



“杀灭肿瘤+扶正抑瘤” 中西医协同防治恶性肿瘤

——访湖南省肿瘤医院中西医结合科主任梁慧

本报记者 鲁红 通讯员 刘孝谊 彭璐

走进湖南省肿瘤医院中西医结合科病房，“厚德仁术，大医精诚，中西汇通，守正创新”的十六字科训让人为之一震，“竭尽全力以真心换患者放心”的科室承诺令人倍感温暖，艾灸、拔罐、刮痧、推拿、放血疗法、耳穴压豆、中药封包等中医特色技术使人耳目一新……近日，带着“中医如何治疗恶性肿瘤”“如何拥抱中医药高质量发展的春天”等疑问，记者专访了该科主任、主任医师梁慧。

薪火相传

中西医结合巧治肿瘤

时间已经走过中午两点，梁慧才看完上午的门诊患者，快速吃完盒饭后，匆忙赶到办公室接受采访。办公室工作电脑上，记录着众多患者信息。“这位胃癌患者2009年手术，术后坚持中药治疗，13年没有复发”“这位嗲嗲是肝癌患者，术后复发做了介入治疗，也一直坚持服中药，已经生存10余年了”……每一个病例及诊疗方案，都是梁慧及科室同事们多年对中西医结合治疗恶性肿瘤的探索与成果。

梁慧1992年从湖南中医药大学本科毕业后考入湖南省中医药研究院，跟随导师国医大师潘敏求教授学习，至今已30余年。传承着潘敏求教授的学术思想和临床经验，在运用中医中药减轻放化疗、靶向药物等毒副作用，运用中药预防肿瘤术后复发、促进术后康复、治疗术后并发症，采用中西医结合手段治疗肝癌、肺癌、胃肠癌、乳腺癌等常见恶性肿瘤，采用单纯中药治疗晚期癌症，延长患者带瘤生存期、提高患者生存质量等方面开展了系列临床探索，取得了良好的疗效，获得了患者的认可。

李先生是一位肺癌患者，2008年4月确诊右上肺中分化鳞癌，当时肿块接近6厘米，位于肺门、靠近血管，手术有一定风险，于是拒绝手术，选择了化疗及局部放疗。2009年1月结束放化疗时，肿块缩小至3~4厘米，后一直单纯中药治疗至今，目前已经“带瘤生存”近15年，病灶一直稳定在2~4厘米，未出现进展和转移，精神状况良好。

临床乳腺癌发病率高。随着靶

向、内分泌等治疗药物不断更新迭代，乳腺癌生存期得到了显著延长。在乳腺癌患者漫长治疗中，中药在改善患者失眠、焦虑、盗汗、骨质疏松等症状，减轻药物副作用方面发挥了很好的作用，很多腋窝淋巴结高转移率、Her-2基因高表达、三阴等高危复发风险的乳腺癌术后患者，也从中药治疗中获益，延缓了复发转移，提高了生活质量。

中西医协同

打造成知名特色专科

西医治疗癌症采用手术、放疗等手段尽可能杀灭肿瘤，而中医治疗的目的更多的是提升正气，增强自身抗癌能力，调理阴阳气血平衡，改善机体内环境，使肿瘤不适宜生长。梁慧表示，在治疗肿瘤患者的过程中，团队注重将个体化辨证和辨病结合起来，采用中医特色的方法综合治疗各种疾病。同时，他们推崇中医为重，中西医结合，将中药与西医化疗、放疗、靶向、免疫等抗肿瘤手段相结合，起到解毒增效的作用，为患者提供最先进的综合治疗方案。“为患者治好病，就是我们作为医生

最大的价值和满足。”

近年来，中医药行业进入大发展黄金时期。如何拥抱中医药高质量发展的春天？

湖南省肿瘤医院非常重视中医药学科建设和发展，制定了中医药发展规划和中西医协同发展机制。中西医结合科现有2个病区，在新建的综合大楼中，将新设中医康复病房，并扩大中医特色治疗室规模，为中医学科发展提供了场地和资源保障。中西医结合科将依托湖南省肿瘤医院卓越的医疗技术平台，借助创建国家区域癌症中心和中西医协同旗舰医院试点单位的契机，立足中医特色，中西医并重，积极弘扬和传播中医药文化，不断提高医疗技术水平，更好地为患者服务；同时，挖掘经典经方和名老中医及专家的经验，开发研究临床行之有效的抗肿瘤方药，积极推广中医特色适宜技术，引进和培养优秀人才，形成良好的人才梯队，推动科室医疗、教学、科研、预防、康复综合发展，打造成全省乃至全国知名的中西医结合防治恶性肿瘤特色专科。

