



# 治疗肿瘤 别把中医当最后的

“救命稻草”

癌症已经成为我们每个人生活中都绕不开的话题!据了解,恶性肿瘤发病前5位分别是肺癌、结直肠癌、肝癌、乳腺癌和鼻咽癌,大概每3人中就有1人有患肿瘤的危险。万一查出癌症看西医还是看中医?手术、放疗、化疗“三板斧”之后,才找中医中药做“最后一根救命稻草”?人们对癌症防治有一肚子疑问,为此,本期特请中医肿瘤专家解答大家关心的问题。

## 把肿瘤看做“慢性病”就不可怕了

大多数人都是谈“癌”色变。中医肿瘤专家林丽珠教授说:“癌症并没有那么可怕,2004年WHO把癌症定义为‘可防可治’的慢性病。三分之一的癌症是可以预防的;三分之一的癌症是通过早发现、早诊断、早治疗治愈的;还有三分之一是通过姑息治疗来减轻病人的痛苦,提高生活质量的。”

先来说说预防。对于我们个人来说,无法一下子改变空气质量和解决食品安全问题,但在降低我们自身患癌风险上仍大有可为。比如说,只要做到均衡饮食、适度运动、适当体重、良好心态,那我们患上恶性肿瘤的风险就可以减少60%~70%。这个数字相当可观吧!

在预防癌症上,有些人也易陷入误区。有的觉得要均衡饮食很难,好像只有营养师才能搞得懂。其实不然,林丽珠教授说,现代人饮食的主要问题是吃得太多、太好,特别是肥腻的食物摄入过多,肠癌、乳腺癌都与这有关。要做到均衡饮食并不难,少吃油炸、高热量的食物,多吃新鲜食物,每周有一天尝试素食,饮食结构就会理想很多。还有的人一说防癌,就总是问医生吃什么防癌,其实有个好心态也非常重要。《黄帝内经》中就说“恬淡虚无,真气从之;精神内守,病安从来”。也就是说,我们的内心能够保持平静,包括癌症在内的各种疾病都会远离我们。

关于癌症的早期发现,林丽珠教授强烈建议人们每年做一次体检,这是一个回报率相当高的投资。体检不意味着一定要做全套的、高端的项目,选择一些合适的项目就能起到事半功倍的效果,比如说肺部拍个X光片,做个乳腺B超、肝部B超等,都是有必要的。

为何说癌症是慢性病?绝大多数肿瘤都不是“突然”冒出来的,肿瘤的形成往往经历一个漫长的、逐渐演进的过程,平均为15~20年。林丽珠以胃癌为例说,很多人经常感到胃痛,其实就是慢性胃炎的问题,如果不管它,就可能发展为慢性萎缩性胃炎,随之就是慢性萎缩性胃炎肠化,再之后就可能发展为异型增生,最后成为胃癌。

## 别忽视癌前疾病(病变)把癌症扼杀在“摇篮”里

说到这里,就不能不说说癌前病变和癌前疾病了。林丽珠解释,人体上某些器官的一些良性病容易出现细胞异常增生,具有恶性变化倾向,这些异常增生具有癌变倾向的病变称为“癌前病变”。

常见的癌前病变有:黏膜白斑、慢性宫颈炎、纤维囊性乳腺病、结肠多发性息肉病、慢性胃溃疡和萎缩性胃炎、慢性胆囊炎合并胆石症、结节性肝硬化、皮肤慢性溃疡、子宫内膜和支气管黏膜等处上皮非典型增生等。癌前病变本身并非恶性,这种病变在某些因素作用下,很容易变为肿瘤,如宫颈(或其他部位)鳞状上皮中至重度不典型增生,如果不加以适当治疗,10年后,大约1/3的病人要发展为鳞状细胞癌。因此,对于宫颈的癌前病变要积极进行治疗。

癌前疾病是指某些具有明显癌变危险的疾病或有潜在致癌可能的疾病,如不及时治疗即有可能转变为癌或加重癌变的几率。如慢性乙型肝炎病毒感染是发生肝癌的一个重要发病因素,慢性萎缩性胃炎是胃癌的一个高危因素,如果这些疾病积极干预,则有减轻病人发生癌变的几率。

