第一图书网, tushu007.com

# <<李忠谈中医肿瘤防治养生>>

## 图书基本信息

书名：<<李忠谈中医肿瘤防治养生>>

13位ISBN编号：9787510042201

10位ISBN编号：7510042208

出版时间：2012-4

出版时间：世界图书出版公司

作者：李忠 编

页数：237

字数：200000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

## 前言

中医养生理论源远流长，从上古《黄帝内经》的时代开始，就有“智者之养生也……和喜怒而安居处”，“志意和则精神专直，魂魄不散，恚怒不起，五脏不受邪也”等记载，时至今日，结合现代医学的研究成果，中医养生更是发展到了一个全新的高度。

癌症是一个全球关注的话题，一个危害人类健康的主要杀手，战胜癌症已成为保障人们未来健康的希望。

临床中，常常有患者会问：为什么会生癌，患了癌症是不是真的无药可治，癌症到底该如何治疗，癌症该如何调补等一系列问题。

我们常常告诉患者，癌是一种状态，要想真正根除癌症，就必须改变癌细胞滋生的土壤——人体内环境。

现代肿瘤的治疗策略也已将个体化的综合治疗作为未来发展的趋势。

在这样的背景下，除了各种医疗手段外，运用传统中医药养生理论，对患者从生活方式、饮食起居等多方面进行调养也是改变人体内环境，改变癌状态，达到中医所讲的“脏腑和、气血和、阴阳和、经络通”的状态，进而达到防治癌症目的的有力手段。

从事中医药防治癌症这么多年来，我也越来越深刻地认识到，想取得最好的临床疗效，关键是要帮助患者更好地认识癌症，了解生活中一些防癌治癌的策略，这样才能医患配合，集中所有的力量抗击癌症，才能达到好的临床疗效。

所以，近几年来，我一直在思考并将思考的问题和一些防癌抗癌的科普知识写成博文发表在我的博客中(http：／／toumor.blog.sohu.com／)，也获得了同行和患者的认可。

虽然本书只是一本科普读物，但我相信通过这样的科普读物，能帮助更多的患者正确认识癌症，选择科学合理的治疗方法，更好地发挥中医药在癌症临床治疗中的优势和特色，而这也正是编写本书的初衷和目的。

我们更有理由相信，在中西医学者的共同努力下，癌症已不可怕，带瘤生存已成为现实，战胜癌症并不遥远。

李忠博士　北京中医药大学教授、主任医师、博士生导师　2011年12月于北京

## 内容概要

本书是知名肿瘤防治专家李忠博士正本清源之作。
它告诉广大读者：癌是一种状态，要想真正根除癌症，就必须改变癌细胞滋生的土壤——
人体内环境。

在医疗手段之外，运用传统中医药养生理论，对患者从生活方式、饮食起居等多方面进行调养，改变人体内环境，改变癌状态，进而达到防治癌症的目的。

在中医学者共同努力下，癌症已不可怕，带瘤生存已成为现实，战胜癌症并不遥远。

《李忠谈中医肿瘤防治养生》由世界图书出版公司出版发行。

## 作者简介

李忠，著名中医肿瘤临床专家，主任医师、教授、博士研究生导师，北京中医药大学首批临床肿瘤学博士，中华中医药学会肿瘤分会秘书长，中华中医药学会外治分会副主任委员，中华中医药学会中青年科技创新专家委员会委员，中国老年学会肿瘤专业委员会执行委员，北京中西医结合学会肿瘤专业委员会委员，北京抗癌学会中西医结合专业委员会委员，北京中医药学会肿瘤专业委员会委员，国家自然科学基金委员会函审专家，北京市药品监督管理局新制剂评审专家。

