

中醫食療在癌症患者安寧療護中的應用

Traditional Chinese Medicinal Diet for Health

Promotion in Cancer Patients

Dr. WANG Ning, Assistant Professor

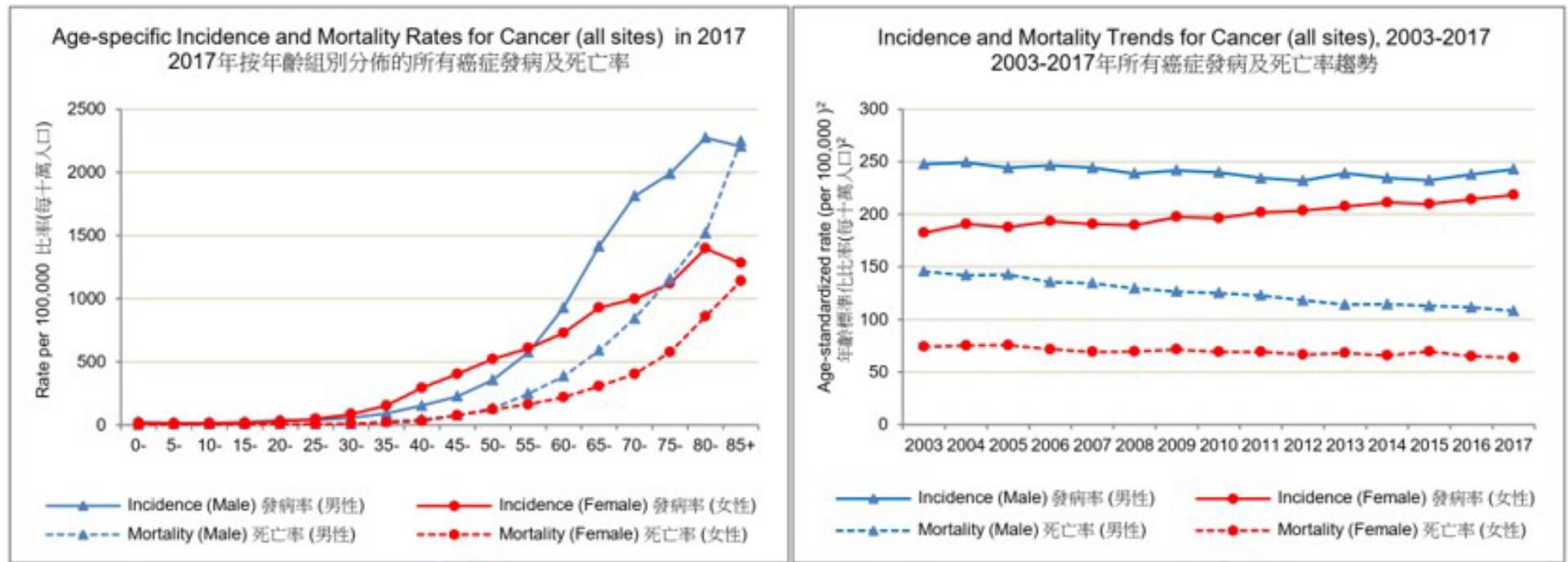
School of Chinese Medicine

Li Ka Shing Faculty of Medicine

The University of Hong Kong

- 中藥非無毒，用藥需遵醫囑。

2017年香港所有癌症統計數字	Incidence 發病		Mortality 死亡	
	Male 男性	Female 女性	Male 男性	Female 女性
Number of cases registered 登記個案數目	16,876	16,199	8,487	5,867
Male : Female ratio 男女比例	1.04	1	1.4	1
Median age (years) 年齡中位數 (歲)	68	62	72	73
Crude rate ¹ 粗發病/死亡率 ¹	497.5	405.1	250.2	146.7
Age-standardized rate [ASR] (Segi) ² 年齡標準化比率 (Segi) ²	242.9	218.4	108.1	63.4
Average Annual Percent Change of ASR over the past 10 years ³ 年齡標準化比率在過去十年內的平均每年百分比變化 ³	-0.1%	+1.2%*	-2.2%*	-0.9%*
Lifetime risk before age 75 一生累積風險 (0-74歲)	1 in 4	1 in 5	1 in 9	1 in 15
Mortality : Incidence ratio 死亡對發病比 (2013-17)	0.47	0.31		



