

KANGAIDUICE

kangai duice

抗癌 对策

□廖遇平 著 □胡自省 审



 湖南科学技术出版社

抗癌 对策

廖遇平 著 胡自省 审



 湖南科学技术出版社

抗 癌 对 策

著 者:廖遇平

审 者:胡自省

责任编辑:鲍晓昕

出版发行:湖南科学技术出版社

社 址:长沙市展览馆路 66 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系:本社直销科 0731—4441720

印 刷:湖南益阳人民印刷有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址:益阳市五一东路 268 号

邮 编:413001

经 销:湖南省新华书店

出版日期:2000 年 4 月第 1 版第 1 次

开 本:787mm×1092mm 1/32

印 张:5.5

字 数:118000

印 数:1~5060

书 号:ISBN 7-5357-2964-9/R·616

定 价:8.50 元

(版权所有·翻印必究)

序

□湛忠友

癌症,又称恶性肿瘤,是一种常见病、多发病。有关资料表明,我国每年约有 130 万人,即每分钟就有 2.5 人死于癌症,占同期死亡人数的 1/4。我国每年新发癌症病人约有 160 万~200 万人,相当于每分钟就有 4 个以上的家庭受到癌症的危害,且人数比例还在上升。不少人谈癌色变。

那么,有人会问,癌症能预防、能治愈吗?哪些癌症可以预防?哪些癌症可以治愈?又有哪些癌症可以延长生命呢?世界卫生组织提出:1/3 的癌症可以预防,1/3 的癌症可以治愈,1/3 的癌症可以延长生命。进而言之,癌症如何预防?如何治疗?如何延长生命而又减少痛苦呢?这些问题,一些非肿瘤专科医院的医护人员都未必能谈得清楚,道得明白,更何况完全没有医学知识的病人或社会人群呢?

因此,我曾想,如有一本关于癌症的科普读物,通俗易懂地阐述上述问题,让更多的人了解癌症并不可怕,而且可防可治的道理,那岂不是癌症患者及其家属和全社会的一种福音吗!

这种期望终于如愿以偿。大学毕业后一直从事肿瘤防治工作,有着 20 多年的临床经验,现任湖南省肿瘤医院放疗科主任医师的廖遇平同志,撰写了《抗癌对策》一书,奉献读者。本书从“螃蟹”谈起,以“癞蛤蟆”结束,通篇以轻松、形象、幽默,乃至略带夸张的语言,将癌症的发生、发展、治疗、转归、预防,这样一个

科学而严肃的问题,由浅入深,以小见大地展现在读者面前。本书解答了癌症患者、家属、社会人群对癌症所关心的问题,对人们的恐癌心理,无疑是一种冰释,也为病人树立信心,从而战胜癌魔起到了积极的作用。

本书不仅适宜癌症患者、家属、社会人群品味,甚至对医院的医护人员,也不失为可读的科普著作。

我相信,这本书会给您带来希望,带来健康,带来幸福。

前 言

□廖遇平

作为一名肿瘤医院临床医生,我在日常工作中经常碰到癌症患者及家属提出许多有关癌症的问题,他们对癌症十分恐惧,对癌症能否治愈持怀疑态度,缺乏应有的信心,他们在矛盾中、痛苦中挣扎。我也曾多次在病室组织病人及陪人讲解癌症有关知识,对他们提出的问题进行细致的解答。病友对战胜癌症知识的渴望使我萌发了写一本关于癌症科普读物的构想,以便人们能更加方便,更加系统地了解关于癌症的知识。但真正写起来就不好下笔了,一本好的医学科普读物,要讲究科学性、先进性,但更重要的是要求通俗易懂,富有趣味性和逻辑性,兼顾二者,难度很大,专业上一个普通概念,通俗解释就成了一段文章。真有笨嘴拙舌,怎么也说不清的感觉。但想起众多迫切希望了解癌症知识的读者,在恩师胡自省教授鼓励下,我终于完成了这部浅作,愿它能有益于广大读者。

