



逢周一刊出
網址: http://www.takungpao.com
FAX: 2572 5593
版權所有 翻印必究

香港肺癌概述

肺癌是本港的首位致命癌症，據最新的政府統計處及衛生署的數字顯示，肺癌是本港男性中最常見的癌症，在女性方面，肺癌則是第三位最常見癌症，其數字僅次於乳癌及結腸直腸癌（大腸癌）。於2011年錄得的癌症新症當中，有16.3%是屬於肺癌個案。於2012年，共有3893人死於肺癌，佔癌症死亡人數的29.2%。按性別劃分每十萬人口計算的肺癌粗死亡率分別為男性的78.1及女性的33.9。

肺癌的高危因素及症狀

肺癌主要分非小細胞肺癌和小細胞肺癌兩類，當中以非小細胞肺癌最為常見，約佔肺癌個案的85%。非小細胞肺癌亦可分成三種，包括鱗狀細胞癌、腺癌和大細胞癌。吸煙是肺癌的主要原因，有超過80%的患者是長期吸煙人士。煙齡愈長，患上肺癌的風險會愈高。假如您的吸煙指數超過400，您已經是發生肺癌的高危人群。吸煙指數=每天吸煙支數×吸煙年數。如果您每天平均吸20支煙，已有20年的吸煙史，那麼您的吸煙指數就是400。如果每天吸30支，已有15年的吸煙史，吸煙指數就是450。醫學家把吸煙指數超過400的人列為發生肺癌的「高危險人群」。所以50-59歲期間患肺癌最多，40歲以上肺癌發生率繼續上升。

高危因素	症狀
長期吸食二手煙	持續胸口痛、肩膀疼痛或背痛
家族病史，有近親曾患肺癌	痰量增加和顏色轉變
長期接觸致癌物質（如氯氣、石棉和砷）	痰中帶血
長期暴露於輻射的環境	氣喘或喘鳴
空氣污染	呼吸困難
肺部疾病（如肺結核）患者	食慾下降
	體重減輕
	聲音嘶啞
	肺炎或支氣管炎持續復發

由於肺癌早期一般都沒有明顯症狀，因此症狀出現時往往已屬較晚階段。為了及早發現癌腫，建議高危人士應定期進行身體檢查。

另外一個導致肺癌的高危因素也不容忽視，就是烹飪中的油煙及採用菜籽油。紐約美聯社一項對中國婦女的初步研究表明，長時間暴露在烹飪油煙中可能是導致肺癌的一個重要原因。美國國家癌症研究所的研究人員表示，該發現有助於解釋為什麼不吸煙的中國女性肺癌發病率比較高。研究人員在接受記者採訪時說：為什麼中國女性肺癌的發病率較高，原因之一可能是這些油煙。經常煎炒食物的婦女肺癌發病率是最高的，高溫下食用油往往氯化了。患肺癌的風險也與菜籽油的使用有關，菜籽油在中國廣泛使用，美國最近才有。研究人員強調，菜籽油本身不會對人體有害，但是變成油煙之後，就會產生致癌的風險。

陳玉瑜

香港註冊中醫師
廣州中醫藥大學博士（中醫腫瘤科）
香港大學中醫（針灸）碩士
廣州中醫藥大學中醫（全科）學士

針灸療法

1、針刺：主穴取風門、肺俞、心俞、天泉、膏肓、中府、尺澤、腹中以及痛處壓痛點。配穴取列缺、內關、足三里。耳穴取上肺、下肺、心、大腸、腎上腺、內分泌、鼻、咽部、胸等。補瀉兼施，每日1次，每次留針20~30分鐘。適用於各期肺癌者。針刺治療時可配合湯藥同時治療。

2、針刺和穴位注射：針刺百會、內關、胸腎、風門、肺俞、定喘及豐隆穴，並以20%~50%紫河車注射液14~16ml，分別注入足三里及大椎穴。每曰或隔日1次，連續治療15天為一療程，休息3~5天，再開始下一療程。適用於肺癌等晚期惡性腫瘤疼痛者。

（按：法例所限，穴位注射在港未能施治。）

飲食療法

1、手術後飲食：手術後肺氣大傷，宜以補氣養血為主。選用杏仁露、山藥粉、鮮白菜、白蘿蔔、冬瓜皮、冬瓜子、山梨、蓮藕等食品。

2、放療時飲食：放療期間肺陰大傷，宜滋陰養血為主。選用鮮蔬菜、鮮水果，如蘋果、杏仁、核桃仁、枇杷果、枸杞果。

3、化療時飲食：化療期間氣血兩傷，宜以大補氣血為主。飲食選用鱉、鵝、白木耳、香菇、燕窩、向日葵、山梨、銀杏等。

山藥粉

杏仁露

山藥粉

杏仁露