

節目：香江暖流「健康是福」2019年11月1日

資料提供：陳翠萍中醫師

查詢電話：23880093

淺談中醫治癌

越來越多人罹患癌症，當確診的時候，患者和家人都很擔心，腦海充斥著各種問題，除了向醫生查詢外，亦會在書本中和網絡上尋找方法。

很多時候患者都有一個共同問題，就是「可以食中藥嗎？」，這答案是可以的，不過要根據患者的治療方案和身體狀況辨証論治，不能一概而論。

《本草綱目》共 52 卷，載藥 1892 種，對於西醫來說，他們不肯定患者服用那些中藥，為免影響化療或放療效果，一般都反對患者服用中藥。

然而，在 3500 多年前，殷墟甲骨文就記有「瘤」的病名，該字具有留聚不去的意思；到了春秋戰國時期，醫學巨著《黃帝內經》就更奠定了腫瘤學形成與發展的基礎，認為病因是由於「邪氣居其間」所致，對發生在人體不同部位的腫瘤亦作了分類，如「石瘿」相當於甲狀腺癌，「喉百葉」或「喉菌」則指喉癌、「噎膈」是指食道癌等。

經過很多朝代的發展，現代中醫腫瘤學已越趨成熟，中醫認為腫瘤發生是由於正氣內虛，感受邪毒，情志不遂，飲食損傷，宿有舊疾等因素，使臟腑功能失調，氣血津液運行失常，產生氣滯、血瘀、痰凝、濕濁、熱毒等病理變化，蘊結於臟腑組織，相互搏結，日久漸積而成，腫瘤不是局部性疾病，而是一種全身性疾病，中醫治癌以「扶正抑瘤」為主要大法。

中醫認為腫瘤的發病是因為正氣不足，臟腑失調，邪毒乘虛而入，做成氣滯、血瘀、痰凝、濕毒相互交結，日久成瘤。

中醫治療癌症是以整體觀出發，在癌症治療過程當中，貫穿扶正祛邪之法，在初期階段，由於邪盛正氣未虛，治法以祛邪為主；在中期階段，正氣漸衰但邪氣不減，治當攻補兼施；在晚期階段，邪氣獨盛，正氣衰竭，治以扶正為主；而在手術、化療及放療的過程當中，由於正氣受損，會以扶正培本為主，佐以祛邪之法。

中醫的治法大概可分為扶正培本法、清熱解毒法，活血化瘀法、軟堅散結法、

化痰祛濕法和以毒攻毒法，中醫會根據病人當時的症狀辨証論治，配合病人的其他治療方案，處方合適的中藥。

癌症手術一般僅適用於早期和中期病患，而且無法避免手術後復發或轉移的後遺症，利用中藥的配合，可提高療效。

手術後以中藥調理，恢復體力，改善和減輕手術後的不良反應，如術後體質虛弱，或因手術時失血較多，出現貧血，全身乏力，胃脘飽脹，食慾不佳，口乾咽燥等，以中藥調理除改善體質外增強免疫力，可減少復發機率及避免轉移。宜配以益氣養陰、健脾和胃之藥如：黃耆、太子參、麥冬、石斛、玉竹、白朮、茯苓、陳皮、山楂、枳殼等藥。

病人做化療期間，身體反應主要是傷氣耗陰，造成脾腎不足，氣虛血虧，中醫以健脾補腎、和脾健胃、益氣養血法、扶正祛邪等原則用藥，如黃耆、黨參、白朮、茯苓、黃精、沙參、雞血藤、砂仁、白芍等。

而中藥與放射性治療方面，主要是減輕放療的疼痛及不良反應，患者在放療中時常會產生不同程度的不良反應，如食慾減退、噁心嘔吐等証候，亦見全身乏力、精神不振、咽乾舌燥等現象。主要是經過放療後身體產生內熱毒盛，津液受損，脾胃失調及肝腎虧損所致。中醫主要改善原則為清熱解毒，生津潤燥，涼補氣血，健脾和胃，滋補肝腎為主，用藥方面如生地黃、玄參、麥冬、石斛、天花粉、蘆根、黨參、白朮、茯苓、陳皮、砂仁、銀花、連翹、枸杞子、女貞子、山茱萸等藥。