在我看来,癌症治疗失败的原因中,部分是吓死的,听到自己患了癌症,即使是铮铮铁汉也似被癌魔消魂勾魄似的,吃不下饭,睡不着觉,人慢慢地消瘦,精神极度紧张。有些病人表面上镇静自若,实际上情绪非常压抑,病人和陪人互相隐瞒,自欺欺人,身体的生理功能处于一种持续的应激状态,要知道人体就像一台机器一样,哪能24小时不停地转动呢?至于癌症一经确诊后,告不告诉患者真实情况,即使是英国、美国也存在着不同的

看法,问题不是告不告诉患者,而是什么时候、以什么方式告诉的问题,本书所介绍的情绪与癌症,靠自己战胜自己等内容,就是告诉病人,不要被癌魔吓倒,对待癌魔只能是魔高一尺,道高一丈。

未能得到合理治疗是癌症治疗失败的另一原因,这将涉及到医疗条件、技术、医务人员的责任感及经济条件等诸多问题,但也不是多花钱就能治好病,本书对目前的癌症治疗方法进行了比较。手术、放疗、化疗仍然是癌症治疗的三大法宝,并提出合理的综合治疗,慎用激素,合理消炎,避免不必要的输血,治疗期间的医患合作,治疗后的康复,包括饮食与癌症,食物与忌口,癌症病人的婚育性生活,癌症病人的营养,提倡除稗施肥。对气功疗法的作用既不夸大,也不否认,有些病人长期自服一些清热解毒的中草药,可以收到少花钱治好病的效果。

不可否认,在癌症治疗失败的病例中,有一部分是目前医学尚难解决的问题,但当代科学技术的发展日新月异,基础研究阐述了正常细胞在致癌因素作用下发生癌变,癌细胞在基因调控下转变为正常细胞的机制,正常细胞含有癌基因,或称原癌基因及抗癌基因,人体内存在有 10^{14} 个潜在致癌的癌细胞,但令癌症患者鼓舞的是有些确诊的癌症能够自然消退,而且,当今治疗手段不断增多,观念在不断更新,疗效不断提高,特别是基因治疗、生物导弹、癌苗、血管疗法等等令您耳目一新。

癌症不仅是治愈的,而且也可预防,看看你的手、足就可诊断癌症,这是作者根据癌症特点的推测,但只要你懂得一些癌的信号,癌前病变,远处效应的知识,总会找到一些蛛丝马迹来,了解癌症的病因,避免生活中的致癌因素,注意饮食,控制吸烟,预防艾滋病,注意自我检查等等,对预防癌症也是非常重要的。

本书曾取名为《癌魔趣谈》，我的一位朋友认为，“癌魔”一词太恐怖了，而且人们最感兴趣的是对付癌症的办法，从癌症的诊断、治疗到护理、康复和预防，从目前世界上最新的研究到未来几十年后癌症治疗的预测，自始至终围绕着人们制服癌症的对策这一热门话题讨论，遂定名《抗癌对策》。

作者从螃蟹谈起，以癞蛤蟆结束，形象地比喻横行螃蟹似的癌魔如何变得像癞蛤蟆一样温顺，并且大胆地预测，癌症研究在30年以后将完全突破，现今强烈的、残忍的手术，放疗、化疗将退出癌症治疗的历史舞台。回顾19世纪的痨病像魔鬼一样夺去了无数人的生命，直到其罪魁祸首结核杆菌的真实面目为人们所识破，治疗就变得容易了。今天的癌魔貌似凶残，只要搞清楚癌细胞基因的缺陷，癌症必将乖乖地被人类所制服。

值得提出的是，科普著作仍不同于专业著作，对论点、论据、论证的要求，不可能那么严格，书中介绍的某些实例，有些也未进行详细的考证，请读者客观辩证地看待，避免产生误导，加之时间仓促，科普读物的写作经验不足，缺点错误难免，敬希多多批评指正。

