

医学专家谈

中老年与肿瘤 中老年与肿瘤 中老年与肿瘤
申文江 编著

中国环境科学出版社



中老年与肿瘤

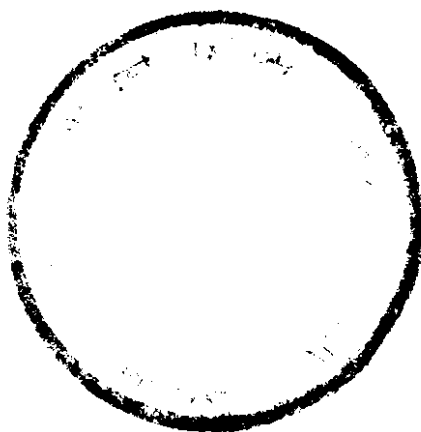
中老年保健丛书

3
WJ

医学专家谈中老年保健丛书

中老年与肿瘤

申文江 编著



中国环境科学出版社



A0283877

R23
SNT

图书在版编目(CIP)数据

中老年与肿瘤/申文江编著.-北京:中国环境科学出版社,
1996

(医学专家谈中老年保健丛书)

ISBN 7-80093-906-5

I. 中... I. 中... III. ①肿瘤学-中年人-普及读物②肿瘤学-老年人-普及读物 IV. R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 01568 号

*

中国环境科学出版社出版发行

(100062 北京崇文区北岗子街8号)

北京先锋印刷厂印刷

新华书店总店科技发行所发行 各地新华书店经售

*

1996年4月第 一 版 开本 787×1092 1/32

1996年4月第一次印刷 印张 5 7/8

印数 1-7000 字数 132 千字

ISBN 7-80093-906-5/R·016

定价:6.80 元

《医学专家谈中老年保健丛书》

编辑委员会

顾 问:钱信忠 白介夫 郭宪瑞

主 编:张熙增

副主编:申文江 戴淑凤

编 委:(按姓氏笔画顺序)

尤玉才 王效道 卢存国 刘占文

汤云法 吴 逊 吴树燕 张正华

杨 虎 高 妍 曹 坚

序

中国的人口结构正在向老龄化趋势迈进,在一些大、中城市更加显著。以北京为例,60岁以上的人口占人口总数的比例,1987年已达10.36%,1994年为12.48%。这两个数据标明了北京人口结构的老龄化势头,中老年人群正在成为北京人口的主体。

人类寿命的延长是社会进步的重要标志,是社会、经济、科技发展的必然结果。然而,作为一个发达的文明社会,还有一个如何提高老龄化人口生命质量和生活质量问题。通俗地讲,人们既要长寿,又要健康,这应该是个非常重要的社会目标,全社会应为之而奋斗。

“既要长寿,又要健康”正在促进医学模式加速转变,正在促进卫生革命迅速发展,也正在促进广大医务人员的观念更新。其中很重要的一点是:医务人员不仅要面向病人,而更要面向健康人;不仅对病人进行医学技术服务,更要对人群进行医学知识服务。这就是说,医务人员要用健康教育、健康促进、健康咨询、健康指导等方式,把维护健康的知识传授给人们,使广大群众具有自我保健能力,从被动服务者变成自我服务者,从而促进社会人群自我保健的兴起和发展。我认为,这是医学发展的根本目的之一,是健康长寿的根本出路之一,也是实现发达的文明社会目标的根本措施之一。

基于上述认识,我们组织了北京医学界一批有丰富经验的中老年专家,选定了中国环境科学出版社,编著、出版了这

• I •

套《医学专家谈中老年保健丛书》。《丛书》力图把生命的奥秘，把保护健康的知识用科普的方法、深入浅出地传授给广大中老年朋友，帮助中老年朋友掌握健康长寿的“钥匙”，增强自我保健能力。《丛书》不仅阐明了中老年常见病的预防、早期诊断、治疗和康复方面的知识，而且还专册分述了中老年的心理障碍、养生、性和更年期等方面的知识。可以说，该书在中老年保健方面是一套比较全面的科普读物，有较强的知识性、趣味性和可读性。《丛书》不仅对每个中老年人健康长寿有益，而且对促进社会、心理、生物医学模式的发展，对即将成为人类主要杀手的生活方式性疾病、慢性疾病、退行性疾病的全面预防都是十分有益的。

