

请别谈癌“色变”

别害怕癌症

(修订版)

胡春宏◎主编

修订版新增加癌症的:

◇ 心理治疗

◇ 靶向治疗

◇ 中医治疗

CBS
PUBLISHING & MEDIA
中国出版集团
人民卫生出版社

请别谈癌 “色变”

别害怕癌症

(修订版)

主编◎胡春宏

编者◎刘平 邓超 王晶晶

修订版新增加癌症的：

- ◇ 心理治疗
- ◇ 靶向治疗
- ◇ 中医治疗

CIS
PUBLISHING & MEDIA

湖南科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

别害怕癌症/ 胡春宏主编. — 修订版. — 长沙 :
湖南科学技术出版社, 2013. 8

ISBN 978-7-5357-7692-1

I. ①别… II. ①胡… III. ①癌—防治 IV. ①R73

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 128516 号

别害怕癌症(修订版)

主 编: 胡春宏

责任编辑: 曹 鹞

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731 - 84375808

印 刷: 国防科大印刷厂

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市德雅路 109 号

邮 编: 410073

出版日期: 2013 年 8 月第 1 版第 1 次

开 本: 710mm×1010mm 1/16

印 张: 13.25

字 数: 165000

书 号: ISBN 978-7-5357-7692-1

定 价: 25.00 元

(版权所有·翻印必究)



再版前言

《别害怕癌症》于2005年5月初版以来，受到众多读者特别是癌症患者的好评。这本关于防癌、抗癌的科普读物，以通俗易懂的语言来解答患者的疑问，并将最新的癌症诊治信息传递给读者，在一定程度上提高全社会尤其是癌症患者对防癌、抗癌的认识。

目前我国每年新发的癌症患者数已达260万，死亡180万人。2008年第三次全国死因调查数据显示，我国癌症发生率正处于快速上升期，从20世纪70年代到21世纪初，我国癌症患者发病数量已经增长了80%，癌症死亡率也增长80%以上，我国每死亡5人，即有1人死于癌症；而在0~64岁人口中，每死亡4人，即有1人死于癌症。癌症已超过心脑血管疾病成为中国城市和农村居民的第一位死因。可以说，癌症带给人类的痛苦是巨大而深重的，但人类与癌症的斗争一刻也没有停止。

随着生物学基础研究的飞速发展，现代医学技术的长足进步，大量新药的研制与应用，人类对癌症的认识愈加深入，治疗的策略发生了较大的改变，使肿瘤的治愈率和有效率得到进一步的提高。为了给患者传递最新最全的癌症诊治信息，进一步普及防癌、抗癌知识，我们觉得有必要对《别害怕癌症》进行再版修订。

修订后的第二版，在继续保持了第一版系统、科学、通俗、实用等特点的基础上，着重增加了以下几方面的内容：

1. 癌症的心理治疗。心理因素与癌症的发生发展关系密切，研究发现，负性情绪会降低机体的免疫力，导致肿瘤有机可乘。因此心理治疗越来越受到医学界的重视。
2. 靶向治疗。靶向治疗药物的研发与应用，对原有的肿瘤治疗学观念与模

