜(325)海带(昆布)
(326)海藻(327)柘木(327)黄独(328)猫爪草(329)掌叶半夏
(330)蛤蜊(331)乌骨藤(332)荸荠(333)

第七节 祛寒 333

艾(333)草乌头(334)干姜(335)	
第八节 理气	336
刀豆(336)八月札(337)川楝子(337)香附(338)	
第九节 消导	339
大麦(339)山楂(339)鸡内金(340)	
第十节 平肝熄风	341
蚕蛹(341)全蝎(342)蚯蚓(地龙)(343)蜈蚣(344)狗(狗宝)	
(345)	
第十一节 祛风湿	346
肿节风(346)木瓜(347)五加皮(348)凤仙花(348)蛇(349)菝葜	
(350)露蜂房(351)槲寄生(352)	
第十二节 利水渗湿	352
狗舌草(352)石韦(353)汉防己(354)向日葵(355)杠板归(355)	
茯苓(356)茵陈(357)草薢(358)蛇葡萄(358)猪苓(359)薏米仁	
(360)瞿麦(360)	
第十三节 安神	361
珍珠母(361)牡蛎(362)琥珀(363)	
第十四节 泻下	363
大黄(363)泽漆(364)蜂蜜(365)蓖麻子(367)芦荟(368)	
第十五节 催吐	369
鹅血(369)甜瓜(369)常山(370)	
第十六节 驱虫	371
大蒜(371)槟榔(372)鸦胆子(373)	
第十七节 补益	374
一、补气	374
人 参(374)党参(375)黄芪(376)白术(377)甘草(378)棉花根	
(379)白扁豆(380)	
二、助阳	381
胡桃(381)补骨脂(382)薛荔果(383)胎盘(384)蛤蚧(385)	
三、养血	385
当归(385)白芍药(386)阿胶(驴皮)(387)地黄(388)何首乌	
(389)桑椹子(390)桂圆(391)	

四、滋阴	392
------------	-----

天冬(392)枸杞子(393)女贞子(394)鳖(394)旱莲草(395)

第十八节 收涩	396
----------------------	------------

山茱萸(396)五味子(397)白矾(398)臭椿(398)诃子(399)苏铁
(400)

第十九节 其他	401
----------------------	------------

蒲葵子(401)蘑菇(401)猴菇菌(402)芦笋(403)苦菜(403)莼菜
(404)卷心菜(405)紫藤花(405)蟑螂(406)扇贝(407)鲨鱼
(407)

附 1: 防癌、抗癌中草药简介表(供参考)	409
-----------------------------	-----

第四章 膳食营养与癌症 422

一、热能	422
------------	-----

二、蛋白质	423
-------------	-----

三、脂肪	423
------------	-----

四、纤维素	423
-------------	-----

五、维生素	423
-------------	-----

六、无机盐和微量元素	424
------------------	-----

七、食品添加剂与癌症	427
------------------	-----

八、药物与癌症	428
---------------	-----

九、膳食中的致癌物质	428
------------------	-----

十、在饮食卫生方面,中外肿瘤专家提出防癌、抗癌的重 要措施	430
--	-----

附表 1: 各种营养素功用、缺乏症与需要量简介表	432
--------------------------------	-----

附表 2: 正常人每日膳食中营养素需要量	437
----------------------------	-----

附表 3: 人体必需氨基酸需要量参考表	438
---------------------------	-----

附表 4: 常用食物营养成分表	439
-----------------------	-----

主要参考资料	456
--------------	-----

第一章 癌症危害性与抓“三早”