参加编著、出版该书的医学专家、出版工作者都在百忙中付出了辛勤的劳动，铸造了健康长寿的知识，奉献给了中老年朋友们。在此书出版之际，让我们对这些专家、出版工作者表示诚挚的谢意。此书虽然经过专家、出版工作者的精心编著、出版，但由于多方面的条件所限，书中漏误在所难免，敬请广大读者提出宝贵意见寄至出版社，以供再版时修订。

张熙增

1995年重阳节

目 录

威胁人类健康的癌症	(1)
哪些原因会诱发癌症	(3)
生活环境中的致癌因素	(5)
饮食与癌	(7)
预防癌症的膳食原则	(9)
吸烟是癌症元凶	(10)
癌症可以预防	(12)
容易患癌的高危险人群	(13)
癌症传染吗	(15)
癌症会不会遗传	(17)
癌症自然消退	(19)
精神心理因素与癌	(21)
什么叫癌前疾病	(22)
什么叫癌前病变	(23)
癌的生长方式	(24)
癌症外观	(26)
癌的转移途径	(27)
恶性肿瘤的分类	(29)
恶性肿瘤的分期	(30)
癌症能早期发现	(31)
哪些检查可以早期发现癌症	(33)
为什么提倡自我检查	(35)

内窥镜检查哪些肿瘤	(36)
X 线 CT 检查肿瘤的用处	(37)
核磁共振用于检查哪些肿瘤	(39)
B 型超声波检查肿瘤	(40)
针吸细胞学检查可靠吗	(42)
癌症病理诊断是关键	(43)
治疗癌症用哪些方法	(45)
外科治疗癌症的作用	(46)
外科手术有多少种	(47)
缩小手术的意义	(49)
肿瘤的放射治疗	(51)
适合放射治疗的肿瘤	(52)
配合手术的放射治疗	(54)
什么叫近距离放射治疗	(56)
放疗的毒副作用	(58)
加温杀灭癌细胞	(60)
肿瘤必须全身治疗	(61)
化疗药有哪几种	(63)
化疗的使用原则	(64)
化疗可能出现的毒副作用	(66)
综合治疗,提高疗效.....	(67)
癌症的内分泌治疗	(69)
肿瘤的生物治疗	(71)
临床应用生物治疗的原则	(73)
营养与癌——恶病质	(74)
癌症患者的营养治疗	(76)
脑肿瘤的临床症状	(77)

脑肿瘤的种类与诊断	(79)
垂体肿瘤	(81)
鼻咽癌的临床表现	(82)
鼻咽癌的治疗	(84)
甲状腺癌最佳治疗方案	(86)
上颌窦癌	(87)
哪些人容易患喉癌	(89)
喉癌的治疗	(90)
哪些人容易得食管癌	(91)
食管癌有哪些症状	(93)
食管癌治疗方法	(94)
食管癌的预后	(96)
容易患肺癌的人群 ¹	(97)
肺癌的早期诊断	(99)
肺癌的治疗.....	(101)
小细胞肺癌的综合治疗.....	(103)
胸腺瘤的治疗.....	(105)
哪些人容易患胃癌.....	(107)
胃癌早期发现.....	(108)
正确治疗胃癌的方案.....	(109)
肝癌与哪些因素有关.....	(111)
肝癌的早期发现.....	(112)
肝癌确诊检查方法.....	(114)
肝癌的治疗.....	(117)
容易患大肠癌的人群.....	(119)
大肠癌的早期症状.....	(122)
大肠癌的诊断.....	(123)

