

微创,靶向,“不治”,内分泌治疗,中医药治疗……

# 对付肿瘤,试试新路子

健康讲堂

主讲人: 中华中医药学会肿瘤委员会常委、副主任委员, 金华艾克医院院长 孙尚见

## “癌谱”的脸悄悄在变

著名肿瘤学专家、天津医科大学肿瘤医院院长郝希山院士主持的对我国恶性肿瘤流行趋势的分析研究发现,20年间,我国癌谱发生明显变化,兼具发达国家及发展中国家癌谱的双重特征。20年间,天津市男性发病前10位恶性肿瘤为肺癌、胃癌、肝癌、食管癌、大肠癌、膀胱癌、胰腺癌、脑瘤、淋巴瘤和肾癌。其中4种肿瘤发病率呈显著上升趋势,分别是胃癌、肺癌、大肠癌、脑瘤,其中胃癌上升幅度最大。

女性发病前10位恶性肿瘤为肺癌、乳腺癌、大肠癌、胃癌、肝癌、食管癌、卵巢癌、宫颈癌、胰腺癌和脑瘤。其中也有4种肿瘤发病率呈显著上升趋势,分别是胰腺癌、乳腺癌、肺癌、卵巢癌,而胰腺癌上升幅度最大,20年累计上升49.28%。

预测到2010年,我国男性发病前3位的肿瘤为肺癌、肝癌和大肠癌,女性发病前3位的肿瘤为乳腺癌、肺癌和大肠癌。

而杭州市疾病预防控制中心通过调查,确定杭州市区的“癌谱”,总发病数在前14位的为肺、肝、胃、乳腺、直肠、结肠、食道、脑、胰腺、膀胱、胆、宫颈、卵巢和前列腺等脏器的癌症。就性别而言,排在前三位的癌症,男性为肺癌、肝癌和胃癌,而女性则为乳腺癌、肺癌和肝癌。近几年癌症总发病数的上升幅度一直保持在4.45%左右。

据介绍,我省城区居民肿瘤发病有以下的特点,一是发病率的上升与现代生活密切相关,主要癌症的序谱与西欧发达国家相似;二是一些癌症发病的年轻化趋势明显,如肺癌原来是40岁以上人的“专利”,现在25岁就出现了,乳腺癌提前到20岁,宫颈癌30岁开始等;三是一些原来排不上号的肿瘤因为现代生活方式的影响,进入了“黑名单”,如宫颈癌的发病率在近四五年中出现较明显的上升,已挤进前12位。

## 身体发信号,你可当心了

任何一种病,在发病前总会表现出某些信号。癌症常见的信号有:

(1) 吞咽食物时有哽噎感、疼痛、胸骨后闷胀不适、食管内有异物感或上腹部疼痛,可能是食管癌的首发信号。

(2) 上腹部疼痛。平时一向很好,逐渐发现胃部(相当于上腹部)不适或有疼痛,服止痛、止酸药物不能缓解,持续消化不良,此时应警惕可能是胃癌的发生。

(3) 刺激性咳嗽,且久咳不愈或血痰。肺癌多生长在支气管壁,由于癌细胞的生长,破坏了正常组织结构,强烈刺激支气管,引起咳嗽。经抗生素、止咳药治疗不能很好缓解,且逐渐加重,偶有血痰和胸痛发生。此时常被认为是肺癌的早期信号。

(4) 乳房肿块。正常女性乳房,质地柔软。如果触摸到肿块,且年龄是40岁以上的女性,应考虑有乳腺癌的可能。

(5) 阴部异常出血。如果能引起注意,有可能发现早期宫颈癌。

(6) 鼻涕带血。鼻涕带血主要表现为鼻涕中带有少量的血丝,特别是晨起鼻涕带血,往往是鼻咽癌的重要信号。鼻咽癌除鼻涕带血外,还常有鼻塞,这是由于鼻咽癌肿块压迫所致。

(7) 腹痛、下坠、便血。凡是30岁以上的人出现腹部不适、隐痛、腹胀,大便习惯发生改变,有下坠感且大便带血,继而出现贫血,乏

力、腹部摸到肿块,应考虑大肠癌的可能。其中沿结肠部位呈局限性、间歇性隐痛是大肠癌的第一个报警信号。下坠感明显伴有大便带血,则常可能是直肠癌的信号。

(8) 右肋下痛。右肋下痛常被称为肝区痛,此部位痛常见于肝炎、胆囊炎、肝硬化、肝癌等。

(9) 头痛、呕吐。头痛等多发生在早晨或晚上,常以前额、后枕部及两侧明显。呕吐与进食无关,往往随头痛的加剧而出现。头痛、呕吐是脑瘤的常见临床症状,极易可能是颅内肿瘤的前期危险信号。