一、及早掌握抗癌知识的重要性

癌症是一种常见多发病,严重地危害人类生命健康,给家庭和社会生活各个方面带来巨大的损害。笔者于1982年之前看到的统计数,全世界每年约有500万人死于癌症,我国每年约有100万人患癌。而在1992年联合国卫生组织公布的数字,发病率和死亡率均急剧上升,危害性更为严重,全世界每年有900万人新患各种癌症,600万人死于癌;我国每年新发现癌症患者约120万人。癌症像恶魔一样时刻会夺去人类宝贵的生命,它已成为人类第一或第二位致死因素。为此,掌握和运用抗癌的科学卫生知识,以保护我们的健康和生命,是极为重要的事。

肿瘤是一种不正常的组织块,有良性和恶性两种,良性肿瘤生长、发展有规律,速度较慢,细胞分化良好,与原组织相似,膨胀肿大呈局限性,分界清楚,常有包膜不转移,对人危害性较小。恶性肿瘤即癌瘤,在致癌因素的长期作用下,人体某部分细胞失去正常细胞基因的调节控制,演变成癌细胞,分化不良,与原组织差别悬殊,其特点细胞变小,胞浆少,细胞核增大,染色深浓,发生异常的繁殖和增生,其增生速度超过正常组织,并与正常组织的生长不协调。当致癌的刺激因素停止后,过速增生仍继续,常无区域限制,可蔓延到附近或通过淋巴液、血液及腔道转移到人体远处组织,形成癌的整个扩散,对人体危害大,可危及生命。

二、目前我国在防治癌症方面抓“三早”

抓好“三早”,提高疗效,即早发现、早诊断、早治疗,以提高疗效。我国医生在临床诊断中归纳了癌症早期出现的十大警号:

- (一) 乳腺、皮肤、舌以及其他部位产生肿块;
- (二) 疣、痣发生肿胀性扩大变化;
- (三) 慢性消化不良,胃疼;
- (四) 吞咽不畅,有梗噎感;

- (五) 鼻流血, 头痛, 颈部出现肿块;
- (六) 月经外或绝经后的阴道出血;
- (七) 咳嗽、痰中带血, 胸痛, 声音嘶哑;
- (八) 大便带血, 血尿;
- (九) 久治不愈的溃疡及伤口;
- (十) 急速消瘦。

出现上述十大警号时, 必须及时就医检查; 确定原因, 不可贻误或忽视, 十大症状是发现不同种类癌症的警号。

日本抗癌协会总结出的八条危险信号:

- (一) 胃: 有否胃不适及无食欲或胃口改变;
- (二) 子宫: 有否不正常的出血及分泌物;
- (三) 乳房: 乳房有否结块;
- (四) 食道: 有否吞咽时的不适;
- (五) 大肠直肠: 大便中是否混有血和粘液;
- (六) 肺: 有否咳嗽不止, 痰中带血;
- (七) 舌、皮肤: 有否久治不愈的溃疡;
- (八) 肾脏、膀胱、前列腺: 有否排尿不畅, 或混有血液。

癌是在无症状中发生的, 特别是对于胃、子宫、乳房和肺等, 每年作一次检查是很有必要的。如果出现任何症状, 需立即到专科医院就诊。

为了及早防治癌症, 必须积极治愈癌前期病变, 以消除致癌隐患。大量医学资料及动物实验证实, 某些疾病可以演变成为癌。如果将癌前病变加以治疗, 也就消除了导致癌症的危险。一般认为癌前期病变有: 口腔粘膜的慢性溃疡, 慢性乙型肝炎, 慢性乳腺增生、慢性萎缩性胃炎, 慢性胃溃疡, 慢性宫颈炎, 皮肤纤维瘢痕, 外阴白癬病, 阴茎乳头状瘤, 肠息肉病, 大的黑色素瘤等等, 都与癌瘤有密切关系, 为了预防病变, 积极治疗是十分必要的, 以此阻止由渐变到突变发展成恶性癌症。

三、人们生活方式和环境与癌瘤的关系密切

要注意膳食卫生。食物和癌症关系密切: 有些食物本身含有致癌物, 有些经消化吸收后其代谢物有致癌性, 还有食物在饮食前即被污染或腐败变质、发酵、生霉而有致癌作用。但人们亦发现许多