大肠癌的治疗·····	(125)
胰腺癌·····	(126)
胆道的癌症·····	(128)
老年多发性骨髓瘤·····	(129)
肾癌·····	(131)
膀胱肿瘤·····	(132)
睾丸肿瘤·····	(134)
老年人前列腺癌的特点·····	(136)
前列腺癌的诊断与治疗·····	(138)
容易患乳癌的人·····	(140)
乳腺癌的临床表现·····	(142)
早期发现乳腺癌·····	(144)
治疗乳腺癌的新概念·····	(146)
容易患宫颈癌的女性·····	(148)
宫颈癌的临床表现·····	(150)
宫颈癌的治疗·····	(151)
卵巢肿瘤的种类·····	(153)
卵巢肿瘤的治疗·····	(154)
恶性葡萄胎·····	(156)
绒癌·····	(157)
为什么会患白血病·····	(159)
急性白血病的治疗·····	(160)
恶性淋巴瘤·····	(162)
皮肤癌·····	(163)
骨肿瘤·····	(165)
癌症骨转移·····	(167)
癌症止痛·····	(170)

癌症治疗与心理因素.....	(172)
癌症患者发热.....	(173)
抗癌食疗.....	(175)

威胁人类健康的癌症

从世界各国的医学统计中发现,在人类常见病和多发病中,癌症占有相当明显的地位。特别是中老年人发病和死亡最多、最常见的三种疾病中,癌症仅次于心血管疾病和脑血管疾病占第三位。

癌症的发病率正以每年增加 3% 的速度递增。尤其是在发达国家,癌症不断增加,吸烟、膳食中的高脂肪、工业有毒物质及环境污染,都是诱发癌症的原因。而发展中国家正在步发达国家的后尘,癌症发病率急起直上,吸烟与环境污染、食物污染和饮食卫生不良、滥用防腐剂和食物添加剂、传染病流行后的遗患等,直接造成癌症发病蔓延。

世界卫生组织估计,从 80 年代以来,50% 以上的癌症发生在占世界总人口只有 1/5 的发达工业化国家。这使得科学技术虽然先进的工业化国家十分尴尬,他们对癌症竟然束手无策。过去 20 年里,工业化国家癌症疾病谱发生了十分明显的改变。例如,胃癌在继续下降,发病率死亡率都明显降低,为什么会降低?除与使用冰箱和饮食中奶制品增加之外,再找不出什么原因了。肺癌仍然是令人头痛的癌症。英国 85 岁以下的男性、美国 45 岁以下的男性,肺癌开始减少。但是美国 45 岁以上中老年人男性以及妇女的肺癌仍然大幅度增加。除日本之外,各工业国的乳腺癌都明显增加。皮肤的恶性黑色素瘤也有增加趋势。

工业化国家最常见的癌症还是肺癌和胃癌,大约占这些

国家男性癌症中 20%~43%。

美国的统计数字表明,从 1973 年到 1987 年,每 10 万人癌症发病率增加 14.6%,死亡率增加 5.4%。美国现在癌症发生率是 360.9/10 万,死亡率是 171.0/10 万。15 年来增长最多的是恶性黑色素瘤,增加 83%,非何杰金氏淋巴瘤增长 50.9%,前列腺癌增长 46.9%,肺癌增长 31.5%,脑及神经系统肿瘤增长 23%。同时期下降的癌症主要是子宫癌、胃癌、白血病、何杰金氏淋巴瘤等。

发达国家与发展中国家癌症疾病谱有较大差别。北美各国的乳腺癌是西非和中美国家的 30 倍,而宫颈癌是西非、中美国家的一半。北美国家男性肺癌也是西非、中美国家的 30 倍,而肝癌则是其 1/4。

我国癌症发病和死亡情况令人堪忧,控制癌症已经成为我国卫生战略的重点之一。70 年代前期,我国城市癌症死亡率为 87.48/10 万,占全部死亡人口 16.13%,占各类死因的第 3 位;80 年代末期,癌症死亡率上升到 128.03/10 万,占全部死亡人口 21.88%,占各类死因的首位。同一时期,我国农村的癌症死亡率从 78.37/10 万上升到 112.36/10 万,从占死亡人口的 9.87%上升到 17.47%,从占各类死因的第 4 位上升到第 2 位。与美国相比,在同一时期内,我国癌症增长速度确实令人吃惊。