李忠教授长期从事中医药及中西医结合治疗恶性肿瘤的临床、科研和教学工作，熟悉肿瘤中西医研究的最新动态，在采用中医药和中西医结合疗法治疗恶性肿瘤方面积累了丰富的临床经验，尤其擅长中医药治疗肺癌、肝癌、胃癌、肠癌、乳腺癌、淋巴瘤、脑瘤、白血病等多种恶性肿瘤，并在肿瘤术后预防复发、转移和癌性疼痛的治疗及肿瘤放疗、化疗，中药增敏解毒方面有较为深入的研究。
李忠教授在临床大胆实践的同时，不断吸取现代肿瘤研究成果，根据肿瘤细胞的特性及中医用药特点，首次提出了“癌”的状态论。
他认为“癌”是一种人与自然、人体内部五脏六腑之间失衡的状态；并根据“癌状态”论，首次提出了改变“癌状态”的“状态疗法”，该疗法突破了传统中医治癌理论的束缚，开创了中医抗癌的新理念。
根据此理论，李忠教授研制开发了系列抗癌方药，应用于临床，取得了较好的疗效。
李忠教授先后主编和参编中医肿瘤专著及其他医学著作10余部，发表学术论文40余篇，代表著作有《临床中医肿瘤学》《专科专病名医诊治经验——肿瘤》《现代中医肿瘤诊疗手册》等，主持及参与多项国家部局级、大学校级科研课题的研究，并先后负责5项国家中药三类新药的临床设计与开发研究。

# <<李忠谈中医肿瘤防治养生>>

## 书籍目录

第一篇 癌，你认识多少
第一讲 癌症是人类健康的“头号杀手”
第二讲 癌症源于我们自身
第三讲 肿瘤与癌有何区别
第四讲 癌症真的很可怕吗
第五讲 癌症能治愈吗
第六讲 癌症会传染吗
第七讲 了解生活中的致癌因素，远离癌症侵扰
第八讲 癌症早期的四大表现
第九讲 癌症早期发现靠自己
第十讲 如何消灭癌症
第二篇 五脏养生与防癌
第一讲 心主神明 养心防癌
第二讲 肝主疏泄 柔肝防癌
第三讲 脾主运化 健脾防癌
第四讲 肺主宣肃 润肺防癌
第五讲 肾主封藏 补肾防癌
第三篇 七情调养与防癌
第一讲 喜从心生 过喜伤人
第二讲 怒气伤肝 气血淤滞
第三讲 忧思伤脾 痰湿中生
第四讲 悲愁伤肺 上焦失调
第五讲 惊恐伤肾 先天受损
第四篇 四季养生与防癌
第一讲 春季
第二讲 夏季
第三讲 秋季
第四讲 冬季
第五篇 生活方式与防癌
第一讲 合理膳食与防癌
第二讲 睡眠与防癌
第三讲 运动与防癌
第四讲“给力”工作与癌症
第五讲 饮酒与癌症
第六讲 吸烟与癌症
第七讲 不良情绪与癌症
第六篇 无色无味与防癌
第一讲 五彩食物皆是抗癌药
第二讲 五味调和才是防癌秘方
第七篇 状态疗法与防癌
第一讲 中医药真的能抗癌吗
第二讲 从种子与土壤的关系说起
第三讲 癌症防治新思路——状态疗法
第四讲 改变“癌状态”的中医6大法则
第五讲 改变“癌状态”的良方——体若康

第六讲 改变“癌状态”需要有坚持的信念
第七讲 改变“癌状态”，预防控制癌症转移
第八篇 实用防癌小策略
第一讲 癌症防治原则
第二讲 常见癌症防治策略
第三讲 癌症常见症状防治技巧
第四讲 细节决定成败

