

中華醫藥

逢周一、周三、周五刊出  
網址: http://www.takungpao.com  
FAX: 2572 5593  
版權所有 翻印必究

# 治癌從改善體質和飲食開始

撰文／匡調元 教授

**癌**（惡性腫瘤）是一群結構非常複雜的多發病的統稱。它與動脈粥樣硬化症一起成為威脅人類的兩大「殺手」。迄今為止，其確切的直接病因尚不十分清楚，治療效果也不夠理想，在香港發病率還有上升趨勢，因此，往往使人們談癌而色變。筆者曾對惡性腫瘤患者的體質進行過長期的臨床病理研究，現和大家談談這個問題。

## 哪些體質類型易患癌？

根據筆者臨床上長期觀察，發現兩種體質類型與惡性腫瘤的發生有密切的關係。一種是熱體者，他們長期以來內熱較重，性情急躁，心煩失眠，大便秘結，小便黃少，舌質紅，舌苔或少或無。整個人體的新陳代謝呈病理性亢進狀態，導致某些組織細胞容易受內外刺激的激惹而「誤入歧途」，發生突變，形成腫瘤。

另一種是瘀體者，他們體內的微循環常有障礙，或因血液成分異常，或因微血管循環失常，特別是長期、深層的心理上的抑鬱。臨床上可見面色晦暗，體內常有不明原因的固定部位的隱痛，舌質多呈青紫色，或見瘀點。現代實驗室檢查可發現血液流變學上的異常。

如果發現這兩種類型，應提高警惕，及時加以糾正。雖然還有很多其他疾病，如有些甲

狀腺功能亢進、高血壓病及糖尿病等患者也可以表現為熱體；有些如肝硬化、心臟病、胃潰瘍及痛經等患者也可以表現為瘀體，但這些病症比起惡性腫瘤來要「良性」得多。一旦得了惡性腫瘤以後，有些病人可表現出「內濕」，常常乏力頭昏，食慾不振，大便溏薄，舌苔厚膩，或白或黃，或灰或黑。這可能是潛在的病理體質；瘀體與惡性腫瘤的綜合表現。

## 癌從口入

這是說有些癌的誘因與飲食不當有關。據德國專家10年前的研究報道證明，大量飲酒可以誘發直腸癌，這是經過動物實驗證明了的。經過高溫油炸、煙熏、煤炭烘烤及醃製的食品可以致癌，尤其是胃癌與食道癌，因為其中含有較多的苯並芘和亞硝酸胺。經瀝青、松香、石蠟退毛加工的食品可以致癌，因為其中有多環芳烴等致癌物質。油變和酸敗的食物，諸如核桃仁、芝麻、花生、油麵筋、火腿、臘肉、香腸、鹹肉、肉鬆及魚乾在其酸敗過程中可分解出211種揮發性物質，其中以過氧化脂質的毒性最大，可能致癌。被農藥污染過的食物，包括蔬菜和水果可以致癌；被黃麴黴毒素，尤其是黃麴黴B1污染的食物可以致癌。由此可見，「癌從口入」的提法並不過分。

## 強調綜合治療

這裡提醒大家三點：

一，治療惡性腫瘤必須強調綜合療法，中西醫結合是上策；

二，食療是一個重要的、有效的環節。由於目前對食療的科學研究深度不夠，作為一種輔助療法是合宜的，誇大或無視其作用都是片面的；

三，選擇的食物必須與患者的體質類型相適應，不能盲目應用，誤用後不但無益，有時反而會產生不良作用。一種藥物或食物是不可能包治百病的，這是體質食療學的一個基本原理。具有抗癌作用的食物經現代實驗研究證實，以下藥物或食物有抗癌作用。

（詳情參閱附錄一）

## （附錄一）抗癌食物

**薏仁：**味甘、性微寒（涼），善利濕，可抑制癌細胞的異常增生。

**魚腥草：**味辛、性溫，抗癌同時抗感染，健脾開胃。

**大蒜：**味辛、性溫，抑癌作用強，但熱體忌用。

**蘆筍：**味甘、性寒，能抑制癌擴散，降低放化療的不良作用。

**菇類：**味甘、性涼，含類多醇化合物，具廣譜抗癌作用。

**山楂：**味酸、性平，常用於消化道及婦女生殖系統腫瘤，胃酸高者忌用。

## 作者簡介

匡調元 1931年出生，江蘇無錫人。上海中醫藥大學教授、專家委員會委員。1956年畢業於上海第一醫學院，自1960年學習中醫學後，就一直從事中西醫結合臨床病理研究。

1977年發表了「體質病理學研究」，1984-85年在美國Bowman Gray醫學院病理科工作，研究白種人與黑種人的體質類型。1988年起開展體質病理學與體質食療學的實驗研究。目前致力推廣及教育「體質食療」的智慧。



