

肿瘤患者第一步不是治病,而是治心

癌细胞也是有智慧的

治疗肿瘤必须讲究战略和战术,因为它是个难治的对手。我提一个非常明确的观点,人类是有智慧的但别忘了对手也是有智慧的,细菌有智慧,它会抗药;病毒有智慧,它会应变;癌细胞也有智慧的,先会躲藏起来然后在一下子爆发,接着我们会打它,它又会躲起来。我们现在的肿瘤治疗效果不是很理想,很重要的一个原因,用英国的一个叫格里弗斯的肿瘤学者话说:人类是蒙着双眼在打,看到指标高了扫射再说。在中国还受一种影响,宁可错杀一千不可放过一个,但回过头来看代价是惨重的,我赞成汤钊猷院士提出的观点:中国式抗癌,需要考虑战略战术问题,作为一个好的医生,或者作为一个有智慧的病人,战术应该服从于战略。

如今,很多人一旦生了肿瘤,就很着急,最好上午确诊下午就进医院,第二天就开刀,但恰恰不见得需要,以前总认为癌症是随时爆发,不第一时间处理明天说不定就绝命了,但这往往导致了我们的不理性选择。

我记得2002年国际抗癌联盟主编临床指南的时候,讲到肺癌,60%的肺癌患者开了刀以后,回顾性研究有些是不需要的。首先建议先观察一段时间,明确性质以后再

追踪思考,然后再评估,因为它是慢性病,绝大多数情况下不是突然爆发的,观察的时间长和短要看不同的情况,这是理性的第一步。

若干因素影响患者生存

有些因素影响着癌症患者的生存,同时也影响着决策,患者朋友在治疗过程中可以参考……

1. 癌细胞的类型:同样一种癌,比如生在肺里的,癌细胞类型完全不一样,可以是小细胞肺癌,它发展得很快,但它有个特征,比较干脆,若第一时间中西医结合治疗得好,后面的事情就少了;也可以是肺泡癌,它在体内待个8-10年是没什么问题的,肺泡癌很“傻”,不妨先观察一段时间。明确对手是什么类型的很重要。

2. 和癌症分期有关:相对来说分期是影响治疗,越是晚期治疗越需要综合。《人民日报》去年9月6日介绍了我的一个病人,题目是《我和胰腺癌这六年》,他是晚期的手术做不了,采取了中药治疗,一段时间后正常了,停了一年,胰腺癌转移了,变成四级,又开始重新治疗,现在七年过去了,所以分期不是绝对的。就看你怎么来处理,首先肯定是借助高科技,但同时需要智慧。

3. 长的部位:同样的肝癌长在不同部位也不一样,比如腺癌长在胰头部就麻烦了,肺癌如果长在正



汤钊猷和何裕民(右)

门中也比较麻烦。

4. 治疗方式:适当的化疗是必要的,化疗次数越多后面转移复发率越高,这就是中国人说的“度”恰到好处。

5. 和身体的基础状态相关:新增女性肺癌患者是排第二位,同样的肺癌男性治疗效果往往比女性差,因为男性有吸烟的习惯,导致基础状态不良。

6. 自我生活态度和情绪特征:肿瘤患者要特别主张激活他的自我康复能力,但中国很多肿瘤患者是属于灰心丧气型的,以泪洗面,这就麻烦了。所以我对肿瘤患者第一步不是治病,而是治心,先有正确认识,调整过来再积极面对。抗癌最重要的是内在的自愈力。

7. 经济状态:我有个肠癌患者八个月用了两百多万元,结果因肾功能衰竭走了,这是盲目,钱买

不来健康,当然没钱的也麻烦,所以肿瘤康复产生了一个幼稚性现象,有钱的走得快,没钱的又没法治疗。

8. 家庭和人际关系:我做过一个调查,两百多个患者,凡是夫妻关系好的,认为家里对我都很好的康复得就很好,这叫社会支持。

9. 自我价值取向:如何看待生活与挫折,南浦大桥的建设总指挥朱自豪先生,我非常敬重他,他刚接单的时候确诊为胃癌,现在已经二十多年过去了,后面又造了两座大桥,邵逸夫先生是肠癌,活到了107岁,还有宋美龄是乳腺癌活到106岁了。昨天门诊的时候碰到一个病人,93岁时发现肠癌,现在104岁了,她说了一句话:我要超过宋美龄。她没开刀没化疗,人也乐观。所以自我价值取向积极乐观非常重要。



何裕民 编著
上海科学技术出版社

本书由何裕民教授南京工作室推荐,何教授本人将于8月亲临南京。

咨询电话:
025-85553916

《生了癌,怎么办》

制冷专家曾国藩为古代“冰箱”写《冰鉴》

古代采冰

正月天气最冷的时候开始采再像“俄罗斯方块”一样码起来

《周礼》就记述过上古时代冬天如何采冰,夏天如何使用。这传统历朝都有,一般夏历十二月和正月天气最冷的时候开始采冰。工作很辛苦,工人两手握住T形冰簏在冰冻的河面上,一点点凿出一米见方、一尺多厚的冰块,再用J形取冰器勾住冰块底部拉出来。全人力操作,机器不好用,“泰坦尼克牌”的破冰器用一次就坏了。