(10) 长期不明原因的发热。

此外,可疑警告信号还有以下几种:

(1) 体逐渐增大的肿块,颈部、腋窝、腹股沟、乳腺、甲状腺、皮肤或其他部位出现逐渐增大的肿块,通常不痛不痒,皮肤表面颜色无变化。

(2) 皮肤黑痣显著迅速增大,颜色加深,局部发红、出血、疼痛、溃疡,表面渗液、结痂,痣上毛发脱落,痣内有硬结或痣周缘出现小的卫星结节。

(3) 原因不明的食欲减退,体重持续下降。

(4) 原因不明的长期贫血。

(5) 吞咽梗阻感或咽喉异物感。

(6) 原因不明的无痛性血尿。

(7) 感觉或运动障碍、视力障碍、嗅觉失灵。

出现以上种种可疑信号,应及时去医院进行必要的检查,以免延误病情。

## 癌症真能吃出来

尽管医学科技发展迅速,但对癌症的发生、发病机理,仍有诸多不明。有一点则是可以肯定的,饮食不当容易致癌。从目前的研究情况和临床上看,在癌症的成因中,饮食因素居然占了35%。

专家指出,一般来讲,胃癌的发生与大量摄入食盐有关。临床上很多胃癌病人就有长期喜食咸食、腌制食品的嗜好。粗制海盐内含有硝酸盐,大量硝酸盐可还原为有致癌作用的亚硝酸盐,而咸鱼、咸肉、咸菜等腌制食品富含酰胺,长期摄入高盐可引起慢性胃炎,使胃酸分泌减少,幽门螺旋杆菌感染并过量生长繁殖。世界卫生组织推荐每人每日食盐量在5克左右,但我国大多数居民都超过了10克,这不能不令人担忧。

其次,长期高脂肪膳食增加了肠癌、乳腺癌的发病机会。脂肪促癌机制为:许多致癌物易溶于脂肪,长期食用过于精细、高脂肪、高蛋白、高热量、少纤维素的食物,不利于大肠菌群的代谢产物从肠道排出而直接作用于肠壁,久而久之,促使人体致癌物摄取和吸收增加;烹调时,不饱和脂肪酸加热可产生致癌物;高脂肪膳食增加了胆汁的排出,而胆汁酸具有潜在致癌作用。

长期大量的研究证明:每日脂肪摄入量大于100克者,患乳腺癌的危险性是每日摄入量小于60克者的7倍还多。这些可能就是近些年为什么肠癌、乳腺癌的发病率日益增多且日益年轻化的主要原因之一。

另外,食物中维生素和微量元素缺乏亦与肿瘤发生有关。从临床上收治的许多肿瘤病人血液监测结果来看,其血中许多维生素A、B、C、E均较低。而维生素C、E具有阻断亚硝胺类化合物在体内合成的作用;维生素A及视黄醇类物质能够阻止、延缓癌前病变发展为癌,或促使癌前病变恢复正常。多食富含维生素、水果和蔬菜的人群胃癌和大肠癌的发病率都很低。

还有,经常吃熏肉、烤肉、烤面包和霉变食品的人,其食管癌、胃癌、肝癌的发病率明显高于其他人群。

## 治癌,不妨试试新路子

癌症难治,人所共知。一旦真正直面癌症威胁,我们该怎么办?专家说,近年来,各种高科技治疗手段、各种思路不断创新应用,肿瘤的治疗成效大增,发达国家如美国等,癌症治疗效果逐年增加,死亡率逐年降低,那些新思路、新手段,值得一试。

**微创加靶向。**以局部肿瘤细胞灭活为主的微创靶向治疗技术,近年发展迅速,成为治疗肿瘤的主导方向。研究发现,原位癌能够分泌一种“抑制生成因子”,阻止其它癌块的发生。如果切除了这个原位癌,那么其它部位的微小癌块就会迅速生长。据有关专家介绍,目前世界上比较先进的肿瘤治疗中心,一般都按照循证医学模式,借助导弹制导技术概念,准确地杀灭靶区局部的肿瘤细胞,而最大限度减少周围正常组织的损伤。根据不同肿瘤特征,选择应用微创靶向治疗技术,多方位多途径杀灭肿瘤细胞,治疗肿瘤疗效显著。特别对中晚期肿瘤,可以大幅度提高有效率和改善患者生活质量。

**“不治”之症。**在美国,前列腺癌的发病率位居癌症第二位;在我国,早期的前列腺癌检出率也不断升高。但在美国康涅狄格大学医学中心教授彼得·阿尔伯森看来,某些前列腺癌简直就是“不治”之症——不需要做任何治疗也可以让病人存活。他的研究表明,即使不治,确诊的患者在20年后,因此病致死的比例极小。对此,我国肿瘤专家罗荣城教授说,原先就有医生对某些早期前列腺癌病人、一些早期的肺癌患者不开刀,而把“观察性等待”作为一种处理方式。在观察性等待的过程中,对患者一般不做任何治疗,只通过定期(每3-6个月进行一次)检查和监测一系列指标,来判断癌症的进展状态,并根据病情决定下一步是否需要转为手术或其他治疗。