本书的写作得到席许平、周晓、唐续国等同志的支持，并提供了许多宝贵意见，在此致以衷心的感谢。

目 录

从螃蟹谈起	1
癌的本质	2
改邪归正	5
神秘的自然消退	6
癌因	9
给癌症取名	14
蛛丝马迹	16
癌前病变	18
远处效应	19
土壤和种子	22
不要被吓倒	25
靠自己战胜自己	28
三大法宝	31
第四模式	34
漫谈传统医学治癌	38
气功疗法	43
基因与癌症	47
癌的血管	51
凋亡与癌细胞自杀	53
魔弹	55
以癌治癌	57
介入与栓塞	60

化疗抗癌原理	62
新辅助化疗	64
放疗抗癌机制	65
放疗与手术的并用	68
癌症的综合治疗	72
伽马刀和爱克斯刀	75
适形与调强放疗	77
后装	79
分次放疗的奥秘	82
高温治癌	84
放疗机器	88
红框框	95
放疗中的医患合作	97
除稗施肥	100
慎用激素药物	103
合理消炎	104
避免不必要的输血	108
带瘤生存	110
癌症止痛三阶梯	111
食物与癌症	114
“发物”与忌口	120
癌症通常不会传染	123
癌症病人的婚、育、性生活	125
癌症与护理	128
吸烟有害	133
艾滋病与癌症	137
康复	140
抗癌教育	146
职业防护	151
美国人防癌十法	153

谁将成为“金人”得主	154
癌症治疗的未来	156
癞蛤蟆病	162

从螃蟹谈起

要了解抗癌对策,首先必须了解什么是癌症?了解目前人们对癌的基础研究、诊断、治疗和预防的有关常识。让我们从癌症一词谈起。

有一天,一位商人(童年时的朋友)光临寒舍,见到许多的书刊杂志上,甚至一封发自国外的邀请信上,都印有一个螃蟹模样的标记,他不解其意,问道:“你是否在研究螃蟹?”

我说:“是也。”

他又问:“你不是肿瘤放疗医生吗?怎么研究起螃蟹来了,改行了吗?”答曰:“非也,暂时还不会改行。”其实我内心真希望有这么一天会改行,准确地说有一天会失业,世界上很少有人希望自己失业,但我却希望自己早点失业,而且从事我们这种职业的人迟早有一天会失业。因为癌症的研究迟早会突破,一旦突破,癌症治疗就很容易了,不必像现在这样用手术、放射线、化学药物强烈的、残忍的治疗手段。我希望这一天早点到来,癌症病人也是盼望着这一天。

他说:“我还是没有弄懂,螃蟹和癌症有什么关系。”

我进一步解释说:“癌”的英文是 cancer,在西方国家,cancer一词出现较 medicine(医学)为早。Carcinoma 这个名词是从拉丁语中 karkinos 一词演变而来,意思是螃蟹 crab,选用该词作为癌的代号,形象地描绘了癌肿易浸润转移,类似螃蟹的行为。”螃蟹走起路来横着走,“横行霸道”,八条腿和一对剪刀样的牙齿,就像癌肿向四面八方侵蚀,无坚不摧,而且当人们想象它那张牙舞

爪的样子,确实有点毛骨悚然,难怪与肿瘤有关的学会徽章及杂志标志均喜欢采用螃蟹。

为什么又把癌症称作癌魔呢?朋友又问。

我进一步解释说,癌症真的像魔鬼一样,以其狰狞的面目和残暴的手段,夺去了千千万万人的生命,很多病人实际上是被癌魔吓死的,其实癌魔不用怕,你只要不怕死,正确对待自己的病,现在的治疗方法多着呢!真所谓魔高一尺,道高一丈。朋友连连称“妙哉!”