采好的冰马上送冰窖储藏。工人将方形的冰块一层层摆至棚顶,只中间留一条出入的过道。码冰工作看似简单其实技术含量颇高。能码好冰块的工人,“俄罗斯方块”比赛拿前三是没问题的。冰码好后用土把冰窖门埋上,关得特别严密,不给砸冰箱的罗永浩一点儿机会。这个超级大冰窖的门要关闭五个月左右才重新开门。

在清朝,冰窖分两种。一是给皇上和官员用的“官窖”,另外是亲王用的“府窖”。民间不许藏冰,因“冰”“兵”同音,民间藏冰(兵)朝廷犯忌。这担心实

在多余,冰化了是水,“水军”除了放屁什么事都做不了。

中国人迷信不止这一点,他们觉得夏天用冬天的冰,是偷了水神“司寒”的东西,司寒会生气,所以第二年夏天取冰时有仪式:在冰室设桃木做的弓、棘做的箭。桃谐音“逃”,司寒捉不着。夏天得罪了它,冬天再采冰不敢造次。司寒住北方,按中国五行说北方属黑,所以用黑色牲畜和黍拜祭它。写到这,家里冰窖突然呜呜作响,大概是想要我祭拜它。这个不要脸的东西被我狠狠踹了一脚后,嚎叫得更加厉害。对着它大喝三个字:罗、永、浩!静若处子了。

中国自古就有冰窖,在随州曾侯乙墓就出有两套。早期冰窖很简单,一般红木做成柜子,里面有露底铁盒子放冰,冰化水流到下面一个封底铁桶里。按说它叫“冰露”最合适,也许怕可口可乐公司不高兴,中国人叫它“冰鉴”。制冷专家曾国藩专门写过一本关于“冰鉴”的使用说明书《冰鉴》,只是写着写着跑题了。

古代用冰

水质不能保证所以极少食用宋徽宗不信邪啃完冰块就拉肚子

说回如何用冰。古代的冰几乎都是用来降温的。

唐玄宗为了解暑,10000平方米的“办公室”里铺了9999平方米的冰砖,中间留个他,托腮帮歪脑袋思考“如何解决我国滑冰运动场地不足”这类国家大事。想不明白,召见大学士,磨磨唧唧说半天,大学士冻得头皮发麻,头发根根直立活像鲁迅。

唐玄宗的大舅子杨国忠没他奢侈,夏天请客只是用大冰雕成山围在桌子边,效果也不错,三伏天在里面喝酒要穿棉袄,不然腿毛竖立就是两根狼牙棒。老杨场面比不过妹妹唐玄宗,另辟蹊径以小博大,把冰雕成动物形状,再像圣诞树一样挂满物件,“取坚冰令工人镂为凤兽之形,或饰以金环彩带”。

所以我认为,哈尔滨冰雕节的艺术家开工前,应对着陕西方向磕头。

古代的冰都是取自江河湖泊,水质不能保证,所以极少直接食用,一般做成托盘冰镇食

品。

不过缺心眼的也有,宋徽宗就直接抱着冰块啃,啃完就拉肚子。

更缺心眼的是宋孝宗,明知前面的徽宗拉过肚子,不信,又啃了一次。结果固体进去,固体出来,“吃冰棍拉冰棍——顽冥不化”,就是说他。《宋史》记载:“朕前饮冰水过多,忽暴下。”所幸吃的是毒冰不是冰毒,不然毒死后还是要跟冰死磕。

用冰确实有“死磕”这一用法。《礼记·丧大记》记载:“君设大盘造冰焉,大夫设夷盘造冰焉,士并瓦盘,无冰。”古代君主夏天死后为保存尸体,先把冰放盘子里(这盘子特大,按汉制宽八尺长丈二深三尺),再把床放盘子上。对,就是一盘超级冰镇三文鱼。

古代用冰虽花样繁多,但只限于达官贵人。平民怎样消暑?大概也是讲冷笑话。最好是冰笑话!话说唐朝的李冰冰问范冰冰:“请问世界上哪个城市最冷?”



曾国藩

Q 竺可桢研究发现中国古代是很热的,特别是唐朝,年平均气温比现在要高1℃。这是我没有想到的。于是很为唐朝胖子们忧心忡忡,甚至决定穿越过去给他们讲点冷笑话降温。是的,讲冷笑话我是天才。代表作如下:请问世界上哪个城市最冷,哪个城市最热?答:耶路撒冷,萨拉热窝。都是扯淡,古代夏天是有冰的。

