

中醫對癌症病友的幫助

撰文◎中醫部住院醫師 鄭傑元

癌症可以看中醫嗎？中醫如何幫助癌症病人？

在西方醫學中，治療腫瘤的主要手段包含手術、化學治療及放射線治療，但容易引起許多副作用，如倦怠、口瘡、腹瀉、骨髓抑制、脫髮等，嚴重影響患者的生活品質，甚至是病患的治療意願。

許多癌友面對癌症，常常感到無力和困惑：是忍受治療帶來的巨大不適，還是任由癌細胞在體內肆虐？

其實，答案不應該只有這兩種，近年來，

針灸療法在世界上得到廣泛的使用與研究，針灸在緩解各種癌症疼痛、改善放射治療與化學治療毒副作用、提高患者免疫力等方面，發揮了積極的作用。

以中醫針灸、藥物的輔助，可以讓癌友們在更舒適的狀態下，勇敢抗癌！

化療副作用一次看

近年來，由於抗癌新藥不斷發現改良，化療藥物的治療效果顯著提高，成為現代腫瘤癌症治療的主要方式。

然而，化學治療藥物的生化選擇性很低，

常造成敵我不分的狀況，在毒殺腫瘤癌細胞的同時，對正常細胞也有相當大的毒性，可能導致機體陰陽失調、氣血乖張、正氣虧虛和臟腑損害。

以下列舉幾種常見的化療副作用：

- 骨髓抑制（Myelosuppression）所造成的血球細胞減少症
- 消化系統反應
- 泌尿系統損害
- 肝膽毒性
- 心血管毒性
- 呼吸系統毒性
- 神經毒性
- 落髮
- 皮膚症狀

中醫辨證論治， 個人化調理體質

常常聽到癌友或家屬詢問：「癌症患者不能亂吃補，以免補到癌細胞？」

從中醫觀點來看，「虛則補之，實則瀉之」，藉由正確的調補方法以達到強身治病的效果。

癌友由於本身體質因素、癌症種類，以及接受手術、放化療、標靶治療等不同治療的階段，表現出不同的臨床症狀變化，中醫特別注意癌細胞與身體所處的相對平衡關係，也就是「邪氣」與「正氣」之間的消長盛衰，中醫有時會運用補法、有時運用攻法，最終的目的

在於使身體恢復到平衡的狀態，因此，若補之有道，其實不需要太過擔心。

一般而言，中醫對於癌症的治療大致可分成以下幾個方向：

扶正培本

適合體質表現為虛證的患者，臨床上可出現如：食慾不振、容易倦怠、腹脹腹瀉、放射治療後口乾、貧血、血小板低下、怕風、怕冷等症狀。

治療選用益氣健脾、滋陰生津、滋養補血或溫補脾腎等方式，目的在於提升患者身體恢復機能，以利每次放化療的順利進行。

常用中藥包括：

黨參、黃耆、當歸、熟地、白芍、沙參、麥門冬、乾薑、附子等。

活血化療

此類中藥具有通行血脈、消散瘀血、抑制結締組織增生、以及消除腫塊的作用，經常與扶正培本治療方式搭配使用。

不過，當患者有出血傾向或骨髓抑制的情況，須斟酌給藥，以免增加出血風險。

常用中藥包括：當歸、赤芍、丹參、桃仁、紅花等。



清熱解毒

腫瘤與熱毒經常同時存在，可能出現腫塊局部的灼熱疼痛、口瘡、口渴、便秘等症狀。

此類中藥能夠控制炎症和其他感染症狀。

常用中藥包括：白花蛇舌草、蒲公英、半枝蓮、連翹、金銀花等。

軟堅散結

中醫認為癌症是有形的腫塊，病因與痰濁凝結有關，因此，運用軟堅散結法可有助於消除腫塊，進一步消除病因。

常用中藥包括：海藻、昆布、牡蠣、半夏、白芥子等。

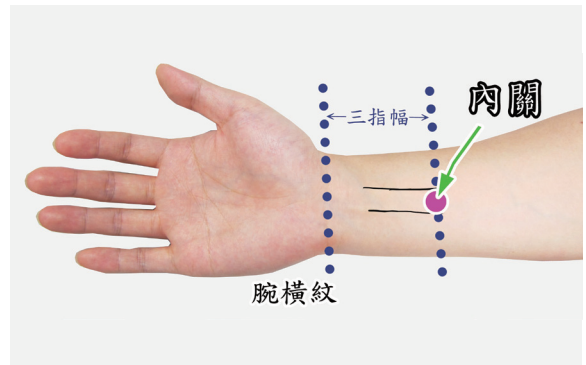
調理脾胃 穴位按摩

脾胃為氣血生化之源，中醫教您「調理脾胃」之道。

癌友的營養狀況往往是治療順利與否的關鍵因素之一，脾胃為我們的後天之本，氣血生化之源，因此中醫相當重視患者的脾胃功能，唯有調理好脾胃，治療期間營養攝取及吸收充足，才能有好的體力打仗，可提高抗癌的免疫力、加速修補細胞損傷及加速新組織的生成建造。

