

■90%的男性肺癌患者和80%的女性肺癌患者与吸烟有关
 ■戒烟不仅有利你本人健康,对你的家人也是很好的保护

香烟里面有43种致癌物

【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

100多年前得肺癌的人非常少

在19世纪,肺癌还是一种十分罕见的疾病。1910年前,全世界文献证明确诊肺癌病仅200例。在此后的近100年中,由于吸烟及工业化,肺癌发病率呈抛物线式上升,迅速成为男性及女性死亡的首要因素。

当人们想到吸烟引起的癌症时,首先想到的总是肺癌。在大多数肺癌死亡的病例中,男性患者的90%和女性患者的80%都是由吸烟导致的。此外,其他几种形式的癌症也和吸烟有关,包括口腔癌、咽癌、喉癌、食道癌、膀胱癌、胃癌、宫颈癌、肾癌、胰腺癌以及急性髓系白血病(AML)。

烟草的烟雾中含有多种化合物,有500种是对人体有害的,其中包括43种致癌物,尤以尼古丁危害最大,是诱发癌症的祸首。

香烟中许多有害物质都在焦油里,如苯比芘等。吸烟除了会引发肺癌,还可引起口腔癌、喉癌、食管癌、胃癌、肝癌、肾癌、膀胱癌、皮肤癌、宫颈癌和胰腺癌及其他数十种非致命性疾病。

癌症是第二致命疾病,但肺癌列癌症中致命性第一位,吸烟是导致患病的头号元凶。跟不吸烟的人相比,男性吸烟者患肺癌的可能性是23/1,女性吸烟者则是13/1。吸烟导致男性肺癌患者中的90%和女性肺癌患者中的80%死亡。

在初次就诊时,一般大部分肺癌病人已经有多处转移,只有少部分病人尚属早期肺癌,临床上最具有治疗价值的正是这一小部分病人。

目前,肺癌已经成为我国第一大癌症,而且发病率和死亡率增长最迅速。现在,肺癌正以每年26.9%的速度增长。如果不及时控制,到2025年,我国肺癌病人将达到100万,成为世界第一肺癌大国。

肺癌的治疗效果最近10年没有提高,总的治愈率为10%左右,其中主要原因是肺癌生物学特征十分复杂,恶性程度高,80%的肺癌患者在确诊时已属晚期。肺癌应结合手术、放疗、化疗、免疫、中药等多学科进行综合治疗。

肺癌早期信号

不明原因的刺激性干咳, 伤风感冒后咳嗽持续不愈, 突发痰中带血或少许血丝, 弥漫不固定的胸疼或胸痛、背痛、肩痛、上腹痛等, 固定部位反复发生肺炎, 出现这些情况时, 应该及时去医院检查。

40岁以上的人突然发生刺激性咳嗽, 持续2周以上, 治疗无效, 原有咳嗽者咳嗽性质发生变化。慢性咳嗽者咳嗽变为刺激性干咳, 痰中带血, 有明显胸痛, 或在某肺叶、肺段反复发生肺炎。

肺结核病人经正规抗痨治疗无效, X线发现病灶阴影进行性增大, 有节段性肺炎或肺不张及偏心空洞者。

高危人群如长期吸烟者、长期被动吸烟者、工矿职工、长期接触放射性物质以及有家族肿瘤病史者, 应列为肺癌重点筛查人群。

年龄超过55岁, 烟龄超过20年的高危人群需要每半年体检一次, 而且一定要拍胸片。

肺癌高危人群是哪些人

哪些人是肺癌的高危人群呢? 我们要记住3个“20”: 吸烟20年以上的, 20岁以下开始吸烟的, 每天吸烟20支以上的。3个“20”里, 只要符合其中一条, 都非常容易得肺癌。此外, 有的人习惯一支接一支抽, 一支香烟吸到不能再短时才扔掉; 还有的人吸烟的时候吸得非常深, 大部分烟都吸入肺部; 还有的人有慢性支气管炎, 仍然“坚持”吸烟, 这些行为都是非常有害的。除了吸烟者以外, 慢性肺部疾病病人(如慢性支气管炎、肺结核等)患肺癌的危险也较一般人高。此外, 有一些行业容易让人导致肺癌, 比如经常接触煤烟或油烟者——煤、煤焦油或其他油类的燃烧产物具有致癌性; 接触煤气、沥青、炼焦等物质的工人肺癌发病率较一般人群为高; 体内外接受过量放射线照射者, 接触无机砷、石棉、铬、镍等的人也容易得肺癌。如果接触量大、接触时间长, 又缺乏防护, 这些人群发生肺癌的危险比普通人群就要高。因此, 有关部门一定要及时采取措施, 进行职业病的防治, 同时也要向劳动者做好宣传, 保证劳动者的健康。

与吸烟相关的疾病有多少?

与吸烟相关的疾病包括: 恶性肿瘤(肺癌、食道癌、肝癌、胃癌)、冠心病、高血压病、脑中风、慢性阻塞性肺部疾病、骨质疏松等。我国某医学院教授在一项针对青少年烟草使用情况的调查中发现, 我国20%以上的初中生尝试过吸烟, 不少人表现出有今后吸烟的倾向, 13-15岁初中生中总吸烟率为22.5%。据报道, 到2020年我国将有200万人因吸烟而死亡。因此, 加强禁烟要从青少年抓起, 要充分认识到吸烟不仅有害健康, 而且是一种不文明、不健康的生活习惯。我们要把每天都当作是世界无烟日, 一起来抵制烟害。

