

王永瑞 黄飞 黄衍强 编著

# 肿瘤

# 中医康复指导

树立战胜疾病的信心 更好的走向康复

生命若在心中，希望就在脚下  
肿瘤，仅是一种慢性病  
信心，比药物更重要。



● 生活护理



● 饮食调理



● 体育锻炼



● 心理调节

# 肿瘤中医康复指导

ZHONGLIU ZHONGYI KANGFU ZHIDAO

编 著 王永瑞 黄 飞 黄衍强

生命若在心中，希望就在脚下  
肿瘤，仅是一种慢性病  
信心，比药物更重要  
瘤者，留也；气血通畅，百病不生  
肿瘤乃全身疾病在身体局部的反应



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

---

图书在版编目 (CIP) 数据

肿瘤中医康复指导 / 王永瑞, 黄飞, 黄衍强编著. — 北京: 人民军医出版社, 2013.9  
ISBN 978-7-5091-6777-9

I. ①肿… II. ①王…②黄…③黄… III. ①肿瘤—中医治疗法 IV. ①R273

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 158298 号

---

策划编辑: 崔晓荣 文字编辑: 莫婷婷 责任审读: 杜云祥

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) 51927288

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

---

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 9.5 字数: 142 千字

版、印次: 2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—4500

定价: 22.00 元

---

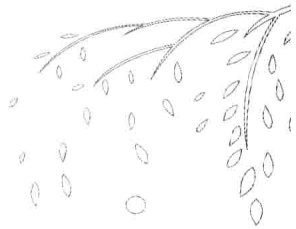
版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

# 内 容 提 要

本书选取肿瘤患者最关心的问题,以问答的形式讲述了中医对肿瘤的认识、预防、治疗、康复等知识,同时还介绍了肿瘤患者及家属共同关注的日常生活护理、饮食调理、体育锻炼、心理调节等内容。其目的是让肿瘤患者及家属在迷茫中选择正确治疗方法,树立战胜疾病的信心,更好地走向康复。本书内容全面,叙述简洁明了,通俗易懂,适合广大肿瘤患者及家属阅读,对医务人员也有很好的参考意义。

# 前 言



目前肿瘤仍然是威胁人民健康的大敌。据有关资料显示，每年我国新增加肿瘤患者 100 多万，病死率高居诸病之首。此外，“一人得癌，全家不宁”，严重地影响了人们的正常生活。但是随着中西医学对肿瘤研究的不断发展，其已不再是不治之症。医学界对肿瘤无所作为的日子正在成为历史。

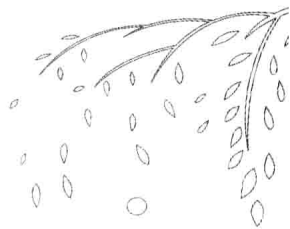
然而，肿瘤毕竟是慢性病，患病后患者仍需要长期治疗。在此期间，患者不可避免地会遇到各种各样的问题亟待回答。在接诊众多肿瘤患者的过程中，我们也总结出很多有益的经验，一直感觉有责任和义务为每位需要的患者答疑解惑。为此，编写了这本名为《肿瘤中医康复指导》的手册。该书选取肿瘤患者最常问到的问题，以问答的形式讲述了中医对肿瘤的认识、预防、治疗、康复等知识。书中还包括日常生活护理、饮食调理、体育锻炼、心理调节等患者及家属共同关注的问题，其目的就是让肿瘤患者在迷茫中选择正确的治疗方法，树立抗癌信心，更好地走向康复。

这本书内容全面，叙述简洁明了，深入浅出，通俗易懂，适合广大肿瘤患者及家属阅读，对医务人员也有很好的参考意义。

因学识水平有限，加之时间仓促，书中不足或不全面之处，还请各位同行及广大读者不吝指正，以便再版时更正，使其更加完善。

淄博延强医院  
《肿瘤中医康复指导》编辑组  
2012 年 11 月

# 目 录



生命若在心中，希望就在脚下 ..... 1

## 预 防 篇

**第 1 章 肿瘤基础知识** ..... 6

1. 肿瘤是什么? ..... 6
2. 如何区别肿瘤良性与恶性? ..... 6
3. 良性肿瘤会变成癌吗? ..... 6
4. 肿瘤和癌是一回事吗? ..... 7
5. 肿瘤细胞如何成长? ..... 7
6. 肿瘤如何分期? ..... 7
7. 肿瘤如何命名? ..... 8
8. 肿瘤有没有传染性? ..... 8
9. 肿瘤会不会遗传? ..... 8
10. 肿瘤诊断有哪些方法? ..... 8
11. 怎样才算癌症治愈? ..... 10
12. 癌症为什么会越来越多? ..... 10
13. 肿瘤的生长方式有哪些? ..... 10
14. 肿瘤的扩散方式有哪些? ..... 11