式产生巨大的影响。与传统细胞毒化学药物治疗不同，肿瘤分子靶向治疗具有特异性抗肿瘤作用，并且毒性明显减少，开创了肿瘤治疗的新领域。

3. 中医治疗。中医作为我国的国宝，注重治疗的整体观念，又极重视预防，在一定程度上弥补现代医学治疗癌症的不足，在肿瘤防治中显示出独特优势和巨大潜力。

希望《别害怕癌症》一书能继续成为读者防癌、抗癌的好帮手。同时编者也衷心希望读者对本书的不足之处提出宝贵意见。

编 者

2013年3月

癌症是严重危害人民健康和生命的常见病，多发病。我国每年癌症的发病人数达160万。全国死因回顾性调查表明：20年来，我国癌症的发病率和死亡率逐年上升，每5个因病死亡的人中，就有1人是死于癌症。每200个家庭中就有1个家庭因有癌症患者而遭受折磨。癌症正在超过心脑血管疾病成为人类的第一位杀手。可以说，癌症带给人类的痛苦是巨大而深重的，但人类与癌症的斗争一刻也没有停止。生物医学基础研究的发展，现代医学技术的进步，使人类对癌症的认识愈加深入，对付癌症的有效方法也越来越多，越来越成熟。世界卫生组织的最新资料显示，在西方发达国家，约50%的癌症患者能获得治愈而长期生存，而且这个比例还在继续增加。在我国，尽管尚无精确的统计数据，但也有相当一部分癌症患者取得很好的疗效。这些国内外的经验告诉我们：癌症是可以战胜的。

作为一名长期工作在抗癌第一线的临床医师，编者深知战胜癌症需要社会、政府、医务工作者、患者等多方努力，但最重要的是需要提高全社会尤其是癌症患者的防癌、抗癌的认识。编者从多年的肿瘤诊治临床实践中，深切体会到患者和家属由于对癌症的认识不足所造成的不必要的恐慌，深切感受到一般民众及患者迫切需要知道有关防癌、抗癌的基本知识。因此，我们认为编写一本关于防癌、抗癌的科普读物，以通俗易懂的语言来解答患者的疑问，并将最新的肿瘤诊治信息传递给读者，让更多的人认识到癌症并不可怕的道理，是我们应尽的社会责任。

值得说明的是，本书作为科普著作，它不同于医学专业著作，一些专业化的名词术语沿用了大众所熟知的词汇，敬请读者客观辩证地看待。本书解答了癌症患者、家属及社会大众对癌症的疑问，在编写过程中，我们力求做到深入

浅出，帮助癌症患者和家属解决实际问题。希望《别害怕癌症》一书能成为读者防癌、抗癌及战胜癌症的好帮手。同时编者也衷心希望读者对本书的不足之处提出宝贵意见。

编者

2005年2月

001 第一章 认识癌症

003 “癌症”一词的由来

003 什么是癌

004 癌细胞是怎样产生的

004 如何区别良性与恶性肿瘤

005 恶性肿瘤的几种形式

005 癌症是怎样蔓延和扩散的

006 答疑解惑

006 癌症是否会传染

006 癌症是否会遗传

007 什么是原位癌

007 什么是多原发癌

009 第二章 预防癌症，远离癌症

011 躲开环境中的致癌杀手

013 亲近餐桌上的抗癌帮手

015 改变不良的生活习惯，拒癌于千里之外

017 树立健康社会心理，助您防癌于未然

- 017 防癌建议
- 019 日常防癌要则
- 021 **答疑解惑**
- 021 癌症是否可以预防
- 022 为什么老年人更容易得癌症
- 022 为什么癌症患者好像比以前多了
- 023 接受少量放射线是否会致癌
- 024 定期检查对防癌有什么重要意义
- 024 怎样计算自己的标准体重
- 027 **第三章 早期发现，早期诊断**
- 029 如何早期发现癌症
- 030 检测肿瘤标志物，早期发现癌症
- 031 癌症的基因检测及分型
- 032 **答疑解惑**
- 032 什么叫做癌前期病变
- 032 怎样正确进行乳房自我检查
- 033 从“一滴血”中是否能知道您患癌
- 033 怎样通过基因检测得知预后及治疗效果
- 033 癌症的分期