吸“二手烟”的危害更大。各项调查显示的证据已清楚证明, 在二手烟面前没有安全环境可言。据世界卫生组织估算, 每年全球有20万人因为在办公室吸入二手烟而死于相关疾病; 办公室二手烟每年害死20万人。因此, 我们应呼吁办公室全面禁烟。2002年, 欧盟各国死于二手烟或被动吸烟的人数高达8万人; 全球有7亿儿童长年呼吸着被烟草污染的空气。

美国医学研究人员最近发表研究报告指出, 被动吸烟即俗称的“吸二手烟”比原先外界所知道的还要危险, 一些与吸烟者共同生活的女性, 患肺癌的机率比常人多出6倍。

这项研究是在检查密苏里州106名与吸烟者共同生活的妇女的组织后发现的。被称为“GSTMI”的基因发生突变或是缺少此基因的妇女, 其患肺癌的机率为一般人的2.6倍至6倍。“GSTMI”基因目前已被认为会使烟草中致癌物失去活性。

“二手烟”的危害较想象大。研究人员说, 这项研究目前属小规模实验, 需要进一步证实及扩大研究。然而, 如果这项研究是正确的话, 那么环境吸烟问题远比过去所知道的要危险。

肺癌被医学界认为是一种文明病, 因为其严重性是随着社会的进步不断显现出来的。自20世纪开始, 肺癌的发病率就大大增加, 增长速度超过其他癌症。在上世纪20年代, 世界有关肺癌病例的报道只有370余起, 但是到了50年代, 仅仅是美国患



肺癌的人数就高达1.83万人。

吸烟者患肺癌的危险性评估新法

根据《美国癌症研究院院刊》发表的一份研究报告, 吸烟者是否会患肺癌将取决于多种因素的综合影响, 包括其年龄、性别和吸烟史等, 而对此进行特殊的危险性评估将有助于判断出吸烟者今后十年内患肺癌的可能性以及是否有必要接受常规的X射线电子计算机断层摄影术(CT)检查。纽约某癌症中心的帕切医学博士等人是在比较分析了此前一项大规模肺癌研究项目的数据库后得出这一结论的, 该数据库总共收集了18172例吸烟者的健康资料。专家们发现, 这种新评估法判断吸烟者在今后十年内是否会患肺癌的准确性甚至要比CT法更好。例如, 51岁的女性在28年前每天吸烟一包、但在9年前已经戒烟了, 那么她在今后十年内患肺癌的可能性要小于1%; 而68岁的男性如果50年来每天吸烟两包且现在仍然吸烟的话, 那么他在今后十年内患肺癌的可能性将超过15%。

中医如何治疗肺癌

80%的肺癌病人在确诊时往往都已经是晚期了, 丧失了手术治疗的时机。近年来, 中医药治疗肺癌已获得了值得关注的疗效, 在缓解症状、延长生存期方面正在发挥很好的作用。中医药治疗癌症的特点是:

(1) 具有较强的整体观。肺癌虽然生长在肺部, 但实际上是一种全身性疾病。对多数的肺癌病人来说, 局部治疗是不能根治问题的。而中医从整体观念出发, 实施辨证论治, 既考虑了局部的治疗, 又采取行之有效的解毒、排毒、软坚等方法, 对于改善肺癌病人的局部症状和全身状况都具有重要的作用。

(2) 可以弥补手术治疗、放射治疗、化学药物治疗的不足。手术固然能切除肺癌, 但还有残癌或区域淋巴结转移、血管中癌栓等存在, 运用中医中药术后长期治疗, 可以防止复发和转移。

放、化疗治疗对消化道和造血系统有相当的副作用, 运用中医药治疗既能减轻放、化疗的副作用, 又能加强放、化疗的效果, 对于晚期肺癌病人或不能手术和放、化疗的病人可以采用中医药治疗。

(3) 不影响劳动力。肺癌病人在局部状况好转的同时, 全身状况也得到改善, 甚至能胜任日常的工作。

(4) 副作用小。没有骨髓抑制方面的副作用, 对消化道也不会有严重的影响。

医学临床发现, 每个人的肿瘤都不一样, 所处的阶段也不一样。有的病人肿瘤发展的速度慢, 同样一个人也可能在这段时间发展得比较慢。比较慢的时候, 可能单独用中医中药也具有较好疗效。但是处在病人肿瘤发展较快或者在这个阶段发展特别快的时候, 中药就很难控制, 这时需要做化疗, 因为放疗化疗可以把肿瘤压一下, 这时候中药跟上去, 可以起到巩固的作用。第二次化疗的时候再压, 进一步巩固, 这样的治疗效果往往比较满意, 肿块容易消除, 消除后不容易复发。在治疗过程中, 中医往往采用排毒法, 排除体内毒素, 消除肿瘤生长的祸根。

有资料显示, 中医在治疗肺癌转移上具有一定优势, 特别是肺癌脑转移。脑肿瘤的症状是出现半身不遂, 左手左脚不会动。服用中药一两个月后, 症状明显改善的情况比较常见, 这说明肿块有软化缩小的趋势。肺癌骨转移一般吃药时间比较长, 需要一年的时间。开始吃的几个月不见得有效, 但吃到半年或七八个月以后, 疼痛会慢慢消失; 有的原来要打打冷丁, 可能这时不要打了。通过现代的影像学CT检查、ECT检查、磁共振检查, 可以看到服用中药后肿块的变化。临床还发现, 肺癌病人在服药期间70%有肿瘤继续增大的情况, 但服药到一定程度以后, 肿块的生长就能控制住, 再持续服药就有可能软化并消失。

肺癌的中医药治疗不能指望吃一个月三个月四个月就完事, 控制住肿块的生长, 往往需要半年八个月甚至一年的时间。中医见效慢, 但它治好了就不易反复、不易复发, 这也是它的优势所在。