我国每年死于癌症的人数,70 年代初为 70 万,现在为 130 万,估计 2000 年为 150 万。35~54 岁的中年人占癌症死亡的一半。目前,癌症死亡者已占全部死亡人口的 1/5。

因为癌症造成的直接与间接经济损失更加可观。我国每年癌症发病约 160 万人,按 80 年代末每人平均产值 2000 元计,因为病人患癌就会损失产值 30 亿。按治疗 1 例癌症用 1

万元计，每年治疗癌症付出的医疗费达 100 亿以上。

防治癌症，刻不容缓。

哪些原因会诱发癌症

人类患癌的原因大致可分为两方面：一是人体内因素；二是环境因素。

美国的医学专家发现，70%的疾病是人的自身因素造成的；30%的病人是由于心理精神因素造成的。在癌症患者中，大约有 3/5 的病人发病前曾受过情绪及精神上的严重打击。情绪可能是癌细胞的促活剂，精神压力能减弱病人对疾病的抵抗力。感情矛盾、精神抑郁者容易患癌，而性格锋芒毕露，咄咄逼人的人也容易患癌。

美国约翰·霍普金斯医学院曾发表过一篇报告，观察一批毕业生达 17 年之久。对新环境谨慎小心的人，14.7%患癌；处事冷静、能说会道、聪明伶俐的人，10.2%患癌；性格内向乖僻、办事易冲动的人 20%患癌。在这 17 年中，这三组人的死亡率分别是 10.7%、0 和 21.7%。这份报告充分说明性格和情绪、处世态度对癌症发病的影响。

精神病患者中患癌症的人比一般人要多。动物实验证明，给小鼠皮下接种肉瘤之后，分两组分别饲养：安静条件下饲养的小鼠，肉瘤生长缓慢；在不安静环境中饲养的小鼠，小鼠生活在紧张之中，肉瘤生长迅速。

临床上对已经有了转移的癌症患者进行精神安慰、心理治疗，病情可以平稳或有缓解。

人体内分泌平衡失调是人体致癌的又一重要内因。某些激素增加,会持续作用于敏感的组织或器官,形成慢性刺激,引起细胞的增生与癌变。有致癌作用的激素,一般都能促进组织细胞的生长,如雌激素、促甲状腺激素、催乳激素等。激素平衡失调能诱发甲状腺、垂体前叶、肾上腺皮质、卵巢、睾丸、子宫体、子宫颈、阴道、乳腺等组织和器官的肿瘤。

激素诱发肿瘤,需要激素量达到一定水平,而且作用较长时间。激素诱发肿瘤还经常与遗传及环境因素有关联,相互相辅相承。激素还有促癌作用,器官移植的病人,用肾上腺皮质激素对抗排异作用时,会使肿瘤的发病率增加。

环境致癌因素是诱发癌症的主要原因,大约 80% 的癌症与环境致癌因素有关。在环境致癌因素中,最重要的是化学、物理与生物致癌因素。

目前世界上天然和人工合成的化合物有 300 万种以上,经过动物实验证明,能诱发癌症的无机和有机化合物大约有 1100 余种。到 1977 年为止,鉴定了 368 种化学物品,其中 26 种肯定能使人致癌,有 221 种能使动物致癌。

能引起人类癌症的化学致癌物质相当多,而且与人的生存息息相关。例如,煤烟、焦油及矿油引起皮肤癌、肺癌;香烟引起肺癌、喉癌、胃癌、膀胱癌;2-萘胺、联苯胺、4-氨基联苯、金胺、二氯甲醚都能引起膀胱癌;芥子气引起肺癌和喉癌;石棉引起肺癌、胸膜和消化系统肿瘤;氯丙烯引起肝癌;氯霉素、溶肉瘤素引起造血系统肿瘤;黄曲霉毒素引起肝癌;非那西汀引起肾盂癌等。