- 035 **第四章 综合治疗，战胜癌症**
- 037 目前肿瘤治疗的现状和前景
- 038 治疗癌症的主要手段
- 046 心理治疗的重要性
- 047 中医治疗的进展
- 048 肿瘤治疗的新进展
- 051 **答疑解惑**
- 051 癌症是不是“不治之症”
- 051 民间的偏方和验方是否能治愈癌症
- 052 保健品是否能包治癌症
- 052 什么“神力”使癌症患者不治而愈
- 054 癌症患者应当如何正确选择治疗方案
- 055 对于已确诊的癌症患者应不应当保密
- 057 什么是癌症的首诊治疗
- 057 为什么癌症患者最好找肿瘤专科医师诊治
- 057 医师常说的“5年生存率”是怎么回事
- 058 为什么说癌症患者求治的积极性是抗衡癌症的原动力
- 058 医师为什么要做些“无关紧要”的检查
- 059 手术是否会加快癌症的转移
- 059 什么叫根治性手术和姑息性手术
- 059 所有的癌症患者是否都必须要进行手术治疗

- 060 手术治疗是否一定比放疗和化疗效果更好
- 060 手术治疗是否能将身体内的癌细胞彻底清除干净
- 060 放疗是否会促使癌症转移
- 060 体外放疗患者身上会不会有放射线
- 061 放疗是否会导致疼痛
- 061 放疗适用于哪些癌症患者
- 062 什么叫做根治性照射和预防性照射
- 062 癌症术后放疗应该在手术后什么时间开始进行
- 062 放疗的疗程和剂量该怎样确定
- 062 什么是超分割治疗
- 063 什么叫做模拟定位
- 063 怎样确定肿瘤的照射范围
- 063 怎样注意放疗、化疗期间和放疗后的口腔卫生
- 064 放疗患者应当如何配合治疗
- 064 放疗结束时，肿瘤还没有完全消失该怎么办
- 065 怎样保护放疗照射区的皮肤
- 065 放疗会有哪些副作用
- 066 为什么放疗、化疗期间，患者会觉得很疲劳
- 066 放疗、化疗期间，患者怎样提高食欲，增加进食
- 067 如何维持放疗期间口腔、牙龈和喉的健康
- 068 是否只有晚期肿瘤的患者才会进行化疗

- 068 目前化疗对哪些恶性肿瘤疗效较好
- 069 化疗的副作用是怎样产生的
- 069 化疗有哪些常见的副作用
- 070 化疗是否会降低患者的免疫力
- 071 联合化疗有什么好处
- 072 哪些患者需要进行“辅助化疗”
- 072 化疗有哪些远期副作用
- 073 化疗期间患者能不能同时服用中草药治疗
- 073 化疗药物能不能与其他药物并用
- 074 化疗的剂量多大才算合适
- 075 如何处理化疗中出现的恶心、呕吐
- 076 化疗为什么会引起头昏
- 076 怎样做有助于控制腹泻
- 077 患者便秘该怎样处理
- 077 化疗期间怎样预防患者出现感冒、发热
- 078 怎样防治化疗、放疗引起的造血系统抑制
- 079 化疗、放疗期间患者如何护理头发
- 080 化疗药物如果溢出血管该怎么办
- 081 如何处理化学性静脉炎
- 081 化疗、放疗会不会影响生育
- 081 化疗、放疗会不会影响性生活

- 082 化疗期间患者应做好哪些心理准备
- 082 治疗期间应怎样调整心理状态
- 084 生物治疗是否就是免疫治疗
- 084 生物治疗是不是没有副作用
- 085 什么是集落刺激因子
- 085 什么是单克隆抗体
- 086 什么是 TKI
- 086 靶向治疗能够替代化疗吗
- 086 任何人都能行靶向治疗吗
- 087 什么时候考虑靶向治疗
- 087 靶向治疗有哪些不良反应
- 087 癌症的基因治疗有何进展
- 088 癌症手术范围越大是否治疗效果就会越好
- 089 什么是“X”刀
- 090 什么是“ γ ”刀
- 091 所有的癌症是否都可以运用大剂量化疗进行治疗
- 091 中药治疗可以替代其他治疗吗
- 091 什么时候可以行中药治疗
- 092 中药治疗是不是都是以毒攻毒
- 093 中药治疗是不是没有副作用
- 094 偏方都可以用吗

