



肿瘤患者 寻医问药指南

刘 炬◎著
Zhongliu Huanzhe

Xunyi Wenyao Zhinan

肺病患者 呼吸用药指南

James L. Murphy, MD

University of California, San Diego

中国医药出版社
CHINA MEDICAL PUBLISHING HOUSE

肿瘤患者 寻医问药指南

ZHONGLIU HUANZHE
XUNYI WENYAO ZHINAN

刘 炬 著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

肿瘤患者寻医问药指南/刘炬著. —北京:人民军医出版社, 2009. 9

ISBN 978-7-5091-2970-8

I. 肿… II. 刘… III. 肿瘤—诊疗—指南
IV. R73-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 158967 号

策划编辑:侯平燕 文字编辑:贾军锁 责任审读:黄栩兵

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8058

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:北京京海印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:7.75 字数:124千字

版、印次:2009年9月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:19.80元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内容提要

编者以一位初次发现肿瘤的患者求医过程为轴线,介绍了患者求医过程中需要了解的基本知识,包括各种诊断、治疗手段的特点和治疗过程中的注意事项,详细阐述了某些患者最容易忽略和最容易出现的情绪、饮食和中医药治疗等方面的问题,重点介绍了如何从中医药治疗中受益,如何避免上当受骗,家属如何配合病人的治疗,以及怎样远离癌症威胁等实用知识。本书寓相关求医知识于故事之中,形式鲜活,通俗易懂,适合广大肿瘤患者和家属阅读,可以为您解疑答问,避免在诊治过程中走弯路。

前言



肿瘤治疗和康复是一个长期的过程,把握大的方面,注意细节才能取得成功。

作者在从事中西医结合肿瘤治疗的十多年工作中,经历了许多患者,包括几位自己的亲属,深感肿瘤患者求医过程中存在许多严重的问题。有些有治愈可能的患者因为求治不当或在一些诸如饮食和保健品使用等方面存在问题而影响治疗效果或直接导致治疗失败。每当看到这类患者,就会深深地为他们感到惋惜。

目前,中国医疗现状是大医院门诊和住院患者很多,肿瘤专科医师数量严重不足,因而医师往往没有时间一一详细回答患者的问题或叮嘱所有的注意事项。而相当一部分患者的复发和治疗失败也证实他们对相关知识的缺乏。生命只有一次,人们不能以自己或亲人的病痛,或生命为代价学习这些知识,因此,普及这些知识,不仅是病人和家属的迫切需要,也是广大健康者的需要。

为此,我主要整理了某些患者诊治失败的教训告诉大家,以免重蹈覆辙;把某些病人诊治成功的经验告诉大家,供您借鉴、参考。书中采用的 81 个故事都是真实的;

吸取别人的经验和教训并进行周密的计划和安排才可能取得治疗的成功。

作者以一位新发现癌症的患者将要经历的治疗过程,介绍了常见肿瘤患者求治过程中迫切需要了解的基本的诊断、治疗知识及康复过程中需要注意的问题。针对目前肿瘤病人寻求治疗中存在问题最多的中医药治疗和饮食注意事项做了详细的介绍;对于肿瘤患者在治疗结束后,如何注意保健和调摄也进行了介绍;并讨论了患者求医过程中如何选择、如何决策等,使读者能够明明白白地、理智地寻求治疗,从而达到花费合理、疗效较好的目的。

面对癌症恶魔,人们应该怎样面对呢?可以简单概括为:预防为主,定期体检,早诊早治;正规西医诊断、综合疗法为主,中医中药治疗为辅;注意长期保健调养,慎用保健品;晚期患者注重生存期的生活质量。

本书是作者在十多年工作中的体验和感受的总结,非常想讲出来以帮助病人和家属,所述有关诊治的某些观点纯属个人认识,不代表所有医师(包括西医、中医大夫)公认的观点,仅供患者及家属参考。不当之处,敬请各位读者批评指正。

刘 炬

目 录

一、癌症是怎么回事..... (1)

- (一)王大妈的故事 / 1
- (二)癌症到底是怎么回事 / 3
- (三)癌症真的很可怕吗 / 6
- (四)现今是怎样治疗肿瘤的 / 7

二、发现身上长了东西,怎样求医 (9)

- (一)肿瘤是怎样发现的 / 9
- (二)看病选择哪家医院 / 10
- (三)看病应该先看哪个科 / 15
- (四)关于大夫的选择 / 18
- (五)看病一定要带齐病历资料尤其是病理切片或标本 / 19

三、明确诊断是寻求治疗的首要步骤 (23)

- (一)正确的诊断是取得好的疗效的关键 / 23
- (二)病理诊断是恶性肿瘤诊断的最重要的标准 / 26

四、综合治疗,合理安排治疗顺序是取得好的疗效的关键 (30)