此外,还有未完全确定引起人类癌症的化学物质,例如亚硝基化合物可能引起人的肝、食管、胃、肾的癌症;苏铁素、黄樟素、吡咯烷生物碱可能引起肝癌。

化学致癌物质致癌作用强弱与致癌物质浓度及数量有关,也与致癌物质作用时间有关。致癌物质浓度越强、数量越多、作用时间越长,越容易诱发癌症。一般认为化学致癌引起癌变的时间是10~30年,这个时间称为化学致癌物质的潜伏期。

职业因素造成的癌大约占全部癌症的4%,最常见的是接触放射性物质引起白血病,接触溴、砷、铬、镍、煤尘、焦油引起肺癌,接触石棉引起肺癌、胸腺间皮瘤,接触染料引起膀胱癌,接触机器润滑油、煤焦油的人易患皮肤癌。如果从事上述职业的人还吸烟或接触其他致癌物质,那就会使癌症发生更多更快,可谓雪上加霜。

物理致癌因素包括放射线、紫外线、热辐射和长期慢性刺激,这些都在临床和实验中得到证实。

生物致癌因素包括病毒、寄生虫、霉菌毒素。寄生虫和病毒都不能直接引起人类的癌症,但在感染寄生虫或病毒性疾病的情况下,人体的组织和细胞发生炎症和增生,在增生的基础上癌变。霉菌毒素毒性剧烈,有致癌及促癌作用,实际上霉菌毒素本身已经成为致癌的化学物质了。

生活环境中的致癌因素

生活中有许多致癌的因素威胁着人的健康,特别是现代化的工业生产规模空前扩大,采矿工业飞跃发展,原子能核动力广泛应用,都会形成致癌污染。人口密度增加,交通工具过分发达,使自然环境遭到破坏,公害泛滥,癌症发病率增加。

自然界的大气、河川、湖沼、海洋、山野、土壤等都可能受到生活废品和工业废物,以及煤、石油、核燃料等产生的煤烟、飞尘、放射性物质的污染,成为环境中的致癌因素。

与人类生活有关的医药、化妆品、农药、杀虫剂也会造成环境污染,引起癌症。大气污染中的煤烟、焦油、粉尘、一氧化碳、硫氧化物、氮氧化物,浮游的纯碳及无机物等,可能诱发肺癌、食管癌、胃癌、肠癌、肝癌等。

水质受农药、杀虫剂、家庭和工业排放污水污染,使水中含有各种有机和无机致癌化合物,可能引起肝癌和其他一些癌症。在污染水中还可能含有许多促癌物质。

土壤的污染来源主要是大量使用农药,生活垃圾的堆放、废气排放、大量矿渣堆放等公害造成的。

人的生活环境中还会接触许多物理致癌因素,例如放射线、紫外线、热辐射、长期慢性刺激等。

日光暴晒引起皮肤癌的主要原因是由于紫外线,皮肤色素少和有散在雀斑的人患病率高。一次大剂量的紫外线照射可诱发癌症,中等剂量照射可使细胞恶变,加用其他促癌物质可使癌变加速加重。

放射线照射超过一定剂量就会诱发白血病、骨肉瘤、软组织肉瘤、皮肤癌、甲状腺癌、消化道肿瘤和乳腺癌等。放射线致癌都有一定潜伏期,一般在10~30年之间。如果是原子能反应堆或核实验发生事故引起的癌,潜伏期可能缩短到几天、几周或几个月。

热辐射源作用在身体表面,引起皮肤充血和慢性炎症,有癌变的可能。如接触红外线辐射源、红外线灯、灼热物体等。

生活中受到外伤是常见的事,如阴囊外伤后出现睾丸肿瘤、骨及乳腺外伤后引起骨肉瘤及乳腺癌。但至今对外伤致癌