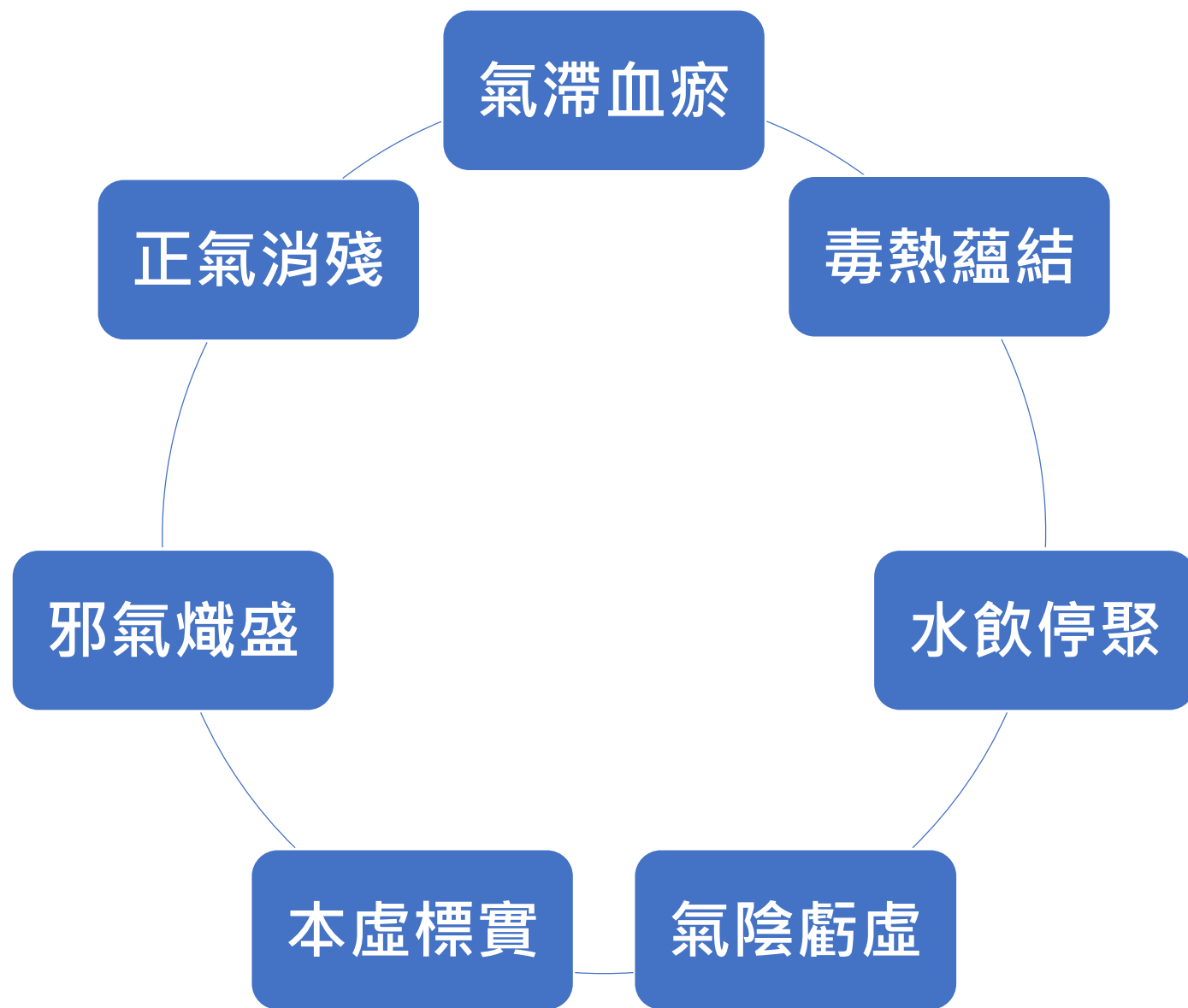
206例腫瘤患者症狀分佈

症狀體徵	例數	百分比	症狀體徵	例數	百分比	症狀體徵	例數	百分比	症狀體徵	例數	百分比
精神萎軟	136	66	面色少華	36	17	便血	14	7	舌暗	54	26
體倦乏力	164	80	面目黃染	20	10	腹瀉	26	13	舌紫	12	6
消瘦	66	32	咳嗽	100	49	大便乾結	66	32	苔薄	110	53
神志不清	18	9	咳痰色白	72	35	小便量少	42	20	苔白	118	57
煩躁	12	6	咳痰色黃	26	13	腰背疼痛	50	24	苔黃	16	8
嗜睡	22	11	痰中帶血	14	7	胸痛	18	9	苔膩	60	29
夜寐不安	106	51	口乾	26	13	肋肋疼痛	28	14	苔光	24	12
畏寒	4	2	嘔吐	40	19	四肢疼痛	16	8	脈弦	86	42
發熱	38	18	惡心	56	27	四肢水腫	60	29	脈細	138	67
頭暈	22	11	納差	174	84	舌淡	66	32	脈滑	32	16
動則氣促	78	38	腹痛	72	35	舌胖	6	3	脈澀	10	5
胸悶	80	39	腹脹	82	40	舌邊齒痕	6	3	脈數	16	8
心悸	18	9	嘔血	12	6	舌紅	146	71	脈弱	12	6

