



浅谈中医对癌症的正确认识及预防措施的研究分析

张健玲

中山康臻中医药研究院 528471

【摘要】人们常常谈癌色变，普遍认为癌症属于不治之症。其实癌症并不可怕，它可以通过预防来避免，既便得了癌症，其康复的几率仍相当高。每个人身上均存在癌细胞，但是癌细胞的存在并不等同于癌症的发生，重视癌症预防能够最大限度降低该疾病的发病率。而近年来，癌症的发病率逐渐递增，中医理论认为体内正气不足、气血虚亏是导致癌症产生的内在因素，其基本病机与痰凝毒聚有关。为此，在预防癌症方面，需要重视休养正气，调理机体，不断增强机体免疫力，以防外邪入侵。

【关键词】中医；癌症；饮食；预防措施；研究分析

【中图分类号】R273 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1674-9561 (2017) 05-089-02

前言：

癌症（俗称肿瘤）属于肿瘤科常见疾病，肿瘤是机体于多重致癌因素的影响下形成的，究其原因，可以将其总结为两大类：体外因素以及体内因素^[1]。体外因素内容包括病毒感染、化学（物理性）物质刺激等；体内因素有遗传因素、生活习惯、内分泌功能紊乱、机体免疫功能失调等内容^[2]。癌症对人体的生理调节造成了严重的影响，并在不同程度上破坏了人体的正常器官组织功能，导致患者脏器功能受损，甚至造成患者死亡。当前，尚无特效药物治疗癌症，其病死率相当高，当代医学将其视为威胁人类健康的一大恶性疾病。临床上常采取放疗、化疗、手术以及中医等方法对患者进行治疗，继而有效改善患者的病情状况，延长患者的生存期。癌症给人类的生命健康造成了严重的影响，进行年来，随着人们生活方式的改变以及环境污染的加剧，癌症患者的发病率越来越高，一旦诱发癌症疾病，将会严重影响患者的生命健康，为此必须从源头上做好相应的防范工作，继而最大限度保障人们的安全，提高人们的生活质量。当前，常采用手术方式、化疗（放疗）方法对患者进行治疗，但是手术治疗容易对患者造成创伤，且容易导致多种不良并发症的发生，继而增大治疗风险。中医治疗是一种较为理想的治疗方式，中医的发展历史久远，在中医学中，关于“瘤”的记载可以追溯到3500年前，近年来人们越来越重视中医的作用，主张采取中医方法用以防治癌症，下面，本文就中医在癌症防治方面的相关问题作以下总结分析。

一、中医对癌症病因的认识

癌症是一种较为常见的恶性肿瘤疾病，人们普遍认为癌症是不可治愈的疾病之一，其实不然。中医理论认为，癌症的产生主要是由机体状况改变而形成的一种讯号机制，该病的发生提醒人们机体功能代谢已经出现显著性的衰退现象，究其原因主要是由于生活方式的改变而引发的。人体身上均存在癌细胞，这是一个基本性常识，但是，癌细胞到癌症之间存在一个较大的间距，若人们不重视对癌症疾病的预防，这个间距就会被缩短，最终导致癌症疾病的发生；若人们重视对癌症疾病进行预防，则可以将这个差距有效延长，直至晚年也不会因为癌症而死。在2010年“世界癌症日”中，相关专家指出，癌症已经成为我国居民疾病致死中的首位原因，其中，每年约有一百八十万患者死于癌症，而这其中又有多少患者被“癌症”字眼所吓死。中医认为，正气不足、精神情趣状态不佳、饮食生活习惯不良是癌症诱发的主要原因。

（一）正气不足

中医理论认为，癌症产生的主要原因是由于正气不足所致，如在《内经》曾道“正气存内……邪之所凑，其气必虚”，人体阳气不足，阴阳失调导致邪气入侵，最终导致疾病的发生；另外，在《医宗必读》中也曾提及：“正气不足而后邪气踞之”。

（二）不良的精神情趣状态

精神情趣的状态也影响身心健康，人的情绪长期处于忧郁状态或者精神过度紧张均可诱发疾病的产生。临床研究表明，在癌症患者调查中，大部分患者伴有精神性创伤，或者在过去较长的时间内不定时地出现精神郁闷，情绪低落等不良心理状况，对于生活向上，情绪积极，性格开朗的人而言，其癌症的患病率比较低。在健康人群中，当正常的细胞发生突变形成癌细胞时，体内的免疫系统可以在癌细胞增殖之前迅速有效地将其破坏、消灭，而心态低落、情绪不良则会对机体免疫功能产生抑制作用，继而导致机体免疫系统无法较好地发挥其原有的功能。