并非所有癌前疾病和病变都必然转变为癌,这还取决于很多因素。许多癌前疾病和癌前病变并没有明显的症状,往往是在体检时才被发现,这里再次提醒人们定期体检是非常重要的。如果在癌前病变或癌前疾病阶段,及时干预,可以大大减少肿瘤发生的几率。在癌前病变和癌前疾病这个环节的干预上,中医和西医都大有可为。

## 中药治疗不是肿瘤患者最后的“救命稻草”

治疗肿瘤到底是应该选择中医还是西医?这是许多刚拿到诊断书的患者常有的困惑。林丽珠说,肿瘤的治疗需要综合治疗,不同阶段、不同病情、不同的人需要不同的治疗方法,每一种治疗手段取长补短,全面结合起来,才能战胜肿瘤,取得更好的疗效。

她介绍,西医治疗,这些年发展起来方法有很多,手术、放疗、化疗、微创等等。对于大多数肿瘤患者如果是早期发现,并符合手术指征的,手术还是首选的治疗方案,但如果癌症在发现时就已经扩散,不适宜手术了,如果勉强手术,反而会给病人增加痛苦,甚至会缩短生命,这时可以选择其他的治疗手段。

“只有肿瘤到了晚期,西医搞不定了,才去找中医试一下”,这是许多人,包括医生都会有的认识上的误区。其实,中医的治疗可以贯穿在肿瘤治疗的全过程,一旦确诊,就可以找中医治疗。中药治疗不是最后的“救命草”,能早点运用中药治疗对于控制肿瘤、提高生存质量、延缓病情进展都很有好处。

中医对于肿瘤发展的各个阶段都有一定的治疗效果,早期抗复发转移,晚期延

长生命、减轻痛苦。对于接受手术、放化疗的病人来说,中医药早期干预的目的,除了减轻这些治疗的不良反应之外,在抗复发和转移方面也有作用,甚至在维持治疗阶段也有非常重要的作用。等肿瘤到晚期了,病人的身体情况都很差了,这个时候中医治疗也是杯水车薪,所起的作用就不大,甚至这个时候很多病人脾胃功能很差了,中药都吃不下了,所以治疗的作用也就有限了。中医也好,西医也好,能够给病人带来好处就是好的,两条腿走路总比一条腿走路强。

林丽珠提醒,肿瘤的治疗,无论是西医、中医,还是中西医结合,都需要个体化治疗。虽然都是肿瘤病人,但每一个人都是独特的,所以治疗上除了规范化、综合治疗之外,也需要讲究个体化治疗。这就是中医所讲的“因人制宜、因时而异、因地制宜”。例如现在的化疗方案,大部分是根据欧美人的体质来制定的,如果完全按照方案、用足剂量,很多中国人是受不了。因此,要进行调整,如分开使用、降低剂量使用等等,同时配合中医药治疗,患者的耐受性更好,而副作用较少。

### 特别提醒

## 千万别迷信“偏方”和“神医”

“医生,铁树、半枝莲、红豆杉、蛤蟆能不能抗肿瘤,我能不能吃……”看病的时候,经常有许多病人拿着坊间或网上的各种偏方、秘方过来咨询。也有病人放弃原来效果很不错的治疗,跑去吃偏方治病。曾经一个肝癌病人经过治疗效果不错,但听信某一位神医说能够治愈他的疾病,就跑去吃他的偏方一个月,结果整个人变得面黄肌瘦,回来重新检查,黄疸指数很高,肿瘤出现肺转移,大量的胸腔积液。那个方子居然有80来味药,几乎都是有毒的中药。

林丽珠说,在肿瘤治疗中,“有没有偏方、验方”,是病人问得最多的问题。其实,这是一个很大的误区。中医的精髓是“辨证论治”,所以可以肯定地讲“中医无偏方”,没有一个方子适合所用的病人,没有一个方子能解决任何问题。中药的处方一定是根据病情的变化不断调整的,如放疗期间,不适合大量“以毒攻毒”的中药,而是以“养阴清热”为主;化疗期间则偏重“补益脾胃”;放化疗结束后,处于稳定期的病人,在“扶正”的基础上,可以运用抗肿瘤的中药,以预防转移复发。用药完全需要根据病人的实际情况而定,“一张秘方包医到底”不合理,更不符合中医的辨证施治的宗旨。

还有一些所谓的“神医”看病后连药方都没有,称是秘方,不能外传,病人吃了什么都不知道,白白浪费了钱还是小事,耽误了病情,甚至由于药物的毒性带来了肾损伤、肝损伤,那就太不划算了。(陈辉)