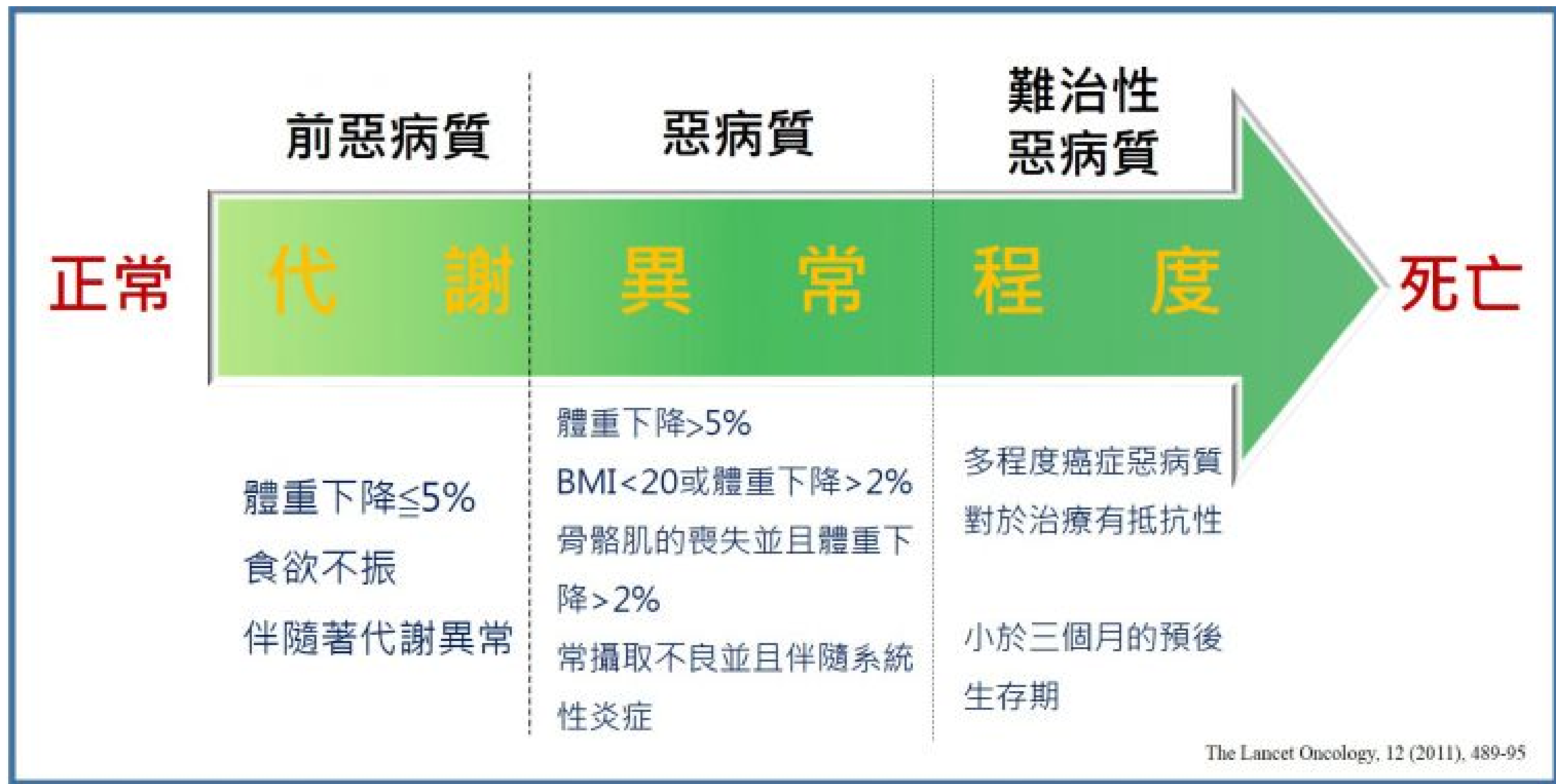
206例腫瘤患者証素分佈

病位証素	例數	百分比	病性証素	例數	百分比
肺	104	50	水（痰）飲停聚	86	42
脾（胃）	146	71	氣滯	132	64
肝（膽）	56	27	氣逆	72	35
腎	72	35	氣虛	168	82
心	104	50	血虛	36	17
腦	42	20	陰虛	48	23
			陽虛	8	4
			熱毒	38	18
			血瘀	72	35