- (一)初诊初治非常重要 / 30
- (二)手术是目前肿瘤治疗的最重要的局部治疗手段 / 33
- (三)放疗是杀死癌细胞的另一种重要的局部治疗手段 / 34
- (四)内科治疗是绝大多数恶性肿瘤治疗过程中不可缺少的全身治疗手段 / 37
- (五)只作用于恶性肿瘤细胞的药物——靶向治疗 / 51
- (六)内分泌治疗 / 52
- (七)介入治疗 / 53
- (八)通过调节人体免疫功能治疗恶性肿瘤——生物治疗 / 53
- (九)治疗肿瘤的一些新技术、新方法 / 54
- (十)合理安排综合治疗中各种疗法的顺序 / 55
- (十一)参加临床试验是肿瘤患者最好的治疗方式之一 / 58

五、中医药治疗是恶性肿瘤治疗重要的辅助手段 ... (61)

- (一)中西医是完全不同的医疗体系 / 61
- (二)中医治疗存在的问题 / 65
- (三)高水平的中西医结合才能发挥中医药治疗的作用和优势 / 66
- (四)中医药治疗肿瘤能够起到哪些作用 / 67

(五)恶性肿瘤的诊治应该先西医后中医 / 70

(六)如何评价中医药治疗的疗效 / 74

(七)怎样寻求中医药治疗 / 79

六、综合治疗过程中的注意事项 (88)

(一)手术治疗的注意事项 / 88

(二)化疗期间的注意事项 / 90

(三)放疗的注意事项 / 99

(四)与医院及医生密切合作,争取取得最佳疗效 / 100

七、手术、化疗和放疗治疗结束后患者应该注意什么 (102)

(一)术后化放疗后患者必须进行定期复查 / 103

(二)肿瘤患者需要适当进行锻炼 / 104

(三)调整情绪和心态,早日回归社会生活 / 105

(四)生活规律,控制体重 / 109

(五)关注防癌和保健知识 / 110

(六)注意预防治疗后的并发症 / 111

八、肿瘤患者的饮食注意事项..... (113)

(一)肿瘤患者应该慎用补品 / 114

(二)肿瘤患者饮食注意事项 / 118

(三)避免治疗过程中的营养不良 / 121

(四)肿瘤患者应该采用均衡合理的饮食 / 123

(五)肿瘤患者应该怎样吃 / 125

(六)中医角度上看常见食物的特点 / 130

九、情绪是影响疗效的重要因素…………… (138)

(一)有些患者是被吓死的 / 138

(二)自己应该对自己的情绪负责 / 140

(三)可以适当发泄不良情绪 / 142

(四)树立坚决与疾病作斗争的坚强的信念 / 144

(五)情绪的调控是长期行为 / 145

(六)心理调控的一些行之有效的方法 / 148

十、关于治疗的花费…………… (151)

(一)肿瘤类疾病治疗花费很高 / 151

(二)选择治疗方式和药物要考虑花费和疗效两个因素 / 153

十一、肿瘤患者求医过程中的常见误区…………… (158)

(一)有病乱投医 / 158

(二)相信小广告 / 159

(三)上医托儿的当 / 161

(四)重视手术治疗,忽视后续治疗以及日常生活
中养生 / 162

(五)急于开始治疗,忽略合理的综合治疗模式 / 164

- (六)发现肿瘤早期不治疗,晚期积极治疗 / 165
- (七)病历资料未妥善保管或未全部携带 / 166
- (八)过度相信中医药 / 168
- (九)看病不挂号 / 169

十二、看病的一些窍门..... (171)

- (一)缩短看病等待时间 / 171
- (二)带上全部的病例资料 / 174
- (三)看病前通过网络、电话等方式了解国内主要医院就
诊信息 / 176
- (四)就诊时耐心等待,不要着急 / 176
- (五)充分利用就诊的时间 / 177

十三、怎样当好家属..... (180)

- (一)尽量不要加重患者的负面情绪 / 181
- (二)尽量帮助患者调整情绪 / 182
- (三)尽量多陪伴患者 / 183
- (四)家属需要替患者承担压力 / 183
- (五)照顾好患者的饮食起居 / 184
- (六)家属要安排好患者的治疗 / 185
- (七)求医的过程需要走一步看一步 / 188
- (八)家属在求医的过程中要尽量地调整好心态 / 189

十四、定期进行防癌体检是远离癌症威胁的坚固防线

..... (191)

- (一)癌症的预防非常重要 / 191
- (二)定期体检是发现早期癌症的最重要的手段 / 193
- (三)体检与早期诊断 / 195
- (四)防癌体检的重要意义 / 204
- (五)防癌体检的局限性 / 206

十五、日常生活中怎样预防癌症——写给患者的家属

和亲朋好友..... (208)

- (一)哪些人群容易患癌 / 208
- (二)如何远离癌症 / 214
- (三)定期体检 / 221
- (四)重视健康管理、健康地生活 / 221
- (五)防癌与保健相辅相成 / 224
- (六)几种常见肿瘤的预防技巧 / 227

后记 关于肿瘤治疗的思考 (232)

一、癌症是怎么回事

(一)王大妈的故事



故事 1 2004 年 12 月,王大妈来到了乳腺门诊,她说 6 年前在右乳腺的外侧发现了一个肿块,约 2 厘米,去县医院检查大夫说是增生没有什么大问题。5 年半的时间肿块没有发生明显变化。半年前,因为一些家事生气后,肿块开始生长,渐渐右乳房感觉胀痛。门诊就诊时,右乳外侧肿物约 6 厘米,右腋下三个淋巴结,最大直径 3 厘米,经穿刺细胞学证实右乳和腋下都有癌细胞。