老年人习惯性便秘的预防与管理

随着年龄的不断增长，老年人往往会面临便秘问题。习惯性便秘是指在排便过程中经常遇到困难，排便时间不规律，大便质量偏干且排便量较少的病理状态。便秘还往往伴随排便时间较长，腹部疼痛、肠鸣、腹胀等不适感。本文就习惯性便秘的病因分析和预防管理方法进行探讨，指导大众尤其是老年人群科学预防及应对。

习惯性便秘的病因

1. 饮食因素 饮食过少或食物中缺乏纤维素和水分，是造成便秘的常见原因。纤维素可以增加粪便的体积，并刺激肠壁促进肠道蠕动；水分可软化粪便，使其易于排出体外。饮食中过多的脂肪和咖啡因也可能导致便秘。

2. 缺乏运动 久坐或缺乏运动会使肠道蠕动减慢，从而造成便秘。身体运动能刺激肠道蠕动，以便顺利排出粪便。

3. 肠道疾病 某些肠道疾病如直肠前突、肠易激综合征、炎症性肠病、肠道肿瘤、肠粘连等因素都有可能引起便秘。这些疾病会干扰肠道正常的蠕动功能，导致粪便停留在肠道内的时间延长。

4. 全身性疾病 甲状腺功能减退、内分泌失调、营养不良、水电

解质平衡失调等全身性疾病，也会在一定程度上影响胃肠蠕动，使食物通过缓慢，形成便秘。

5. 药物因素 服用碳酸钙、氢氧化铝、阿托品、毒品；一些镇静剂、抗抑郁药、某些镇痛药；长期使用一些肠动力药、刺激性泻药；铅、汞中毒等都会影响肠道蠕动，引发便秘。

中医将便秘分为实证和虚证两种类型，具体如下：

实证型便秘。主要表现为大便干燥、排便困难、粪便干硬、大便时间过长等症状。常见原因包括肠燥热、肠风、燥热下注、胃气不行、肠道气滞等。

虚证型便秘。主要表现为大便干燥、排便不通畅、肠鸣音减弱等症状。常见原因包括脾胃虚弱、肾阳不足、气血不足等。

便秘发生的具体病因可能有所不同，需要根据个体情况综合评估进行及时预防。

习惯性便秘管理建议

1. 科学的健康饮食

摄入足够的膳食纤维：增加膳食纤维的摄入量，是预防便秘的关键，老年人每日应摄入30克左右的膳食纤维，如水果、蔬菜、全谷物、薯类等。

饮水充足：老年人应每日饮水1500~2000毫升，多喝温水有助于润滑肠道、软化大便。

合理使用益生菌：益生菌是一类对人体有益的菌群，可以通过增加肠道有益菌的数量和活性，维持肠道菌群平衡。常见的益生菌包括乳酸菌、双歧杆菌等。可以通过饮食摄入含有益生菌的食物，如酸奶、酸奶饮料、发酵食品等，或者考虑服用益生菌的补充剂。同时避免过度使用抗生素以免杀死体内有益菌群，破坏肠道菌群平衡。口服药物要遵医嘱，避免过度使用和滥用。

适当食疗调理：常用的食物有芝麻、黑豆、蜂蜜等，这些食物具有润肠通便的作用。

2. 保持良好的生活习惯

规律作息、适量运动、充足的睡眠等良好的生活习惯有助于调节肠道功能的平衡，建立规律的运动习惯：适度的有氧运动、散步或晨间操等，能促进肠道蠕动，缓解便秘问题。

3. 养成好的排便习惯

培养定时排便的习惯：老年人每天在固定时间尽量排便，如在早晨起床后30分钟内。

创造适宜的排便环境：保持良好的卫生习惯，如使用干净的坐便器、

垫高脚踏搭配脚蹬，放松肛门等。

避免忽略便意：老年人切忌忽略排便的需求，避免施加抑制排便。

4. 管理压力和焦虑

老年人应尽量减少精神压力，学会应对压力、放松身心，可以通过适当的运动、放松训练、冥想等方式来缓解压力，保持良好的心理状态，避免焦虑和紧张，有助于改善便秘。

5. 寻求中医治疗

中医治疗实证型便秘，可采用清热润肠、通腑泄热的方法，如选用清热滋润的药物来改善肠道环境，增加粪便水分，促进排便。

治疗虚证型便秘，可采用补益脾胃、温阳补肾的方法，如选用滋阴润燥、温补脾胃的药物来增强消化功能、改善肠道蠕动，促进排便。

常用的中药包括芒硝、大黄、枳壳、郁李仁等，具有泻下作用，可促进排便。此外针灸、艾灸、推拿按摩、中药熏蒸等中医疗法也常被应用于便秘的治疗。常用穴位包括关元穴、大椎穴、风市穴、三阴交穴、中腕穴、天枢穴。这些疗法通过调节人体的气血运行和脏腑功能，促进排便，改善便秘的症状。

广西壮族自治区三一〇核地质大队

三一〇医院（健康医疗服务中心）

蒋彦锋