腫瘤患者之主要特點



癌症惡病質的發展進程



癌症患者安寧療護之原則

1

整體治療為主，局部治療為輔

2

對症治療為主，對因治療為輔扶

3

扶正為主，攻邪為輔

1. 整體治療為主，局部治療為輔

- 整體治療

- ① 化療
- ② 生物治療
- ③ 中醫治療

- 局部治療

- ① 手術
- ② 放療

2. 對症治療為主，對因治療為輔

• 對症治療

針對各種由腫瘤引起的症狀，如疼痛、發熱、疲乏、納差、惡心、嘔吐、咳嗽、咳痰、氣短、出血、消瘦、腹脹、便秘、腹瀉等

• 對因治療

針對腫瘤原發病竈，及腫瘤對周圍組織的直接浸潤，通過血液、淋巴等體液播散、轉移並在遠處組織著床生長等

3. 扶正爲主，攻邪爲輔

- 扶正治療

扶正者，扶正氣之謂，提高機體免疫力自寓其中，生物反應修飾劑、中藥補益之品當屬此類

- 攻邪治療

攻邪者，抗腫瘤之義，手術、放療、化療及中藥解毒、化痰、軟堅之品則為此類



扶正之法

藥物 治療

- 中藥
- 西藥

膳食 治療

- 飲食營養
- 藥食兩用

中醫扶正之法

- 麥冬、天冬、百合、生地、白芍、枸杞、女貞子等