**第 2 章 肿瘤发病原因** ..... 12

1. 人体为什么会得肿瘤? ..... 12
2. 能用事例解释肿瘤发病原因吗? ..... 12
3. 现代医学如何认识肿瘤发病原因? ..... 13
4. 日常生活哪些习惯可以引起肿瘤? ..... 13

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 5. 引起肿瘤的危险因素有哪些? .....         | 14 |
| <b>第3章 肿瘤预防方法</b> .....        | 16 |
| 1. 如何预防肿瘤的发生发展? .....          | 16 |
| 2. 如何做好一级预防? .....             | 16 |
| 3. 如何早期发现癌症表现? .....           | 17 |
| 4. 八大警号有哪些内容? .....            | 17 |
| 5. 十大症状有哪些内容? .....            | 18 |
| 6. 常见癌症的早期征兆 .....             | 19 |
| 7. 如何分辨各类癌症的高危人群? .....        | 20 |
| 8. 如何自我检查发现癌症? .....           | 22 |
| 9. 什么是癌前病变? .....              | 23 |
| 10. 发现癌前病变怎么办? .....           | 23 |
| 11. 如何预防和治疗癌前病变? .....         | 24 |
| 12. 体育锻炼是否可以预防癌症? .....        | 24 |
| 13. 如何预防“癌从口入”? .....          | 25 |
| 14. 欧洲肿瘤研究中心提出 24 种防癌新方法 ..... | 25 |
| 15. 美国癌症协会对预防癌症提出 10 条建议 ..... | 26 |

## 治 疗 篇

|                          |    |
|--------------------------|----|
| <b>第4章 扶正祛邪治肿瘤</b> ..... | 30 |
| 1. 何谓扶正? .....           | 30 |
| 2. 如何扶正? .....           | 30 |
| 3. 扶正有哪些方法和药物? .....     | 31 |
| 4. 肿瘤扶正常见的有哪些方面? .....   | 32 |
| 5. 为何有些患者扶正没有效果? .....   | 33 |
| 6. 何谓祛邪? .....           | 34 |
| 7. 如何祛邪? .....           | 34 |
| 8. 扶正祛邪如何选方用药? .....     | 35 |



|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 9. 如何掌握扶正和祛邪的顺序? .....    | 35        |
| 10. 现代医学祛邪如何掌握? .....     | 36        |
| <b>第5章 中西医结合治肿瘤</b> ..... | <b>37</b> |
| 1. 肿瘤治疗最好的方法是什么? .....    | 37        |
| 2. 中西医应该如何相互配合治疗肿瘤? ..... | 37        |
| 3. 何时选择中西医结合治疗方法? .....   | 38        |
| 4. 现代医学治疗肿瘤有哪些方法? .....   | 38        |
| 5. 肿瘤患者要不要化疗? .....       | 39        |
| 6. 肿瘤患者手术后还需要治疗吗? .....   | 39        |
| 7. 中医治疗肿瘤有无科学根据? .....    | 40        |
| 8. 中医治疗肿瘤的特点是什么? .....    | 42        |
| 9. 中医治疗肿瘤的优势是什么? .....    | 43        |
| 10. 如何运用中医药治疗肿瘤? .....    | 44        |
| 11. 肿瘤患者选用中成药还是汤药? .....  | 45        |
| 12. 为何肿瘤切除后还会复发? .....    | 46        |
| 13. 肿瘤治疗应该追求什么样的结果? ..... | 46        |
| 14. 肿瘤患者无法服用中药怎么办? .....  | 47        |
| 15. 让癌症患者告别疼痛 .....       | 48        |
| 16. 中西医对癌症的认识 .....       | 48        |
| <b>第6章 具体病例谈肿瘤</b> .....  | <b>50</b> |
| 1. 胰腺癌肝转移验案 1 例 .....     | 50        |
| 2. 走投无路莫悲戚, 不妨尝试用中医 ..... | 53        |
| 3. 草根树皮消脑瘤并非天方夜谭 .....    | 54        |
| 4. 言病不可治者, 未得其术也 .....    | 55        |
| 5. 我就相信中医 .....           | 55        |
| 6. 脑膜瘤脑病治肝得痊愈 .....       | 57        |
| 7. 清肺胃热, 滋阴降火治疗鼻咽癌 .....  | 58        |
| 8. 舌诊脉诊合参, 辨证治愈肺癌 .....   | 59        |
| 9. 用药如用兵 .....            | 60        |