“癌症是从国外开始研究的吗?”他又问。

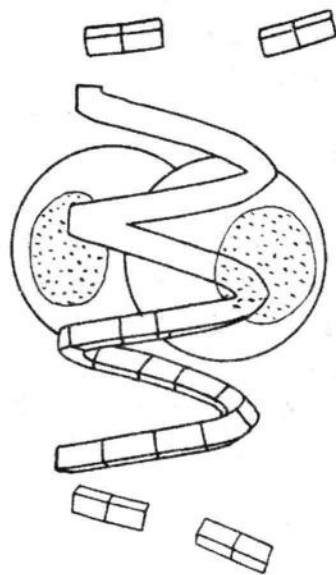
我说:“不一定。我国‘癌’字最早见于1171年东轩居士所著《卫济宝书》中,当时不一定指癌症,而较明确的癌症记载,古代常用‘岩’,如‘乳岩’(乳腺癌)形象地描述乳癌肿块质地坚硬如岩石一般。”中国古代记录证明癌症对人类的威胁古已有之,只不过近代急性传染病发病率降低,战争、饥荒、天灾人祸等死亡因素的减少,工业发展引起的污染,以及人们平均寿命大大延长,癌症危害程度就相对显得增加了。

癌 的 本 质

癌细胞的恶性在于它具有人体无法控制的无限增殖分化能力。一方面,无限增殖的癌细胞数目急剧增加,需要不断地向四周扩张,抢占地盘,医学上叫直接蔓延侵犯,另一方面它的后代完全不同于原来的组织细胞,而且分化越差,恶性就越高。这种癌细胞疯狂地掠夺人体营养物质,分泌毒素、释放某些有利于它扩张的物质,造成邻近组织器官的破坏,所到之处,无坚不摧。

更可恶的是癌块周围的一些癌细胞活跃分子还可通过淋巴管道或血管转移到其他组织器官,另起炉灶,对人体造成广泛的破坏,难怪人们谈癌色变。

癌细胞究竟是从哪里来的?几乎所有的病人都对这个问题感兴趣。特别是那些既往健康,从不打针吃药的癌症病人,对自己患有癌症持怀疑态度,癌细胞是从哪里来的。回答这一个问题还得从细胞学说起。



众所周知,组成人体的最基本单位是细胞。一切生命体最基本的属性——新陈代谢和生殖繁衍是通过细胞来完成的。细胞的自我复制过程又称为分裂,一个分成二个,二个分成四个,如此进行。所复制的细胞与原细胞有极为相似的结构形态,细胞的这种复制繁衍受到人体的控制,服从整体的需要。当个体发育成熟后,只有在耗损大的器官和组织,如造血组织、上皮基底层等处的细胞仍保持着旺盛的分裂活动,而其他组织细胞的分裂只有在特殊情况下才出现,就是说人体细胞的增殖分裂是提倡计划生育的。

这里举个简单的例子,如果你的手不慎被割伤,伤口两边皮肤的上皮细胞自动分裂增殖,只要伤口未愈合,其旺盛的增殖就不会停止,一直到伤口长好,但在伤口长好后就自动静止下来。机体细胞就是这样呈现着严格的受控现象。换句话说,每个细

胞都有自己的特定程序,由此决定它们该如何生长以及起什么作用。正常细胞在分裂时遵循其设定好的程序,一旦机体需要,新的细胞就一分为二,变成二个新的细胞。

癌变的细胞就不同了,癌细胞复制繁衍控制程序出了问题,陷入了一种“无政府主义”状态,不管人体是否需要,毫无节制地生长分裂。这种疯狂地、无节制的分裂复制的癌细胞,不仅不能执行正常生理功能,而且还大量消耗人体的营养,侵犯周围正常组织细胞,甚至转移到远处组织继续其恶性增殖和破坏行为。癌变细胞异常增殖和分化,堆积形成一个赘生物,就是我们平时见到的癌症肿块。

至于引起正常细胞癌变的过程,有些学者提出二阶段假说。

根据这一假说,在癌变的第一阶段,一个正常细胞在致癌物质的作用下形成癌细胞,这个癌细胞已具有发展成癌的大部分或全部特性,癌变的这一阶段称为起始阶段;

第一个癌细胞在相当长的时间内保持潜伏状态,以后在某种致癌、促癌因素作用下,经过数量增加而成为癌,癌症的这一个阶段称为促进阶段;