- 石斛、靈芝、沙參、龜板、鱉甲等

滋陰

益氣

養血

溫陽

- 當歸、丹參、雞血藤、制首烏、龍眼肉等
- 阿膠、紫河車、肉從蓉等

- 黨參、山藥、獲荃、白朮、甘草等
- 紅參、曬參、太子參、黃芪等

- 白朮、砂仁、補骨脂、沉香、乾薑、烏藥等
- 附子、肉桂、鹿茸、淫羊藿、仙茅、巴戟天等

藥食同源

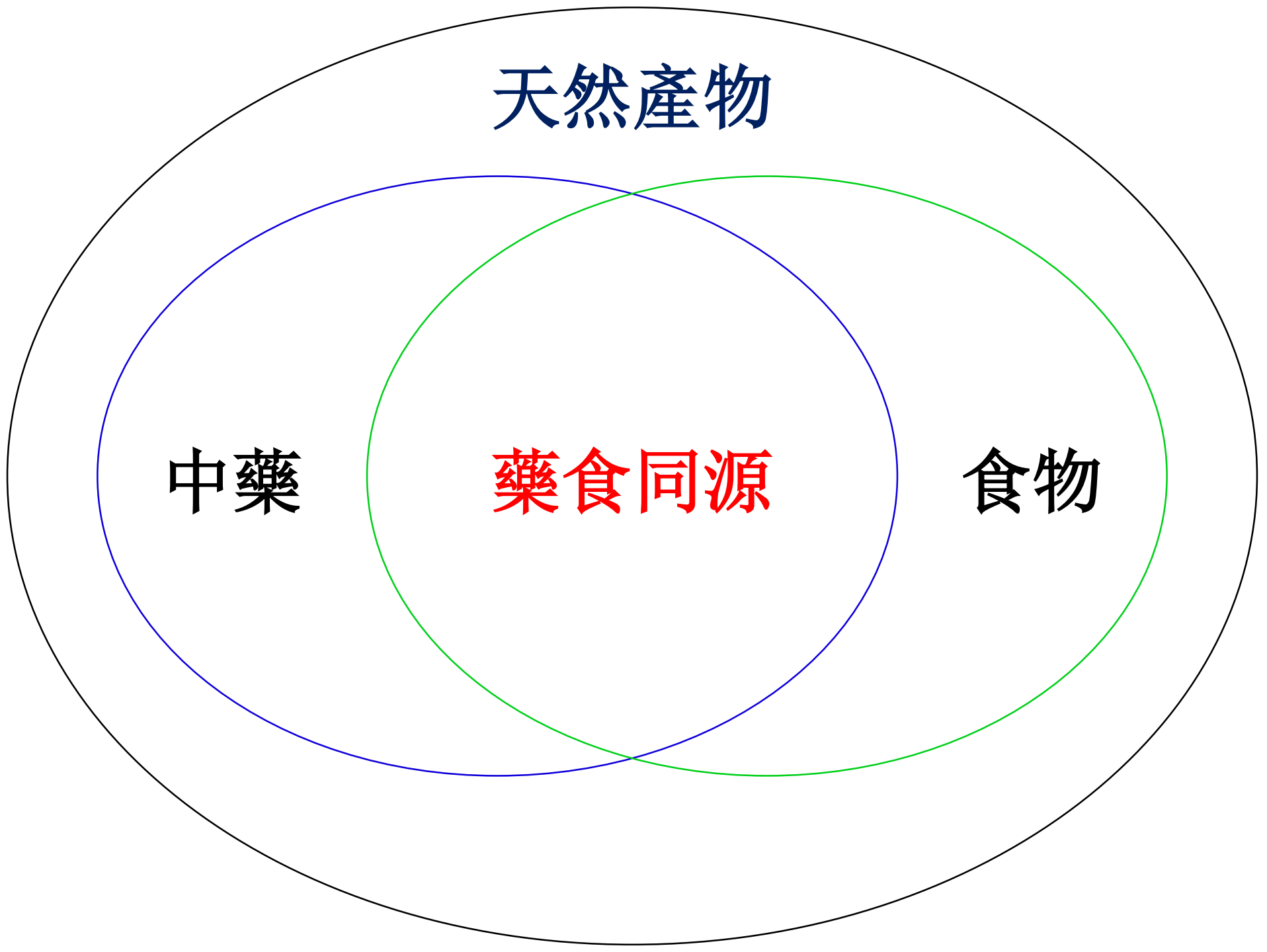
- 藥食同源是指一部分中藥可以作為食物長期食用，或者長期食用的食物具有某些特定的藥用價值，不僅可以提供人體所需的能量和營養，還具有防病治病、養生保健、延年益壽之功效。
- 藥食同源是中醫藥學的一個重要理論，在這一體系下，經過長期的生活、臨床實踐，中醫藥學創造了使用食物（食療）、中藥與食物合用（藥膳）來調理身體、治療疾病的獨特方法。

天然產物

中藥

藥食同源

食物



中醫食療

- 食療是通過調整飲食結構，藉助有利於疾病恢復的食物來對治療效果起到促進作用，也被稱為食治、食養等
- 中醫食療即依中醫理論之指導，對食對食物的性能、製作方法和使用方法進行分析，同時瞭解不同食物之間的合理搭配，使食物的療效發揮到最大