|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 10. 人体可以与肿瘤“和平共处” .....          | 60 |
| 11. 散结通胶囊联合中药治疗肺癌脑转移 1 例 .....   | 61 |
| 12. 我要记住为我治好病的医师们 .....          | 62 |
| 13. 散结通竟然也能治疗良性肿瘤 .....          | 63 |
| 14. 挑战自我, 摆脱输血; 增强信心, 战胜癌魔 ..... | 64 |
| 15. 胆管癌患者中医药治疗效佳 .....           | 66 |
| 16. 小细胞肺癌治愈 1 例 .....            | 66 |
| 17. 脑瘤引发癫痫治愈 1 例 .....           | 67 |
| 18. 结肠癌晚期治愈 1 例 .....            | 68 |
| 19. 越婢加术汤加苓桂术甘汤治疗肺癌皮水郁热型 .....   | 69 |
| 20. 肝癌治愈 1 例 .....               | 70 |
| 21. 李大娘的三个“没有想到” .....           | 70 |
| 22. 结肠癌肝转移治愈 .....               | 71 |
| 23. 子女孝、老母笑 .....                | 72 |
| 24. 脑膜瘤治疗 1 例 .....              | 73 |

## 康 复 篇

|                            |    |
|----------------------------|----|
| <b>第 7 章 四疗助癌早康复</b> ..... | 76 |
| 1. 仅仅依靠药物治疗肿瘤是否足够? .....   | 76 |
| 2. “四疗法”包括哪四种疗法? .....     | 76 |
| 3. 如何做好饮食治疗? .....         | 76 |
| 4. 肿瘤患者饮食原则有哪些? .....      | 77 |
| 5. 癌症患者需要忌口吗? .....        | 78 |
| 6. 肿瘤患者需要服用保健品吗? .....     | 79 |
| 7. 肿瘤患者可以喝药茶吗? .....       | 80 |
| 8. 日常生活中有哪些抗癌食物? .....     | 81 |
| 9. 肿瘤患者常有哪些心理精神变化? .....   | 81 |
| 10. 肿瘤患者出现精神障碍应该怎么办? ..... | 82 |

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| 11. 心理治疗有哪些方法? .....             | 83        |
| 12. 如何解除心理障碍, 保持乐观的心态? .....     | 83        |
| 13. 癌症患者如何进行心理调养? .....          | 84        |
| 14. 体育锻炼对癌症康复有好处吗? .....         | 85        |
| 15. 体育锻炼对癌症康复有何好处? .....         | 85        |
| 16. 肿瘤患者如何选择体育锻炼方式? .....        | 86        |
| 17. 何谓肿瘤患者 5 年康复计划书? .....       | 86        |
| <b>第 8 章 从小事做起 成抗癌明星</b> .....   | <b>88</b> |
| 1. 治疗过程中如何防止肿瘤复发和转移? .....       | 88        |
| 2. 肿瘤患者是否可以经常上网看电视? (灯泡理论) ..... | 89        |
| 3. 肿瘤患者能否上班或复学? .....            | 89        |
| 4. 肿瘤患者能不能结婚? .....              | 90        |
| 5. 肿瘤患者能不能生育及哺乳? .....           | 91        |
| 6. 对肿瘤患者是告知病情还是隐瞒病情? .....       | 91        |
| 7. 刚确诊时如何维护患者的心理? .....          | 92        |
| 8. 确诊癌症后患者本人应该怎么做? .....         | 93        |
| 9. 肿瘤患者家属应该怎么做? .....            | 93        |
| <b>第 9 章 中医小常识 健康你我他</b> .....   | <b>95</b> |
| 1. 如何煎煮中药? .....                 | 95        |
| 2. 如何服用中药? .....                 | 96        |
| 3. 肿瘤患者常见症状应如何辨别与治疗? .....       | 97        |
| 4. 大小便异常如何诊治? .....              | 104       |
| 5. 女性常见症状应如何诊治? .....            | 105       |
| 6. 中医如何看舌? .....                 | 106       |
| 7. 中医如何把脉? .....                 | 106       |
| 8. 简化后的中医把脉有哪些技巧? .....          | 107       |
| 9. 中医真是慢郎中吗? .....               | 108       |
| 10. 中医临证境界分为几层? .....            | 109       |