## 章节摘录

版权页： 插图： “ 癌症正在成为人类第一杀手 ”，《中国癌症预防与控制规划纲要（2004—2010）》开篇就这样写到。
癌症是杀手，真是一点也不假。
据2003年世界卫生组织（WHO）公布的数据显示：2000年全球共有恶性肿瘤患者1000万，其中男性530万，女性470万：因恶性肿瘤死亡者高达700万，占总死亡人数的12%，在多数发达国家中这一数字可达25%。
在发展中国家，由于城市化进程的加快，饮食习惯及与之密切相关的肿瘤的发病率均将逐渐转变成经济发达国家的类型。
据国际癌症研究中心（IARC）估计，未来全球癌症发病人数将会以每年3%～5%的速度递增，预计到2020年全球将有2000万新发病例数，死亡病例将达1200万。
癌症威胁人类的健康与生命几乎已经到了猖獗的地步了。
在20lO年5月27日中华医学会举办的第21届世界抗癌大会新闻发布会上，国际抗癌联盟主席大卫·希尔教授公布了全球癌症发病情况。
数据表明，癌症造成的经济负担不断增长，2009年全球癌症死亡总人数为800万人，80%的癌症患者集中在中低收人国家。
而中国癌症谱呈现新特征，既有发达国家也有发展中国家的流行特征。
我国癌症发病数以年均3%～5%的速度递增。
调查显示，在城市，肺癌、胃癌和乳腺癌发病率最高；在农村，胃癌、食管癌和肝癌的发病率排在前三位。
说明在城市中与现代生活方式密切相关的癌症呈上升趋势；在农村，与贫困、缺医少药等因素相关的癌症仍然高发。
大卫·希尔指出，随着癌症发病和死亡人数增加，因癌症而带来的经济负担会越来越对社会经济发展产生不良影响。
同时，由于肿瘤的病因及发病机制尚未完全阐明，且缺乏满意的治疗方法，因此，肿瘤对人类的威胁日益加剧，已成为当前医学领域重大的研究课题。
在我国，目前癌症死亡已位居我国各类死因的第一位，其中8种癌症又占我国癌症总死亡率的80%以上。
这8种癌症是：肺癌、肝癌、胃癌、食管癌、结直肠癌、宫颈癌、乳腺癌和鼻咽癌。
自20世纪70年代以来，我国癌症死亡率一直呈持续增长趋势，特别是西部和农村地区。
20世纪70年代我国每年死于癌症的人数为70万，90年代为117万，21世纪初则上升为150万。
根据人口总趋势、老年人群数量和环境恶化这三个重要因素预测，如不加以控制，我国癌症死亡人数在今后20年中还将上升1倍。
20世纪90年代全死因抽样调查结果显示，我国癌症出现了新的特点：以发展中国家高发癌症为特点的上消化道癌症居高不下，如肝癌、胃癌及食管癌等；同时，以发达国家高发癌症为特点的肺癌、结直肠癌及乳腺癌等也迅速上升，其中肺癌尤其明显，相比20世纪70年代，男性肺癌患者上升了159%，女性上升了122.6%。
大城市是癌症高发区。
据统计，北京的肺癌死亡率从1974年到2003年，增幅高达167%，已经成为严重危害北京市民健康的首位癌种：上海已成为全国癌症高发区，发病率接近欧美，而且分布呈“ 中心高，周围低 ”的态势，即9个中心城区的癌症发病率明显高于周边郊区和郊县。
不仅是北京、上海，哈尔滨、武汉等大城市的癌症发病率都呈明显上升趋势，恶性肿瘤在1997、1998、1999三年中已上升至全国大城市居民死因顺位的第一位。
造成这一现象的主要原因有两个：首先，城市工业化进程造成的环境污染以及不良的生活方式。
环境恶化，西化的生活方式，这些伴随着工业化而来的因素，几乎已是众所周知的上述癌症高发的原因。

吸烟、空气污染、长期大量进食“三高”食品、女性晚婚晚育、工作紧张、竞争压力、生活无序等与肺癌、乳腺癌、结直肠癌的快速增长密不可分。
其次是城市人口老龄化。
癌症等慢性病发病人群主要为老年人。
经济越发达，生活水平越高，人的寿命自然提高，老年人多，癌症等老年人多发疾病的发病率就高，人群整体发病率也自然会被提高。
上海癌症发病率成为全国城市之最。
而且从20世纪70年代到现在一直都是这样，原因之一就是上海经济比较发达，人口老龄化程度在全国是最高的，而老年人多，发病率自然就高了。

## 编辑推荐

《李忠谈中医肿瘤防治养生》只是一本科普读物，但我相信通过这样的科普读物，能帮助更多的患者正确认识癌症，选择科学合理的治疗方法，更好地发挥中医药在癌症临床治疗中的优势和特色，而这也正是编写《李忠谈中医肿瘤防治养生》的初衷和目的。

第一图书网, tushu007.com



## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com