癌症患者食療之原則

1

辨證施食

2

三因配膳

3

飲食禁忌

1. 辨證施膳

病症		適宜食物
痰凝証		蘑菇、川贝、海带、海藻、半夏、海蛤等
氣滯証		陈皮、桂皮、桃仁、山楂、白萝卜、柑橘、洋葱、柠檬等
虛証	陰虛	百合、麦冬、雪梨、银耳、白茅根、甲鱼等
	陽虛	杜仲、淫羊藿、肉苁蓉、韭菜子、冬虫夏草等
	氣虛	党参、人参、黄芪、白术、大枣、牛羊肉、蜂蜜等
	血虛	当归、阿胶、肝脏、白芍、何首乌、牛奶等
血瘀証		三七、黑木耳、鸡血藤、桃仁、红花、黑大豆、山楂等
熱毒証		马齿苋、苦瓜、绿豆、山豆根、败酱草、龙葵、土茯苓等
陰毒証		猴头菇、花椒、艾叶、干姜等

2. 三因配膳

• 因人制宜

腫瘤患者，應著重註意調理脾胃，正所謂“脾胃為後天之本”，顧護脾胃就是保護機體氣血生化之源，並可加與常用抗腫瘤食物，如木耳、香菇、香蕈、靈芝、猴頭菇、薏苡仁、蜂蜜、蜂王漿等。

• 因時制宜

《千金方》中提到“二月三月宜食韭”、“八月九月勿食姜”，證明食療與天時有較強聯系。

• 因地制宜

不同地區，地理環境及氣候不同，飲食習慣就不同，我國南方氣候潮熱多濕，宜進食健脾利濁的食物，如薏苡仁、山藥、扁豆、蓮子等；北方氣候寒冷，易傷人陽氣，宜用溫熱補陽的食物，如牛羊肉、雞肉、鹿肉、蔥、蒜等，而不宜使用寒涼食品。

3. 飲食禁忌

中藥類別	代表藥物	飲食禁忌
滋補藥	人參、黨參、西洋參、冬蟲夏草、黃芪、當歸、熟地、天冬、枸杞子、桂圓、鹿茸、阿膠等	白蘿蔔、綠豆，因白蘿蔔是行氣、降氣、破氣的，可能會削弱滋補藥物的滋補功效；綠豆具有清熱解毒之效，也會抵消滋補藥物的補益作用
清熱藥	桔梗、桑葉、連翹、大黃、黃連、黃芩、黃柏、牡丹皮、金銀花等	辛辣、刺激性食物，例如辣椒、胡椒、咖喱、酒類等，此類食物不僅會減弱清熱涼血療效，還可能促發炎癥、引起出血
解表藥	麻黃、桂皮、荊芥、防風、薄荷、菊花等	生冷、致澀的食物，此類食物具有收斂作用，會影響藥物解表發汗的效果
理氣消脹藥	陳皮、積實、厚樸、木香、雞內金、六曲、麥芽、山楂等	豆類、紅薯，此類食物進入人體後，在酶的作用下經過生化反應，會產生大量氣體，反而引起腹脹
溫澀止瀉藥	烏梅，赤石脂，肉豆蔻等	生冷瓜果，此類食物具有滑腸利便的作用，與藥物作用恰好相反
健脾養胃藥	白朮、芡實、蓮子、黃精、山藥、大棗等	糯米、豆類、肉類，此類食物不易消化吸收，會增加腸胃負擔，影響病人尤其是胃腸功能已經減退的老年人的康復
止咳平喘藥	杏仁、百部、紫苑、款冬花、桑白皮等	魚、蝦之類，這是由於某些人機體的免疫力較差，會出現過敏，魚、蝦對胃粘膜有刺激作用