|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>附篇一 肿瘤疾病诊治之通俗理论</b> .....    | 112 |
| 1. 鞭炮理论 .....                   | 112 |
| 2. 摘苹果理论 .....                  | 113 |
| 3. 挑西瓜理论 .....                  | 113 |
| 4. 车胎理论 .....                   | 113 |
| 5. 臭水沟理论 .....                  | 114 |
| 6. 涂墙理论 .....                   | 114 |
| 7. 灯泡理论 .....                   | 115 |
| 8. 步坦协同作战理论 .....               | 115 |
| 9. 打靶理论 .....                   | 116 |
| <b>附篇二 看舌知病</b> .....           | 117 |
| <b>附篇三 肿瘤患者如何彻底走向康复</b> .....   | 126 |
| <b>附篇四 信心，比药物更重要</b> .....      | 128 |
| <b>附篇五 癌症治疗中的“因果关系”</b> .....   | 131 |
| <b>附篇六 中医治疗癌瘤的基本原则</b> .....    | 133 |
| <b>附篇七 预防肿瘤复发，扶正才是硬道理</b> ..... | 137 |
| <b>附篇八 与肿瘤患者书</b> .....         | 139 |



# 生命若在心中，希望就在脚下

## ——淄博延强医院谈肿瘤的预防与治疗

已故国医大师袁沛然从医 70 余年，临终前遗言：“我这一生，看好不少癌症，也看砸了不少癌症，过了九十才豁然顿悟，要和癌症和平共处，唉！可惜觉悟晚了。”

宛如黄钟大吕，字字发人深省，震撼人心。

这是一位与癌症斗争一辈子，耄耋之年的老人发自肺腑的真实感言；

这是对当今癌症错误认识和错误治疗方法的战斗檄文；

这是给千万迷茫痛苦中的癌症患者带来的福音。

其现在并不晚，他告诉大家癌症不等于死亡，癌症并不可怕，癌症只是一种慢性病。如果采用正确的治疗方法，人体完全可以“带瘤生存”，人类完全可以与癌症“和平相处”。

世界卫生组织的《世界癌症报告》预示，到 2020 年全球范围内恶性肿瘤的发病率将再增长 50%，每年新发患者数达到 1500 万人。可见在不远的将来，恶性肿瘤将成为人类健康的第一杀手。但令人欣慰的是，同时该报告也提供了确切证据表明，多达三分之一的恶性肿瘤是可以预防的，三分之一的恶性肿瘤如能早期诊断是可以治愈的，三分之一的恶性肿瘤是可以减轻痛苦，延长生命的。大量的临床病例也显示，大部分患者死于对肿瘤的恐惧与绝望以及不恰当的治疗方法。由此可见，如何增强战胜病魔的信心，选择正确的治疗方法是肿瘤患者的当务之急。

治疗肿瘤，很多人走过太多太多的弯路，虽然当今肿瘤的诊断和治疗水平正在突飞猛进地发展，使得越来越多的肿瘤患者走向康复，但是不可否认，目前仍存在着过度治疗的问题。许多医院和医师在治疗过程中把检测数字看得过分重要，例如，肿瘤标记物高就用大剂量化疗药物，化疗后白细胞低再用粒系集落刺激因子，红细胞低用促红细胞生成素，孰不知整个人体的免疫力不可能在短时间内快速恢复，恢复的可能仅仅是数字而已。有时为了达到化验单上数字的正常，为了