但这种设想缺少细胞分子水平的基础,实际上癌变是由一个暂变到骤变、由量变到质变的持续过程。癌细胞和正常细胞有着本质的区别。

近年来,科学家们提出了一种新的理论——端粒酶理论,这一理论认为:细胞染色体末端有一段脱氧核糖核酸,被称为端粒,细胞分裂一次,端粒就缩短一点,直至分裂耗尽衰亡。癌细胞有端粒酶保护,分裂时不受损耗,从而具有无限增殖能力。

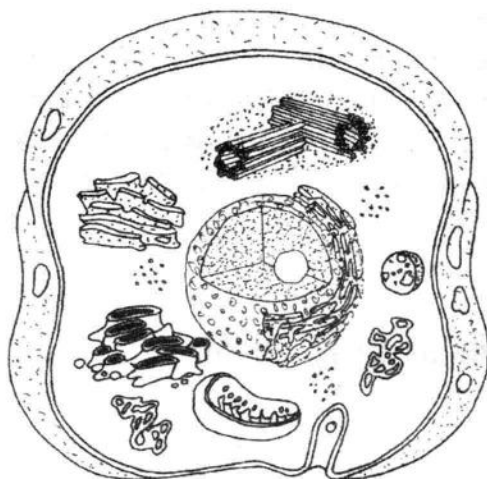
总之,科学家对癌症发生的机制假说归纳为提出了四种假说:免疫监视学说、细胞反分化学说、幼稚细胞分化受阻学说及基因突变说。基因突变学说是最热门的研究课题。癌细胞增殖

如何丧失调控,变成无限增殖的癌细胞,是一种涉及众多基因调控发生改变的变化过程。

改邪归正

上一章我们已经谈到了癌的本质问题,正常细胞转变为癌细胞已不难理解,问题是凶狠的癌细胞能不能发生逆转、癌块自行消退呢?就像化学方程式的平衡一样,改变条件使癌细胞逆转成正常细胞呢?让我们进行这样一个大胆的设计:

正常细胞 $\xrightleftharpoons[\text{基因调控}]{\text{异常增殖、分化}}$ 癌细胞



细胞——组成人体最基本单位

问题是提出来了,我们得来分析一下发生逆转的条件。

1. 细胞癌变后,癌细胞增殖产生的后裔仍然是癌细胞,“龙生龙、凤生凤”,这证明癌变是癌细胞发生了遗传性能的改变过程。

2. 从病理角度看,癌细胞是异常细胞,但仍具有细胞的某些特点。

3.从单细胞与整体关系来说,癌细胞则是失掉了整体的控制,恢复成自由增殖细胞。然而它毕竟又与祖先单细胞不同,癌细胞依赖于个体而存在,类似寄生细胞,但它却来源于机体自身,不能离开机体独立生存,能无限增殖到杀死个体,却又与机体共消亡,这就提示机体还是存在着制约癌生长的因素。

4.每个人体细胞都可能发生癌变,癌变的细胞又有着共同的性状,有人认为癌细胞是原始状的再现,而不是一种获得新性状的细胞或新品系的细胞。

令人鼓舞的是,近年来的研究发现,人体内存在着癌基因和抑癌基因,正常细胞增殖的调控信号大体上可分为两大类:即促进细胞进入增殖周期并阻止其分化的正信号,及抑制细胞进入增殖周期并促其分化的负信号。细胞内的癌基因和抑癌基因对细胞生长发育以及终末分化起着这样的正、负调控作用,即负性调节细胞增殖和正性调节细胞分化。

临床上的情况又是怎样的呢?证实为癌症而未经治疗、自然消退的例子不胜枚举,以下的章节我们会详细讨论癌细胞为什么会自然消退及有关癌细胞变成正常细胞、改邪归正的问题。这种现象现在可用基因调控来解释,因此癌细胞改邪归正转变为正常细胞是完全可能的。

神秘的自然消退

上一章我们已经谈到了癌细胞可以改邪归正,转变为正常细胞。现在有个误区,病理组织学切片证实为癌症的病人,经放疗或化疗后,癌症完全消退痊愈,病人往往认为自己不是癌症,