扶正培本清化湯（散）結合藥膳治療胸部 常見中晚期惡性腫瘤

- 劑量

綜合治療期間（3 個月）每天 1 劑，鞏固期間（12 個月）隔天 1 劑。

- 主方

黃芪、生薏苡仁各 30g，太子參 20g，百合、女貞子、枸杞子、半枝蓮、山慈菇、莢術各 15g，丹參 10g，川芎、白術、茯苓、制半夏、陳皮各 6g。

扶正培本清化汤（散）结合药膳治疗胸部 常见中晚期恶性肿瘤

• 加減

- ① 嘔惡泛酸：加黃連 6g，吳茱萸 3g；
- ② 口淡乏味、不思飲食：加雞內金 20g，砂仁（後下）10g；胃脘脹滿、胸脅疼痛：加醋柴胡 12g，厚樸 12g；
- ③ 出現放射性食管炎，口幹咽痛、吞咽不利或吞咽時疼痛、舌紅少苔、脈細數：選加生地 15g，玄參 10g，山豆根 15g，桔梗 10g，威靈仙 20g；
- ④ 出現放射性肺炎，見幹咳、無痰、口燥咽幹宜養陰潤肺化痰：選加麥冬 12g，生地12g，沙參 12g，貝母 12g；
- ⑤ 痰多、咳喘，痰黃稠或痰中帶血，胸悶或痛、舌紅苔黃宜養清肺化痰：選加桑皮 12g，葶莖 20g，黃芩 9g，黃連 9g。
- ⑥ 腰膝酸軟：加狗脊、炒杜仲各 15g；頭暈目昏加山萸肉 12g，菊花 10g。

扶正培本清化汤（散）结合药膳治疗胸部 常见中晚期恶性肿瘤

• 藥膳療法

偏陰血虛者，3 方每天選食 1 種：

- ① 百銀薏棗飲：薏苡仁、銀耳、百合各 10g，大棗 10 枚；
- ② 黑木耳粥：黑木耳 15g，紅棗 12 枚，黑芝麻 5g，粳米 50g；
- ③ 首烏鯽魚湯：鮮鯽魚 2 條，首烏 15g，黃酒 15ml。

偏陽氣虛者，3 方每天選食 1 種。

- ① 桂圓山藥粥：龍眼肉、山藥、炒薏苡仁各 10g，枸杞子 5g，大棗 10 枚，粳米 50g；
- ② 人參香菇湯：香菇 25g，紅參 5g，黃豆 50g；
- ③ 黃芪童子雞湯：童子雞 1 只，黃芪 9g。

药膳疗法减轻癌症患者化疗后恶心、呕吐的护理观察

- 一般資料

- 所选病例为 2009 年 2 月 ~ 2010 年 2 月我科收治的联合化疗的 60 例病例，按就诊顺序随机 分为两组。所有病例均有不同程度的恶心、呕吐症状。两组病例临床资料经统 计学处理差异无显著性($P > 0.05$)，具有可比性。

- 治療方法

- 对照组采用西医疗法: 一般止吐治疗 方法，即恩丹西 酮 8mg，于化 疗 前 20min 静 推; 胃 复 安 20mg，于化疗前后 10min 肌肉注射。治疗组用药膳加 西医结合疗法: 在上述西医抗吐疗法的同时，加用药膳 止吐疗法。

药膳疗法减轻癌症患者化疗后恶心、呕吐的护理观察

- 药膳配方:

- 黄芪 20g，党参 15g，茯苓 12g，白术 10g，山药 12g，炙甘草 5g，麦冬 5g，竹茹 10g，木香 12g，陈皮 10g，生姜 9g，大枣 5 枚，薏苡仁各 10g。水煎浓缩过滤取汁 200ml，加面粉 500g 按比例制成点心，每日 2 次，每次 100g，于化疗前 1 ~ 2 天开始服用，于化疗后 3 ~ 5 天结束。随症加减: 有腹泻者加肉豆蔻 12g; 腹痛者，加延胡索 20g，郁金 15g; 有口腔溃疡者，加金银花 15g，山豆根 15g，并用冰硼散适量外敷; 便秘者加柏子仁 30g。

- 療效

- 两组临床疗效比较 治疗组 34 例，治愈 24 例，显效 4 例，有效 3 例，无效 3 例，总有效率 91.2%; 对照组 26 例，治愈 12 例，显效 3 例，有效 4 例，无效 7 例，总有效率 73.1%。治疗组总有效率与对照组比较，差异有显著性意义($P < 0.01$)。

腫瘤患者之膳食指南

- ① 合理膳食，適當運動
- ② 保持適宜的、相對穩定的體重
- ③ 食物的選擇應多樣化
- ④ 適當多攝入富含蛋白質的食物
- ⑤ 多吃蔬菜、水果和其他植物性食物
- ⑥ 多吃富含礦物質和維生素的食物
- ⑦ 限制精製糖攝入
- ⑧ 腫瘤患者抗腫瘤期和康復期膳食攝入不足，在經膳食指導仍不能滿足目標需要量時，建議給予腸內、腸外營養支持

Thanks for Listening !

感謝觀看！