癌症病人的飲食

飲食要新鮮、清淡、營養豐富，且以高蛋白、高熱量、高維生素飲食為主，精細、主雜搭配，多食新鮮蔬菜和水果。

水果類：木瓜，士多啤梨，蘋果，山楂，枇杷，柑桔，獼猴桃(奇異果)等

蔬菜類：苦瓜，茄子，蕃茄，冬瓜，紫菜，蔥頭，大蒜，大白菜，海帶，胡蘿蔔，蘆筍，薏米，蕃薯，粟米等

菇類：冬菇，猴頭菇，黑木耳，靈芝等

動物類：多食用魚類及鴨肉、雞肉較食用牛肉、豬肉為合適

茶類：綠茶

化療期間適合補充高蛋白質食品，如瘦肉、魚、海參等。

放療期間宜選養陰生津食品，如綠豆湯、蘆根湯、西瓜、魚、肉、蜂蜜、新鮮水果、蔬菜等。

癌症病人的「戒口」

脾胃是後天之本，所以忌口不宜太嚴，食譜不宜太窄，須視脾胃消化吸收功能的強弱和病情的虛實寒熱，來給予必要的食物。癌症病人的飲食禁忌是因人、因病、因治療階段而有所不同，不能道聽途說，否則過度戒口，會造成營養不良，影響身體健康，耽誤治療

一般戒口

羊肉、公雞、高麗參，紅參，燕窩，無鱗魚（泥鰍、鱔魚、鰻魚等），以及肥膩難消化、燥熱刺激之品等。

「對症」戒口

避免進食一些加重癌症治療所引起不適症狀的食物：

手術患者術前加強營養，術後胃腸功能較差，少吃難消化之食物；

化療及腹部電療後出現腹瀉的病人應減少肥膩、煎炸、高纖食物等；

頭頸部電療患者不應進食煎炸、乾燥的食物以免增加燥熱，造成口腔潰瘍。

癌症保健湯水

（一）淮山沙參百合牛鰍魚湯

材料：牛鰍魚 1 條，豬肉 400 克，淮山 50 克，沙參 50 克，乾百合 40 克，芡實 50 克，海竹頭 30 克，無花果 4 粒，果皮 1 角，薑片 2 片，生熟薏米適量，清水 3200 毫升。

做法：用薑片煎香牛鰍魚後備用；水用大火煲滾後下魚和其他材料，轉中火煲 1.5-2 小時便可。

功效：健脾養陰

註：可用大眼雞或其他「有鱗魚」代替，但留意魚的來源，避免過多激素。

（二）麥冬花生衣水

材料：麥冬大量，蓮子適量，花生衣適量，太子參適量，茯苓適量，生薏米適量，無花果數粒，水適量

做法：把所有材料略沖洗，大火滾起後，轉中小火煲約 45 分鐘便可。

功效：健脾補血

註：建議在抽血前兩天暫停飲用

保健按摩

(一) 百會

位置：頭頂正中央，從兩耳到頭頂畫一條線，再從兩眉中央往頭頂畫一條線，兩條線的交接點

功用：寧心安神、鎮靜止痛，幫助入睡、釋放腦部壓力。

(二) 內關

位置：手腕橫紋約三指寬的中央

功用：寧心安神，和胃，寬胸，止嘔，可幫助消脹氣，緩和緊張。

(三) 合谷

位置：大拇指和食指的虎口間

功用：鎮靜止痛、行氣

(四) 湧泉

位置：足底，在足掌的前三分之一處，屈趾時凹陷處

功用：調肝健脾、安眠強身。

(五) 足三里

位置：小腿前外側，距脛骨前緣一橫指處

功用：調理脾胃、扶正祛邪, 疏風化濕

(六) 三陰交

位置：小腿內側，足內踝尖上 3 寸，脛骨內側緣後方凹陷處

功用：補脾土，助運化，通氣滯。

總結

保持正向心態，樂觀面對疾病，生活有規律性，在飲食方面注意；勞逸適當，加強體育鍛煉。

以上內容參考書目/網址：

《香港常見癌的中醫藥治療經驗》(萬里機構)，陳抗生主編，2019年版

<https://kknews.cc/health/rx3gejo.html>