达到把癌细胞斩草除根的效果，不惜以频繁的手术、放疗、化疗等方法，以损害患者宝贵的免疫能力为代价，生命不息，化疗不止，但结果却适得其反。

不知有多少癌症患者长期忍受着一次又一次化疗、放疗毒性反应带来的痛苦和折磨？有多少癌症患者在临终前浑身插管、体无完肤、面目全非？有多少癌症患者躺在手术台上或骨髓移植仓里没有重新再站起来？有多少癌症患者的家庭落下人财两空，家破人亡的凄惨下场？这与医师追求提高生活质量，延长生命的目标相差太远。癌症患者也需要有尊严的活着！

患了癌症是不幸的，但出生在中国又是幸运的，因为我们不但有西医，还有自己的医学——中医。中医药具有三千多年的历史，是我国的瑰宝，是中华民族的骄傲，有着自己独特的辨证思维和治病理念。在治疗肿瘤方面，中医有着数千年临床积淀的宝贵经验，疗效可靠，不良反应小，花费少。其配合西医治疗能够显著增强疗效，提高生活质量，延长患者生命。在癌症的治疗上，西医的终点，可能就是中医的起点。

中医讲哲学，治病的人，从宏观整体全面地考虑；西医重科学，治人的病，从微观局部单一地考虑。笔者不否认西医手术和放化疗对肿瘤治疗的效果。早期诊断的初治患者只要身体状态允许，都会建议配合手术或放化疗，但是过度地手术或放化疗，过分强调数字理想就是过犹不及了。在中西医结合的问题上，笔者强调治标以西医为主，治本以中医为主，中西医结合，标本兼治，这才是治疗肿瘤的正确方法。

在中西医结合的前提下，扶正祛邪，标本兼治是目前治疗肿瘤最为合理的方法，但是，肿瘤毕竟是疑难重病，单纯用药物来治疗显然是势单力薄，如果能够再配合合理的饮食调理、体育锻炼、心理疗法，那么，治疗方案将会更加完美。从成功治愈的患者来看，大多是按时用药，合理锻炼，心胸开朗，饮食规律的。治疗肿瘤，在注重扶正祛邪、标本兼治的同时，非常重视饮食、心理和体育锻炼等自然疗法。这就是笔者治疗肿瘤首次倡导的“四疗法”，为肿瘤防治方法的最新诠释。

人体正常细胞的生长有一个“自杀程序”，当长大到一定程度，就逐渐走向衰老、凋亡。当这种“自杀程序”受到破坏，细胞无限度长大却不凋亡时，原本正常的细胞就变成了癌细胞，形成肿瘤。肿瘤患者本身有免疫缺陷，无法识别和

