

癌症

医学专家的忠告

的初期 警告 及防治

王建璋 周际昌 余子豪 李慎仪 主编

知识出版社

癌症



医学专家的忠告



癌症的初期警号及防治

(修订版)

王建璋 周际昌 编
余子豪 李慎仪 主

知识出版社

图书在版编目(CIP)数据

癌症的初期警号及防治/王建璋等主编. - 2版. - 北京:知识出版社,2000.1

ISBN 7-5015-2339-8

I. 癌… II. 王… III. ①癌-预防(卫生)-基本知识②癌-诊疗-基本知识 IV. R730.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 41540 号

责任编辑:沈素敏(初版)

刘正萍(修订版)

封面设计:刘家峰

责任印制:张京华

知识出版社出版发行

(100037 北京阜成门北大街 17 号 电话:68343259)

河北省固安县印刷厂印刷 新华书店经销

1992 年 5 月第 1 版 2000 年 1 月第 2 版 2000 年 1 月第 2 次印刷

开本:850 毫米×1168 毫米 1/32 印张:10.875

字数:175 千字 印数:6601-11601 册

定价:17.00 元

本书如有印装质量问题,可与出版社联系调换。



前

QIAN

言

YAN



11

医疗保健是永恒的话题,特别是在改革开放的今天,随着人们生活水平的日益提高和生活节奏的加快,人们越来越关心自己的健康,越来越希望了解保健知识。目前,这方面的图书虽然已经不少,但真正由医学专家撰写的、有一定权威性的、科学性较强的、知识较新较全面的、通俗易懂的医学科普类图书还不多,这也正是广大读者所需要的。另一方面,一些常见病,如高血压、糖尿病等发病率越来越高。因此,我们策划了《医学专家的忠告》这套丛书,以满足广大读者的需求。首批 10 册,每册以一种常见病的防治知识或一个保健知识主题为内容,每册 10 万字左右。

本书的特色是:(1)每册书的作者均由这方面的有关专家担任,既体现了本书的权威性,又保证了内容的科学性。(2)本书的读者对象为希望了解保健知识的普通读者,所以撰文特别强调了通俗易懂,尽量少用医学名词术语,必须要用术语表述时,要做解释,使广大读者看得懂,用得上;对广大读者的医疗保健确实起到指导作用。(3)本书为读者提供的知识量比较大,资料也比较新。医学专家用通俗易懂的语言深入浅出地表述出深奥的医学道理,不但告诉读者



应该怎么做,而且还告诉读者为什么这么做,使读者真正能学到较多较新的保健知识。

我们编辑此书是出于一个良好的愿望,但本丛书同广大读者见面后,读者朋友可能会在书中发现一些这样或那样的问题,我们期待广大读者的批评指正,以使本书达到更高的水平。

编 者

1999年10月





序 言

XU YAN

中国癌症研究基金会副主席兼理事长
全国肿瘤防治办公室顾问组组长 **李冰**
中国医学科学院肿瘤医院前任副院长

当今在控制癌症的策略中，很重要的内容之一是加强对癌症的宣传教育，即让广大医药卫生人员及人民群众了解有关癌症的科学知识，并引起他们的重视。就目前我国的医疗水平来说，早期和较早期的癌症患者经治疗之后，大部分患者可以治愈，晚期患者的疗效较差，所以要提高疗效，就必须早期发现、早期诊断。要早期发现和诊断，其重要方法就是要让大家知道癌症的初期警号（即早期的症状），并对此提高警惕，尽早到医院进行检查。为了早期发现癌症病人，在有条件的地方，可以定期进行癌症的初筛普查，在某种癌症的高危人群中定期检查身体。如果采用有效的初筛和早诊的方法，即积极开展二级预防，有利于早期治疗，可收到良好疗效。

关于癌症的病因，国内外经过几十年的研究，已初步了解其发生发展的规律。世界卫生组织于1981年曾提出：“约1/3癌症是可以预防的；约1/3癌症，通过早



发现、早诊断、早治疗是可以治愈的；还有 1/3 通过适当的治疗可以延长生存时间，提高生活质量。”这一目标，在我国的一些地区经过努力是可以达到的。我国常见癌症中，胃癌、食管癌、肝癌和肺癌占了很大比重。它们的发生与我们的生活习惯和饮食习惯有密切关系。具体地说，如果我们注意饮食上的卫生习惯，尽量避免食用腐烂变质和霉菌污染的食品，不吃或少吃腌制和烟熏的食品，注意口腔卫生，防止肝炎传播，多吃新鲜蔬菜与水果，就可能降低消化系统的主要癌症的发病率。经过几十年的生活习惯的改变，日本的胃癌发病与死亡率已有所下降，即是实例。