從中醫的觀點來看，食物可大致分為寒、溫、平性食物，適合不同體質的人食用，如：燥熱體質要少食羊肉、辛辣、烤炸物等；寒性體質要少吃白菜、竹筍、瓜類、橘子等。

消化系統症狀是化療後最常出現症狀，癌友除了噁心外，還常有嘔吐、食慾不振、腹痛、便秘和腹瀉症狀，如果有以上困擾，建議可適時、適度按壓以下幾個穴位：



「調理脾胃」穴道一：內關穴

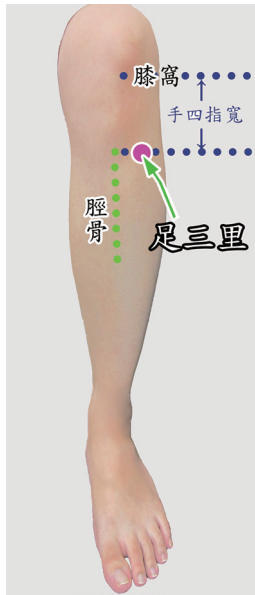
「內關穴」屬於心包經，位於手腕內側橫紋上二寸，大約三個橫指的距離，取穴時手輕輕握拳，將一手的食指、中指、無名指併攏，放在另一手的手腕內側，無名指剛好抵著另一手的手掌與手腕交界處的橫紋，這時三指併攏的食指所在位置，就是「內關穴」。

內關穴有寧心安神、和胃寬胸、降逆止嘔等功效，而十總穴中所謂「內關心胸胃」，表示內關穴對於改善胸部、上腹部臟腑機能有非常好的效果。

平常可按壓內關穴3-5分鐘，有助於緩解心痛、胸悶、失眠、胃痛、嘔吐、胃食道逆流等症狀。

「調理脾胃」穴道二：足三里穴

「足三里穴」屬於胃經，位於小腿前外側，膝蓋下方大約三寸（約四個橫指），再外



開一橫指的地方，就是「足三里穴」的位置。

足三里是胃經合穴，是中醫經典的保健穴位，具有健脾和胃、調理腸胃、補氣強身的功效。這個穴位對於改善消化系統的功能尤其有效，能夠緩解脾胃虛弱、食慾不振、腹脹、腹痛等症狀。對於體弱多病、疲勞乏力的人群，經常刺激足三里可以

有效增強體質，提升免疫力。

平時可用大拇指的指端對準足三里穴進行按摩，每次3-5分鐘，有助於緩解噁心、嘔吐、腹痛、腹脹等症狀，及強化自身免疫力。

「調理脾胃」穴道三：合谷穴

「合谷穴」屬於大腸經，位於拇指與食指往手背延伸的第一掌骨和第二掌骨中間點的凹陷處，也就是俗稱虎口的地方。取穴時將拇指、食指合攏，虎口上肌肉的最高處，即為「合谷穴」。



合谷穴是一個強大的止痛和調節穴位，具有疏風解表、通經活絡、鎮痛止痛的功效，對於身體各部位的急性疼痛，如肌肉疼痛、關節疼痛可以迅速緩解。此外，合谷穴屬大腸經，因此能夠促進腸胃蠕動，緩解便秘、腹痛等症狀。合谷穴還有助於調節身體的免疫功能，增強抵抗力。

平常可按壓合谷穴3-5分鐘，有助於緩解化療後的食慾不振、便秘、腹痛及急性疼痛等症狀。

中西醫結合 治療更全面

癌症的治療是一場漫長而艱辛的戰鬥，每位患者的情況都是獨特的，在治療的不同階段，中醫可以根據患者的體質和症狀，靈活地調整治療方案，幫助患者更好地適應和承受治療過程中的挑戰。

中醫與西醫的結合，可以為癌症患者提供更全面的支持和更好的治療效果，治療期間需要經由中醫師的全面評估，才能確定最適合病患的治療方案。



作者介紹



鄭傑元 中醫部住院醫師

介紹：慈濟大學學士後中醫學系，中華針灸醫學會專科醫師，現任恩主公醫院中醫部住院醫師。專長為針傷科（五十肩、退化性關節炎、運動傷害、坐骨神經痛、中風後遺症、慢性疼痛）、內科（失眠、胃食道逆流、溼疹、青春痘、蕁麻疹）、婦科（更年期症候群、痛經、經前症候群、不孕症、體質調理）。