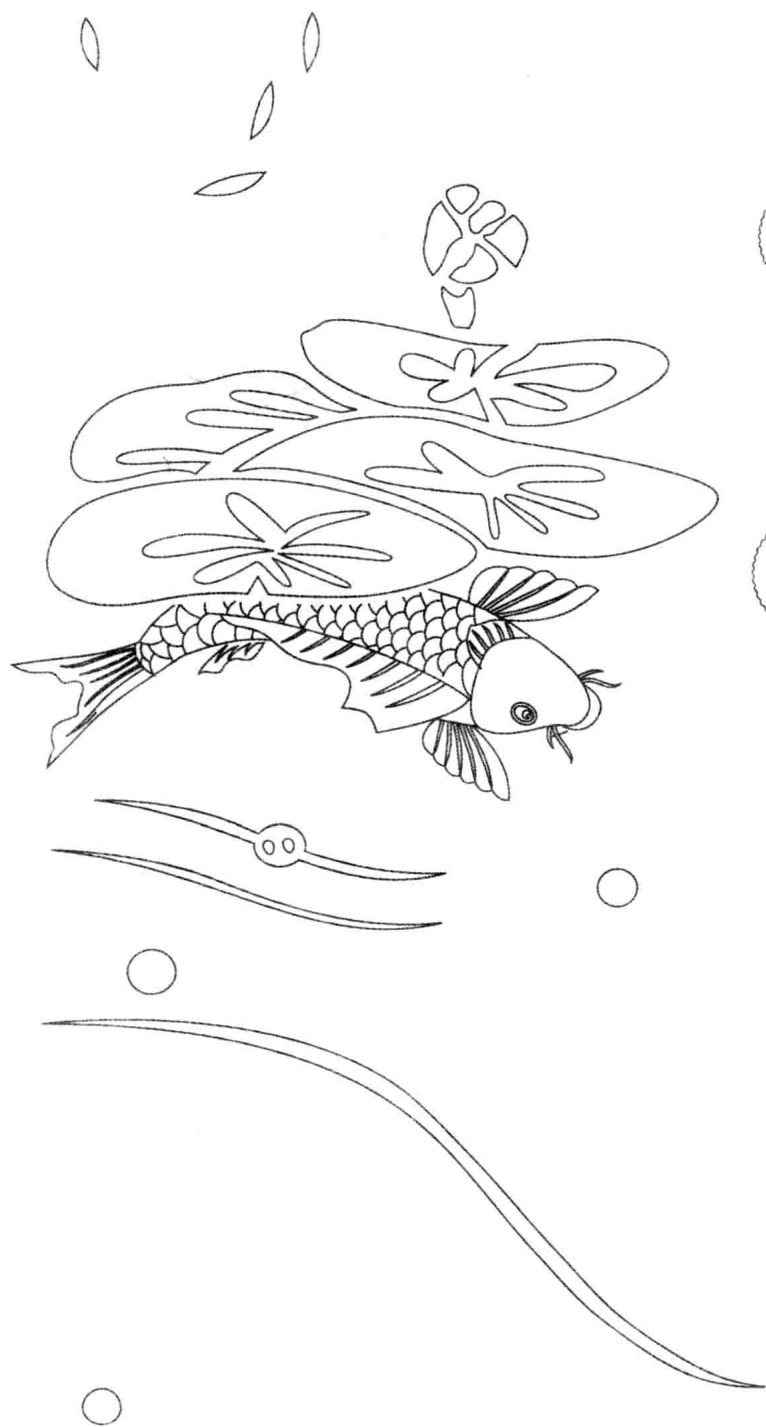


消灭这些癌细胞。中医治癌的原理，一方面运用中药调理综合提高人体免疫力，有效识别和杀灭癌细胞；一方面引入抗癌药物帮助杀死癌细胞。患者体内抗癌和致癌的力量达到平衡时，就会出现人瘤长期共存，而患者生存质量提高的现象。

本书会以最通俗的语言，最生动的实例，告诉大家，癌症不等于死亡，癌症仅是一种慢性病，与其同归于尽，不如带瘤生存。

患者朋友们，生命若在心中，那么希望就在脚下。





预

防

篇





## 第 1 章 肿瘤基础知识

### 1. 肿瘤是什么？

肿瘤，顾名思义就是肿块，是因为体内某些细胞在生长过程中，在各种非正常因素的作用下发生了改变，导致肆意地生长而形成的新生物。这种新生物常常会在身体局部形成肿块，因而叫做肿瘤。根据肿瘤生长的特点和对人体的危害程度，分为良性肿瘤和恶性肿瘤。

### 2. 如何区别肿瘤良性与恶性？

良性肿瘤生长缓慢，与人体正常组织界限清楚，细胞分化程度高，长的和正常细胞差不多，一般不会对人体产生危害，故应该以保守治疗为主。如果良性肿瘤体积过大，或者对人体产生压迫，形成不适，也可以手术切除，手术切除后多不复发，也不转移。

恶性肿瘤生长迅速，常侵犯蔓延到周边组织，可转移到身上其他部位，破坏人体正常器官结构，使人体功能失调，细胞分化程度低，和正常细胞差距较大，对人体危害性大，治疗后容易复发。同样是肿瘤，一字之差，却有天渊之别，所以不要一听说是肿瘤就害怕，很多良性肿瘤对人体不会产生很大的影响。

### 3. 良性肿瘤会变成癌吗？

良性肿瘤，如子宫肌瘤、乳腺纤维瘤，有发生癌变的可能，但这种癌变的危险性很小，如子宫肌瘤发生恶变的概率仅为 0.41%。所以，如果做好预防工作，早检查，早治疗，就完全可以将某些良性肿瘤恶变的可能性降低到基本不可能。如果良性肿瘤在短时间内迅速增大或异样改变，如出血、坏死等，就应该警惕有