（三）不良的饮食生活习惯

当体内脏腑功能失调，毒聚痰凝时极易诱发癌症，而体内脏腑功能失调往往是由不良的饮食生活习惯所引起。比如长期食用辛辣、腌制、熏烤等食品会对人体的脾胃功能产生影响，导致脾虚为未能运化水湿，而湿气长期积久于脾胃中未能散去，将会形成痰浊，津液不化、痰积于内形成肿物，即癌症的产生。《济生方》道：“于腥乳酪，强食生冷果菜……久则积结为瘤”，表明饮食不良可以导致疾病的产生。如在日常生活中，酗酒、食用高热食品、吞咽过快等会在不同程度上损伤食管黏膜，一旦出现感染，可导致食管炎的产生，而疾病在长期治疗中未能治愈，可延期发展为食道癌变。

二、日常生活中的癌症预防方法

（一）扶助正气，提高体质

中医认为，疾病重在预防，即不治已病治未病。在对癌症防范中，首先任务在于扶助正气，使正气存于体内，继而达到邪气不可入侵的预防效果。首先，癌症的产生往往与体内免疫机能减弱有关，为此必须加强锻炼，不断提高机体免疫力。可以进行户外跑步运动、打篮球运动，年龄较大的老年群体可根据自身体质状况进行适当的身体锻炼，如散步、打太极、练瑜伽等。通过身体锻炼，能够有效增强体质，从而达到扶助正气的预防目的。

（二）精神调养，保持愉悦的情志

中医理论提出，“百病皆生于气”，气郁可导致肝主疏泄、肝气郁结，因此中医认为肝气是诱发癌症发病的主要原因之一，疾病的产生与人的精神情志有关，生理、病理变化的发展与精神情志存在紧密的联系。长期性、持续性的精神焦躁、抑郁可导致机体脏腑的气血逆乱，造成机体阴阳失调，为了有效预防癌症的发生，应进行精神情志调节，保持良好的情志，向上乐观的心态，继而有效减轻情绪波动，最大可能降低不良精神刺激对身体造成的伤害，促使机体脏腑气血充沛，最终达到有效防治癌症的作用。

（三）饮食调养，养成良好的饮食习惯

作为人体重要的消化器官，脾在调节生理功能等方面发挥着极为重要的作用，中医学认为脾，脾是统摄血液、运化气血的重要器官，即“气血生化之源”。在中医诊断、治疗中，



望诊中的重要一项是观察脾脏状况,中医望诊将脾脏的表症视为诊断疾病的重要指标,若患者唇舌淡白、口无津味可将其视为脾气虚弱。在中医五行学研究中,脾属土,进行脾善养,能够有效改善人体的不良症状,使身心得以调顺,这也是万物生长之道。扶脾健胃可以有效预防癌症的产生是中医辨证施治的理论特点,在大量的古今文献研究分析中可以看出,食疗调理能够有效增强身体免疫力,调节气血,而现代临床医学实践表明,食疗方法能够使疾病治疗达到事半功倍的效果。鉴于此,在日常生活中,应养成良好的饮食习惯,如忌吃饭过快,应细嚼慢咽;忌吃霉变食物,忌酒、忌烟;此外,不食陈腐变质食物,不食辛辣刺激类食物,同时避免腌制烧烤类食物等,做好饮食规律有节。在日常饮食方面,应以五谷为主,减少高糖、高盐、高脂肪摄入量,饮食以清淡为宜,不偏食。另外,临床研究表明,癌症的发生与患者的生活习惯有关,应保持充足的睡眠,早睡早起,不熬夜。

三、中医中药在癌症治疗中的注意事项

现代科学技术不断更新和发展,人类对癌症的研究也越来越深入,对于癌症的治疗已取得了突破性的进展,大部分患者的生存期均得到了有效延长,获愈根治的患者也逐年递增。当前比较常见的癌症治疗方法有化学药物疗法、放射疗法以及手术疗法等,以上治疗方法可以有效的抑制癌细胞的生长发育,并对其产生较强的杀灭作用,但是以上多种治疗方法均在不同程度上对患者机体造成损伤,继而影响患者的身心健康恢复,基于此,中医治疗越来越受到重视。中医治疗是一种较为传统的疾病治疗方式,虽然中医治疗的疗程比较长,但是中医治疗能够有效减轻药物治疗对患者造成的副作用影响。在癌症治疗中应用中医进行治疗,可以有效减少治疗过程中产生的不良反应,降低并发症发生风险,继而最大限度提高患者的生存质量。在癌症治疗当中,中医强调以辨证论治为原则,主张给予患者多角度、多层次的治疗干预,继而从多方面提高整体治疗效果,如给予患者外治与内治相结合治疗,采取中药口服兼推拿、针灸、饮食为一体对患者进行全面治疗干预,从而在多途径治疗中不断提高疗效,改善患者的癌症病情状况,并促进患者的疾病康复。

(一) 以正气为本,抗癌为标

中医治疗癌症应以保护正气为根本,以抗癌为标,其主要原因在于癌症的产生与发展是由于体内正气不足而引发,而在利用现代医疗技术手段对癌症患者进行治疗时,多会对患者的机体造成损伤,导致人体正气亏损,加之癌症患者本身身体衰弱,饱受疾病困扰。为此在治疗过程中首先应以人体正气为根本,切勿攻之太急,可给予患者中药处方配伍治疗,采取保正益气的药材进行治疗,如采取人参、当归、黄芪等