王大妈非常吃惊,怎么都不相信自己患了癌症,说那个东西已经有 6 年了,一直都没事,怎么突然就成了癌呢?我这辈子没做什么亏心事,心地善良、性格开朗、家里也没有得癌的,怎么我就得癌了呢?在大夫及家里人的劝说下,王大妈逐渐接受了这个事实,积极地配合治疗。

根据目前乳腺癌的治疗指南,患者首先接受了化

疗,目的是使肿瘤缩小,利于切除。术前化疗也称新辅助化疗。经过国外严格的临床试验证实,对于肿块较大的患者,术前化疗能使肿瘤缩小,利于外科切除,还能消灭微小的转移灶,降低发生远处转移的可能性。

这里解释一下治疗指南。治疗指南是指针对某种常见疾病的诊断和治疗,由权威的专家组成小组根据大量的临床研究结果提出的诊断和治疗建议。治疗指南有国外和国内两种。正规的肿瘤治疗需要按照指南进行,同时也需要结合每一位患者的具体情况进行。不按指南要求进行治疗是不行的,医生单纯依靠指南缺少临床经验也同样不能很好地治疗患者。

王大妈经过4个疗程的紫杉醇加表阿霉素的化疗,乳腺上的肿瘤从6厘米缩小到2厘米后转入外科进行了右乳癌改良根治术,术后病理证实为右乳浸润性导管癌,腋下淋巴结转移6/12,呈轻度治疗反应;可以简单地理解为化疗有一定的效果,但是肿瘤对化疗药物不太敏感。

因为王大妈在第一周期化疗后,白细胞即下降至 1.0×10^9 /升,即一般说的1000以下,为了保证能够按期按计划接受化疗从而确保抗肿瘤疗效,在使用西药粒细胞集落刺激因子(一般称为升白针)的同时,配合健脾益肾汤药,患者顺利完成了术前4个周期新辅助化疗和术后4个周期的辅助化疗。化疗结束后,因为腋窝淋巴结转移数目较多,患者又接受了术后辅助放疗。



(二)癌症到底是怎么回事

人体是任何一个精密仪器都无法相比的具有非常复杂的精密调节控制能力的一个整体。每一种细胞在何时开始生长、何时发挥自己的作用、何时功能应该增强、何时应该减弱、何时应该死亡都有精密的调控机制。当您了解了人体这一精密的调控系统时,您就会发出这样的感叹,世界上任何人工制造的机械系统都无法与生物体尤其是人体完美复杂的调节机制相比。所以,生物界的谜、人体的谜太多了,这也是很多疾病在科学技术如此发达的今天仍无治疗办法的根本原因。

那么,肿瘤是怎么产生的呢?

细胞是人体结构和功能的基本单位。一般人体细胞的生死是受很多因素调控的,简单地说,该生则生、该死则死。如果细胞受到外界毒素的干扰、加上内在的调控、监控机制失灵,则细胞的内在生长机制发生变化不再受调控和监控机制的控制,正常细胞就会变成肿瘤细胞。除了细胞自身的控制机制,人体同时还有免疫系统监控,免疫细胞发现恶变的肿瘤细胞则会清除消灭,但如果由于某种原因免疫监控系统的力量不够,没能杀死肿瘤细胞,那么肿瘤细胞就会长起来。如果这种失控的生长不侵犯别的组织器官、有自己的包膜、不向远处转



移则为良性肿瘤；如果生长完全失控、没有明确的边界、侵犯周围组织器官并且向其他器官和组织侵犯、转移并在远隔的器官或组织生长则为癌。

举个例子，把人体比作一个社会。正常情况下，每个人都遵纪守法，社会秩序良好。如果受各种因素影响，一个人或几个人开始变坏，这时如果警察发现了这些坏分子并把他们抓起来，则社会的良好秩序还可以继续维持，相当于人体没有患肿瘤。如果坏分子不断发展壮大变成成百上千的人并开始从事犯罪活动，警察的力量已经无法控制坏分子的活动，整个社会秩序已经开始混乱，这时相当于发生了临床可以诊断的恶性肿瘤。

在肿瘤发生的早期，肿瘤的大小 <0.5 厘米时，一般没有症状。现有的诊断技术还无法发现肿瘤的存在，这一时期的肿瘤的诊断非常困难。当肿瘤直径超过1厘米以上时，部分临床常用的影像学检查可以检查到，但一般患者不会有症状也不会想到去医院看病，这一时期的诊断也非常困难，参加早诊筛查体检可能能够发现这一时期的肿瘤。等到出现症状时，肿瘤一般已经超过3厘米，疾病一般已经到了中晚期，相当一部分患者已经发生了转移，有些转移灶检查能够发现而有些由于体积较小现有的临床检查手段还无法发现。因此，治疗效果不理想。癌症的可怕之处在于早期通常没有明显的症状，早期诊断困难。早期发现的病例一般是通过体检