“但是,观察性等待是要承担一定风险的,它有可能导致患者错过接受手术的时机,而且在整个观察、等待的过程中,许多患者心理上的不安和疑虑难以消除,而这一点是我国癌症患者最大的心理问题。”罗荣城说。正因为这样,在国内的患者中,此方式被接受的程度很低。

现在,越来越多的专家认为,有的癌症确实是可以不治的。那些恶性程度极低,且病情进展缓慢,癌细胞也并不扩散的癌症,不必施行侵袭性的治疗(手术或放疗),而只对病情进行定期的观察和监测。

目前,大多数早期肿瘤患者通过规范的治疗,是可以使肿瘤细胞缩小甚至消失的。但对于大多数晚期肿瘤患者来说,适度治疗最重要。因此,从技术上来说,观察性等待也是治疗癌症的一种方式。

**内分泌治疗。**乳腺癌已成为女性最大杀手。专家认为,治疗该病的一条新途径是内分泌治疗。据介绍,内分泌治疗主要是通过抑制或阻断激素对肿瘤的“营养供给”,从而达到抑制或阻止癌细胞增长目的的一种新方法。

目前,乳腺癌治疗存在着误区。有些患者往往认为乳腺癌的治疗就是单纯手术,只要切得干净就不会复发。其实,早期乳腺癌患者在术后的18-24个月中复发的危险性很高。乳腺癌治疗应采取因人而异的综合方案,对病灶仍限于局部或区域淋巴结的患者,首选治疗方法是手术,但术后及时采用内分泌药物进行辅助治疗,防止乳腺癌复发,非常重要。

**中医药抗癌。**从目前的技术看,中医药仍难以独挑“抗癌大梁”,但只要应用得当,完全可以做“金牌配角”,在癌症的辅助治疗中大有可为,特别在癌症中晚期的调理方面,中医药可大幅提高患者的生存质量,并延长患者的生存期。

现在,越来越多的临床医生在关注肿瘤局部(瘤体)的同时,更注重患者的生存期及生存质量,带瘤生存甚至长期带瘤生存也成为癌症治疗的一个主要的研究方向。如此,便凸显出中医药在癌症辅助治疗中的特殊作用——

中医有很强的整体观念。中医往往能从患者全身的特点加以考虑,而不只是局限在癌症病灶本身。中医调理能纠正机体的某些失调,去除肿瘤的复发因素,减少转移的机会;其次,中药对健康细胞的伤害比较小,一般不会因治疗本身的原因对体力产生新的破坏,在癌症好转的同时,体力也会逐渐得到恢复,逐步增强免疫力。

**中药减轻“三板斧”的毒副作用。**手术、放疗、化疗是目前癌症常规治疗的三板斧,中药的配合可在减轻这三板斧毒副作用上产生特殊的疗效,大幅提高患者的存活期及生存质量。手术治疗后如能及时配合中医治疗,扶正固本,改善患者的饮食与睡眠状况,增强患者的体质,那么对防止癌症的复发和转移会大有益处。倘若在化疗的同时或在化疗后配合健脾和胃、益气生血、补益肝肾、软坚化痰等中医药治疗,则可以较好地缓解化疗反应,有助于化疗的顺利进行,有些中药(如丹参、灵芝、三七等)甚至还可以提高化疗的疗效;如果在放疗期间及放疗后配合补益气血等中医治疗,对增加白细胞的数量、增强免疫功能均有较好的效果,从而保证放疗顺利进行。

**中医可扶正祛邪。**癌症的病因复杂、种类繁多,不同的癌症具有不同的症状和体征,所以采用中医治癌,应遵循中医辨证施治的原则,根据患者的症状、体征、所采用的西医治疗手段、不同的治疗阶段以及患者病后的气血盛衰、脏腑功能的阴阳虚实等进行综合分析,再提出相应的治疗方案。

多数癌症患者属于本虚标实的情况,因此治疗上要扶正培本,抗癌祛邪,具体方法包括补气、养血、补肾填精、健脾益胃等。尤其是中晚期癌症患者或不能手术和放、化疗的,这类病人常会出现气滞、血淤、湿聚、痰结等一系列病理变化,身体较为虚弱,中医药治疗可能是最合适的治疗方案,采用扶正、滋阴、补气、补阳、养血、排毒、软坚、祛瘀、解郁等扶正培本中医治疗可缓解症状,延长生存期,提高生存质量。

中医药还具有经济实惠的特点。