## 手術化療後的飲食調養

編者按：本版由六月起邀請體質病理學專家、上海中醫藥大學匡調元教授，於每月首個星期一撰寫「匡教授辨體質論飲食」專欄專題。今期起匡教授將介紹香港一些常見病的飲食宜忌，讓大家在日常飲食中，根據體質類型，選擇合適的食物以調理身體，預防和治療疾病。

下期將續談其他常見病的飲食宜忌。

### ►雞內金運脾消積

### ▼陳皮理氣寬中



內臟惡性腫瘤經過一次大手術後，患者的身體內將發生深刻的損傷性與適應性反應。根據美國研究的資料表明，除手術切口及內臟牽扯等引起的創傷外，患者的生殖功能將受到明顯的一時性抑制。中醫學稱此為「急病及腎、久病及腎」。如及時用食養方法給予支援，對病人的康復有很大的幫助。如果術後還需要加用放射療法和化學療法，則其損傷性反應將更為加重，患者的造血系統及免疫功能將進一步降低，導致氣血兩虛。這對病人的康復極為不利，往往因此而引起併發症。此時應以補陰補陽補氣補血的食物進行調養。當然，必須按此人此時的體質狀態加以選擇，不能誤補。

## 開胃健脾是關鍵

人體經放射治療後，體內部分組織細胞會受到殺傷。被殺傷的細胞將分解出一些有害物質，積聚於體內，會影響消化道功能而出現厭食、食慾不振、噁心、嘔吐等反應；化學療法則更為直接，所用化學物質直接作用於消化道而產生症狀。中醫學認為「脾胃為後天之本」、「得穀者昌，失穀者亡」。因此，有效地支援患者的消化吸收功能就顯得十分重要。有時可用穀芽、麥芽、雞內金、酵母、陳皮等加以調治，以達到開胃健脾的目的。

### ◀山楂散瘀化積



烏梅屬收溫藥

烏梅茶：  
食管癌、宮頸癌等  
患者宜作茶療

靈芝作為癌症防治常用藥，由於具有滋補強壯的功效。現代藥理研究亦指出，靈芝有鎮痛、鎮靜作用；兼能降血壓降血糖；有保肝和降轉氨酶的作用。

### ◀何首烏 ▼薏仁

### ◀茯苓

### ►靈芝

魚腥草能清熱解毒、利尿通淋、消癰排膿，更是肺癌中醫臨床常用藥。菊花有清肝明目、平抑肝陽的作用，能解熱消炎，對癌患者有抗感染功效。

# 常見癌症食療

（上海調元體質食療研究所摘要）

## 通治癌症：

大蒜（溫）、烏梅（平）、雲芝（微寒）、木瓜（溫）、昆布（寒）、魚腥草（微溫）、核桃仁（溫）、茯苓（平）、香菇（平）、麥（平）、白菊花（微寒）、蜂王漿（平）、鱉甲（微寒）

## 甲狀腺癌：

昆布（寒）、小麥（涼）、文蛤（平）

## 肺癌：

大蒜（溫）、百合（寒）、杏仁（溫）、蠔（平）、魚腥草（微溫）、海藻（鹹寒）、銀耳（平）、蜂王漿（平）

## 惡性淋巴瘤：

茯苓（平）、蠔（平）、昆布（寒）、蚯蚓（寒）

## 消化道癌：

鵝血（鹹平）、猴菇菌（平）

## 食管癌：

天花粉（微寒）、無花果（平）、烏梅（平）、米皮糠（平）、杏仁（溫）、雞內金（平）、昆布（寒）、核桃仁（溫）、馬蹄（微寒）、麥（平）、紫河車（溫）

## 胃癌：

大棗（溫）、山楂（微溫）、文蛤（平）、無花果（平）、烏梅（平）、杏仁（溫）、蠔（平）、雞內金（平）、扁豆（平）、核桃仁（溫）、茯苓（平）、麥（平）、鵝血（鹹平）、蒲公英（寒）、薏仁（涼）

## 肝癌：

核桃仁（溫）、蚯蚓（寒）

## 腸癌：

無花果（平）、冬瓜籽（寒）

## 腸癌出血：

百合（寒）

## 乳腺癌：

天花粉（微寒）、百合（寒）、蠔（平）、核桃仁（溫）、茯苓（平）、海藻（寒）、蒲公英（寒）、薏仁（涼）

## 宮頸癌：

烏梅（平）、杏仁（溫）、麥（平）、甜瓜（寒）、紫河車（溫）、蒲公英（寒）、薏仁（涼）

## 卵巢腫瘤：

山楂（微溫）、鱉甲（微寒）

## 惡性葡萄胎：

天花粉（微寒）、魚腥草（微溫）

## 惡病：

烏梅（平）、薏仁（涼）

### ◀魚腥草

### ◀菊花