国内外近 30 多年来对吸烟的危害已做了深入的研究并得出结论，80% 以上肺癌的发生要归罪于吸烟，而其他 1/3 的癌症的发生也与吸烟有关。我国解放以来，居民吸烟率很高，30 岁以上的男性吸烟率高达 70%，而青年吸烟率亦日趋升高，这预示着我国在不久的将来，肺癌等癌症将会越来越多。目前我国大中城市的肺癌发病率已在全部癌症中占首位。吸烟可引起癌症、脑卒中(中风)、冠心病和慢性阻塞性肺病。因此，要大力宣传戒烟，以降低我国肺癌等癌症的发病率。

本书的作者是癌症专科医院中工作了几十年的





有经验的主任医师和副主任医师，他们尽量用简单易懂的字句，扼要地阐述有关癌症的病因、病理、初期警号(早期症状)、诊断和检查、治疗原则、癌症的概念和预防的知识等。这本书可供广大人民群众参阅，以提高对癌症的认识水平，可作为健康宣传教育的材料，使广大群众提高警惕，共同为达到“三早”(早期发现、早期诊断、早期治疗)和降低死亡率的目的而努力。这本书对我国基层的医务人员，也起着交流心得和经验的作用。

一九九一年七月三十日

序
言





目

MU

录

LU

1	◇序 言
1	◇第 1 章 癌症概述
3	◆第一节 癌症的概念
5	◆第二节 癌症的病因
9	◆第三节 癌症由何而来
12	◆第四节 癌症的流行情况
14	◆第五节 如何对待癌症
19	◇第 2 章 癌症的预防
21	◆第一节 预防癌症的重要性和可能性
23	◆第二节 戒烟
28	◆第三节 控酒
31	◆第四节 不吃霉菌污染的食品
37	◆第五节 注意饮水卫生
40	◆第六节 营养合理搭配,不吃过多的脂肪
48	◆第七节 改进食物烹调方法和不良饮食习惯
52	◆第八节 选择健康装修材料和合格建筑材料
58	◆第九节 厨房中的防癌问题
61	◆第十节 避免接触职业致癌因素
63	◆第十一节 消除环境污染



- | | |
|-----|--------------------|
| 68 | ◆第十二节 保持乐观情绪 |
| 72 | ◆第十三节 癌症的危险信号和癌前疾病 |
| 76 | ◆第十四节 常见癌症的高危人群 |
| 78 | ◆第十五节 癌的早期发现与初筛普查 |
| 89 | ◆第3章 消化系癌症 |
| 91 | ◆第一节 食管癌 |
| 97 | ◆第二节 贲门癌 |
| 106 | ◆第三节 胃癌 |
| 116 | ◆第四节 肝癌 |
| 125 | ◆第五节 胰腺癌 |
| 132 | ◆第六节 大肠癌 |
| 141 | ◆第4章 呼吸系癌症 |
| 143 | ◆第一节 鼻腔癌 |
| 147 | ◆第二节 喉癌 |
| 154 | ◆第三节 肺癌 |
| 169 | ◆第5章 头颈部癌症 |
| 171 | ◆第一节 舌癌 |
| 173 | ◆第二节 唇癌 |
| 176 | ◆第三节 颊黏膜癌 |
| 179 | ◆第四节 齿龈癌 |
| 181 | ◆第五节 扁桃体癌 |
| 186 | ◆第六节 上颌窦癌 |
| 191 | ◆第七节 鼻咽癌 |
| 200 | ◆第八节 喉咽癌 |
| 202 | ◆第九节 甲状腺癌 |
| 207 | ◆第十节 颅内肿瘤 |





- 215 ◆第6章 妇科癌症
- 217 ◆第一节 宫颈癌
- 227 ◆第二节 宫体癌
- 232 ◆第三节 阴道癌
- 239 ◆第四节 外阴癌
- 243 ◆第五节 卵巢癌
- 251 ◆第六节 绒毛膜癌
- 259 ◆第7章 泌尿生殖系肿瘤
- 261 ◆第一节 肾癌
- 266 ◆第二节 肾盂癌
- 268 ◆第三节 膀胱癌
- 275 ◆第四节 前列腺癌
- 280 ◆第五节 阴茎癌
- 287 ◆第六节 睾丸肿瘤
- 293 ◆第8章 其他部位恶性肿瘤
- 295 ◆第一节 乳腺癌
- 301 ◆第二节 胸腺瘤
- 306 ◆第三节 恶性淋巴瘤
- 313 ◆第四节 恶性骨肿瘤
- 318 ◆第五节 多发性骨髓瘤
- 324 ◆第六节 软组织肉瘤
- 329 ◆第七节 恶性黑色素瘤
- 333 ◆第八节 皮肤癌



第 1 章

癌症概述



第一节 癌症的概念

平素人们提到的“癌症”这个词，在医学上的含义是恶性肿瘤的总称。“癌”的确切含义是来自上皮组织的恶性肿瘤如肺癌、食管癌、乳腺癌、胃癌、结肠癌、直肠癌、卵巢癌、宫颈癌、皮肤癌等。而来自间叶组织如肌肉、骨、血管、淋巴等的恶性肿瘤则称“肉瘤”，如横纹肌肉瘤、平滑肌肉瘤、骨肉瘤、淋巴肉瘤等。癌和肉瘤都属恶性肿瘤。因此从概念上应明确恶性肿瘤(Malignant tumor)包括癌(Carcinoma)和肉瘤(Sarcoma)。除了恶性肿瘤外，尚有种类繁多的良性肿瘤(Benign tumor)。因而，当人们提及肿瘤时，其概念应包括良性及恶性两大类，然后再详细分类。在日常生活中，人们常将“肿瘤”、“癌症”混为一谈。那么，究竟什么是癌症？即什么是恶性肿瘤呢？