中药材进行煎熬口服,继而达到补气扶正的效果,同时又可起到有效的抗肿瘤作用。

(二) 注意保护脾胃,降低机体损伤

在癌症治疗中,中医常采用调养胃气的治疗方案对患者进行治疗,作为癌症调养的重要环节之一,胃气调养在很大程度上影响患者的机体康复。大量临床实践表明,当癌症患者的脾胃功能较为良好、抵抗能力比较强时,患者的疾病愈后速度比较快,继而其康复时间短。而癌症治疗的时间较为漫长,在持久性治疗中,如果一味地进行抗癌治疗,可对患者的脾胃造成不同程度的伤害,为此,在中医用药治疗中应时刻注意保护脾胃。如对于胃癌患者,常出现进食减少、面色萎黄等不良症状,这时可将其定为脾胃气虚,在对其进行治疗过程中,应基于健脾益气为根本,同时辅以化痰行气治疗,而后再依据患者的病情状况进行辨证加减治疗,其基本药方组成包括:白术、党参、砂仁、黄连、茯苓、黄芪、桂枝、黄连等,采用该中药方剂进行治疗,可以有效改善患者胃粘膜损伤等不良症状,降低患者胃粘膜病变对机体造成的伤害。目前比较常见的抗癌药物有半枝莲、茯苓、龙葵、白花蛇舌草等,以上药剂能够起到理气、破血、驱寒、散结等疗效作用;由于以上药剂多为性寒药材,因此不可过量使用,以免对脾胃造成伤害。另外,在使用中药材对癌症患者进行中医治疗中应兼用一些和胃健脾药物,如山楂、白术等药物,继而起到有效的保护胃气作用。与此同时,还需注意饮食要适中,勿暴饮暴食,忌荤腥厚味,以免影响脾胃功能,降低对饮食的吸收和消化作用,从而达到保护脾胃,降低机体损伤的治疗目的。

结束语:

癌症的发病机制较为复杂,其诱发因素有多种,作为临床常见的恶性肿瘤疾病,癌症给人类的生命健康造成了巨大的威胁,严重影响了患者的身心健康发展。随着医学技术水平的提高,中医在癌症治疗方面的应用越来越广,且已成为癌症防治中不可缺少的重要手段之一。文中通过扶正益气、调养情志、保护脾胃等中医手段进行癌症防治,可以有效缓解患者精神压力,使其放松心情,以良好的心态面对疾病,从而有效配合医师治疗工作,最终促进疾病早日康复。

参考文献:

- [1] 鹿佳,朱燕波,王琦,等.1114例健康体检人群饮食习惯与中医体质类型关系的对应分析[J].天津中医药,2016,33(04):200-203.
- [2] 赫军,诸葛天谕,李冬冬,等.独活寄生汤为主的中医综合疗法治疗强直性脊柱炎(脊痹寒湿犯腰证)的临床观察[J].中国中医骨伤科杂志,2017,25(02):19-23.

(上接第87页)

参考文献:

- [1] 汪福林.面部火疗与分期治疗特发性面神经麻痹[J].吉林中医药,2014,34(01):91-93.
- [2] 单振芬,苏美,王云梅,等.中西医结合治疗特发性面神经麻痹60例临床观察[J].河北中医,2014,36(02):231-232.
- [3] 王丽平,李丹,徐沙丽.针灸联合神经节苷脂及甲钴胺治疗特发性面神经麻痹的疗效观察[J].中华物理医学与康

杂志,2017,39(04):275-278.

- [4] 中华医学会神经病学分会.中国特发性面神经麻痹诊治指南[J].中华神经科杂志,2016,49(02):84-86.
- [5] 杜光辉,毛文静,刘斌.影响特发性面神经麻痹预后的相关因素分析[J].中国康复理论与实践,2016,22(04):464-468.
- [6] 莫爱群,李桂玲.针刺加闪罐治疗妊娠期急性特发性面神经麻痹疗效观察[J].河北中医药,2017,39(06):892-895.

(上接第88页)

- [1] 展[J].中国药理学与毒理学杂志,2014,28(5):765-773
- [2] Mogensen CE, Schmitz A, Christen CK. Comparative renal Pathophysiology relevant to IDDM and NIDDM patients[J]. Diabetes Metab Rev, 1988, 4(5):453-483.
- [3] 郑筱萸.中药新药临床研究指导原则[M].北京:中国

医药科技出版社,2002:244

- [4] 辛岗,王芳,王梅等.点时间尿蛋白与尿肌酐比值检测的临床应用评价[J].中华肾脏病杂志,2005,21(5):247-250
- [5] 白云静,孟庆钢.糖尿病肾病中医辨证现代研究述评[J].中国中西医结合肾病杂志,2004,5(12):742-744.