食物本身含有多种抗癌作用。因此人们把饮食防癌、抗癌作为对付癌症各种措施的一个重要方面,国内、外肿瘤专家们都十分注意饮食在防治癌症中的作用。美国肿瘤专家认为,肿瘤的关键是预防,首先从食物开始。适当的饮食有助于防止癌症的发生、发展,并有促进癌症好转的作用。经调查发现,有百分之四十的癌症男性患者,其癌症的发生、发展与饮食习惯有关。有百分之六十二的女性癌症病人与饮食习惯有关。在肝癌患者中,有百分之四十五与高脂肪、低纤维素的饮食有关。有百分之二十五的结肠、乳腺癌患者与吸烟、饮酒有关。为此,人们若想自己不患癌症,癌症病人若想延长自己的寿命或及早康复,就必须懂得科学合理的饮食知识,及早选用有防癌、抗癌作用的食物。

食疗药膳,在中医药学理论体系指导下,以药物和食物为原料,烹制成美味的药膳,人食之,不仅使人获得需要的营养物,更重要的是运用药膳的功能来健身强体,祛病抗癌。食疗药膳抗癌的主要功能是:扶正固本,活血化瘀,清势解毒,消肿止痛,化痰消滞,软坚散结等等。目的是要逆转癌细胞,抑制和杀伤癌细胞,阻止癌灶的生成,以致提高抗癌疗效。从而调整人体阴阳失调,提高机体免疫功能,增强机体抗肿瘤能力。以下将介绍癌症的“抓三早”和辨证施膳的食疗、药剂。

第二章 癌症的药膳食疗法

第一节 鼻咽癌

一、病症概述与抓好“三早”

鼻咽癌是好发于鼻咽顶部和咽隐窝内的恶性肿瘤。在我国南方发病率较高,广州地区的发病率占恶性肿瘤的第一位,多见鳞状细胞癌,未分化癌和淋巴上皮癌。常见症状如下:鼻部:鼻塞、鼻涕带血;耳部:耳鸣与重听、听力减退、中耳积液(易被误诊为中耳炎)、耳聋;颈部:颈淋巴结肿大,鼻咽癌在原发肿瘤很小时,就有颈上部、下颌角后淋巴结转移,质硬、固定无压痛且增大迅速,并可转移到对侧(易被误诊为颈淋巴核等疾病);头痛:常为单侧性,夜间较显著;颅脑:颅神经受侵犯,癌肿向上扩展,可侵入颅底骨进入颅内,产生各种症状如复视,眼球运动障碍,面部麻木和头痛;肿瘤向远处转移,见于肺、肝和骨骼等症。

鼻咽癌病因:近年来研究证明,可能与 EB 病毒、环境因素、维生素 A 缺乏有关,还可能与遗传(种族遗传性、家族聚集性、血型基因)有关。

鼻咽癌的早发现、早诊断、早治疗。自我检查要点:鼻塞,鼻涕带血、头痛、耳鸣(吃东西时耳朵会受影响)等为常见的早期症状,切不可大意,需及早让医生检查鉴别、排疑和确诊。

本病的诊断:依据病史及临床症状考虑患者发鼻咽癌症的可能性;鼻咽镜检查可见鼻咽粘膜充血、溃疡或肿物;细胞涂片检查阳性率可达 70%左右;荧光检查鼻咽癌呈黄色之阳性反应,其他组织淡黄色,正常人一般不出现假阳性,X 线检查可发现鼻咽后壁肿瘤软组织肿大影像,还可观察颅底有无破坏;目前诊断鼻咽癌的主要方法是脱落细胞等检查及鼻咽活体组织病理检查。

本病的治疗:鼻咽癌如能早期确诊治疗,预后良好,不少患者可获得痊愈。放射治疗对鼻咽癌常有良效,如放射后肿瘤还没有消