恶性肿瘤是人体细胞在某些内在因素影响的基础上，加上外界物理性的、化学性的或生物性的刺激作用而产生的一群不随生理需要而自由发展的细胞集团。这些异常细胞不仅不具有正常细胞的功能，而且比正常组织增长快，从而损耗人体大量的营养，同时产生某些有害物质伤害人体。恶性肿瘤





以其特有的浸润性生长和通过血道、淋巴转移的恶性生物学行为损害重要脏器，甚至使人致命。

癌症(恶性肿瘤)的恶性细胞实际上是一种脆弱的、结构混乱的细胞。癌症是由一个含有错误遗传信息的细胞开始的。它之所以含有错误的遗传信息是因为它曾接触过有害的物质或化学药物，或由于其他外因受到了损害，也可能是因为在不断产生亿万细胞时，机体偶尔会制造出一个有缺陷的细胞。如果这个细胞繁殖出另一些含有同样错误遗传信息的细胞，那么由这些细胞组成的一个肿瘤便开始形成。然而，在正常情况下机体的防御机构即免疫系统会认出(也叫识别)这些异常细胞，并加以摧毁或至少将它们包围起来，阻止其蔓延。癌症的恶性细胞含有错误的遗传信息因而不能完成其应有的功能。平素在正常细胞之间本来有一种信息交换使它们不会繁殖过度，即细胞之间彼此联系协调繁殖生长。然而癌症的恶性细胞结构非常混乱，它们对周围正常细胞的信息毫无反应，肆无忌惮地异常繁殖起来。如果它们未被机体摧毁，则肿瘤迅速增大，并可压迫邻近器官或以癌症的恶性细胞取代器官内的大量正常细胞，而开始损害器官的功能。此外，这些恶性细胞有时可从瘤块上脱落下来，发生脏器种植或被运载到机体远隔部位，繁殖成新的肿瘤，称





为“转移”。

癌症既然具有上述异常生长繁殖及播散侵袭和远处转移的特点，那么自然对人类的威胁是很大的。在当今世界 50 亿人口中，每年患癌症而死亡的人约 700 万，占全部死因的 12% ~ 25%。癌症的发病和死亡年龄多在中年及老年。就全世界而言，癌在年轻人中的发病率有所上升。尤其是肺癌，近 20 年来死亡人数急剧上升。这一切正说明人类正面临着癌症的挑战。对此，除了成千上万的抗癌防癌专业人员的艰苦卓绝的奋战以外，也需要向亿万人民群众普及肿瘤防治知识，万众一心，锲而不舍，实现彻底战胜癌症的宏愿。

(李慎仪)

第二节 癌症的病因

癌症的病因至今尚未完全明了，目前多认为是多因素的。为了简洁和便于理解，可将癌症的病因分为两大方面，即外在因素和内在因素。

外在因素 可分为化学因素、物理因素和生物性因素等。

1. 化学因素：至今已发现数百种化学物质具有致癌作用，如 3、4-苯并芘，1、2、5、6 二苯并





葱，甲基胆葱苯，石腊油等都是多环碳氢化合物中具有致癌作用的物质。此外，偶氮染料(β -萘胺)可引起膀胱癌。无机物砷、石棉、铬、镍等都有不同程度的致癌作用。某些食物中含有亚硝胺类物质、霉菌毒素，也是致癌物。此外，据推测，体内固醇类物质(如性激素)在合成或代谢中亦可能转变成致癌物质。

2. 物理因素：日光与紫外线、部分纤维性物质(如石棉、玻璃丝)和电离辐射(γ 、X射线)等均有致癌作用。如长期暴露在强烈日光与紫外线照射中易致皮肤癌，大量吸入石棉等纤维性物质易导致肺或胸膜恶性肿瘤。而目前也已证实，电离辐射易引起皮肤癌、骨肉瘤、肺癌、白血病、甲状腺癌和恶性淋巴瘤等。电离辐射能引起癌变的机理，目前有3种看法：①电离辐射能引起人体的遗传信息物质如细胞核内DNA结构的改变。②射线可激活潜伏的致癌病毒。③射线可能激活被抑制的癌基因，从而发生癌症。

3. 生物性因素：多年来，一系列的研究发现寄生虫及病毒与癌症的发生有关。如中华分枝睾吸虫与肝癌及胆管细胞癌有关。目前，随着电子显微镜的应用和生物学的进展，已发现癌症与病毒有关。如1963年，学者曾发现在非洲赤道地区儿童常患的一