- 095 中药治疗时需要忌口吗
- 095 综合治疗是不是所有的治疗手段都同时或先后进行
- 097 **第五章 认识常见的十大恶性肿瘤**
- 099 **肺 癌**
- 101 **答疑解惑**
- 101 肺部肿块是否一定就是肺癌
- 102 为什么手术切除肺部肿块后反而会有气促
- 102 为什么有的患者需要进行术后放疗，有的则不需要
- 102 胸部手术后，患侧胸廓的疼痛会持续多久
- 102 为什么肺腺癌患者被建议行基因检测
- 103 先行化疗还是先行抗 EGFR 的靶向治疗
- 103 **胃 癌**
- 108 **答疑解惑**
- 108 大便隐血试验是否有助于发现胃癌
- 108 胃溃疡究竟会不会转变成胃癌
- 109 胃癌术后的患者要注意些什么
- 109 “库肯勃瘤”是怎么一回事
- 109 胃癌有哪些靶向治疗
- 110 **食管癌**
- 113 **答疑解惑**

- 113 促发食管癌的饮食习惯及预防
- 113 食管癌放疗期间患者的饮食宜忌
- 114 食管癌的常用检查方法
- 115 食管癌患者手术后，患者为什么有时会出现“烧心”和“暖酸”
- 116 **肝 癌**
- 120 **答疑解惑**
- 120 肝癌是否是“不治之症”
- 120 肝癌与饮食有何关系
- 120 肝癌与肝炎、肝硬化有何关系
- 121 肝癌的诊断有何进展
- 121 肝癌的治疗有什么新进展
- 122 **宫颈癌**
- 125 **答疑解惑**
- 125 如何预防宫颈癌
- 125 宫颈癌的放疗有何副作用
- 126 宫颈癌术后有什么注意事项
- 126 后装治疗是什么意思
- 126 后装治疗时需要注意哪些问题
- 127 **大肠癌**
- 130 **答疑解惑**

- 130 大肠癌与饮食有何关系
- 130 家族性息肉病与大肠癌有何关系
- 131 肛门指检能否发现大肠癌
- 131 所有的大肠癌患者是否都能保留肛门
- 131 肠癌的靶向治疗有哪些
- 132 什么是 K-RAS 野生型或突变型
- 132 生物治疗对大肠癌是否有益
- 132 **白血病**
- 135 **答疑解惑**
- 135 如何预防白血病
- 135 慢性粒细胞白血病药物治疗有何最新进展
- 136 “砒霜”是否可以用来治疗白血病
- 136 **鼻咽癌**
- 138 **答疑解惑**
- 138 鼻咽癌是否能治愈
- 138 鼻咽癌为什么不首选手术治疗
- 139 鼻咽癌放疗后为什么会出现口干
- 139 如何防止鼻出血
- 140 调强放疗与普通放疗有什么不同
- 141 鼻咽癌有什么靶向治疗药物吗
- 141 **乳腺癌**

143 答疑解惑

- 143 哪些人属于患乳腺癌的高危人群
- 144 乳腺癌是不是女性的“专利”
- 144 乳腺癌患者是否一定要切除乳房
- 145 乳腺癌放疗时有哪些注意事项
- 146 患乳腺癌后为什么要经常检查对侧乳腺
- 146 乳腺癌患者需服用内分泌治疗药物多久
- 146 乳腺癌患者化疗中或化疗后月经不规则是不是正常现象
- 147 乳腺癌中经常提到的 HER-2 是什么
- 147 “曲妥珠单抗”是什么药物

147 淋巴瘤

149 答疑解惑

- 149 有淋巴结肿大是不是患了淋巴瘤
- 150 “利妥昔单抗”是一种什么药物
- 150 淋巴瘤是否可以治愈

151 第六章 癌症护理

154 答疑解惑

- 154 肿瘤患者就诊应该准备哪些资料
- 155 在医院陪护应当注意些什么
- 156 患者输液时应该注意些什么