

体检发现肺结节、肺癌术后复发怎么办？

中医肿瘤专家孙彩珍：

中医治疗有优势，秋养肺要注意调节心态远离生气

“我肺里刚查出一颗磨玻璃结节，8毫米大，想先吃吃中药看，我朋友就是在种福堂看的，他恢复得蛮好。”“孙医生，我两年前做过肺癌手术，身体一直很虚弱，没想到前段时间复查，又冒出两颗肺结节，这段时间我是茶饭不思，你帮帮我。”……

入秋来，杭州种福堂中医医院院长、杭州艾克中医肿瘤门诊部主任孙彩珍的门诊更忙碌了，不少肺结节患者、肺癌患者慕名而来。

“在我国，肺癌的发病率和死亡率位居各种恶性肿瘤的前列，早发现、早诊断、早期治疗对肺癌患者长期生存起关键的作用。我的门诊中，肺结节、肺癌病人约占门诊20%-30%，比例还是很高的。”孙彩珍说，中医认为，肺主气、司呼吸，秋季不仅是感冒、支气管炎、哮喘等的高发季，也是肺结节和肺癌的高发季，这一类病人“秋养肺”就格外重要。

口述：世界中医药学会联合会肿瘤外治法专业委员会常务理事，全国名中医、国家级非遗代表性传承人、中国中医科学院资深研究员周超凡弟子，杭州种福堂中医医院院长，杭州艾克中医肿瘤门诊部主任 孙彩珍

记者 徐益霞



▲全国名中医、中国中医科学院资深研究员周超凡弟子，杭州种福堂中医医院院长，杭州艾克中医肿瘤门诊部主任孙彩珍

有些肺结节可能是肺癌前兆 中医治未病，把肿瘤消灭在萌芽状态

拿到体检报告，发现肺部有结节，很多人心里会“咯噔”一下。其实大家不要谈到肺结节就色变，不要太害怕，但也不能掉以轻心。

如何正确对待？我们要先了解肺结节——

按大小分：5毫米以下的为微小结节，5毫米到1厘米的为小结节，而1-3厘米的为肺结节，大于3厘米的就叫肿块了。

按形态分：可以分为实性结节和磨玻璃结节。其中，磨玻璃结节又分为纯磨玻璃结节和混合性磨玻璃结节。

实性结节良性为多，如肉芽肿、炎症、结核钙化等，但如果实性结节边上有毛刺、有分叶、有胸膜牵拉特征的往往是恶性，且恶性程度比较高。

纯磨玻璃结节以看作是肿瘤性病变的早期表现，5毫米以下基本上是良性的，8毫米以上有6%左右恶性可能。如果结节小于1厘米，可以定期复查；如果大于1厘米的，年纪比较轻的可以考虑手术。

混合性磨玻璃结节，是有部分实性成分部分磨砂玻璃样，就好比鸡蛋黄一样，中间有一白点边上云雾状的，按西医说法就是有血管穿入，如果有胸膜牵拉凹陷基本可以判定为恶性，年龄不大身体条件允许应尽早手术。

总结来说，发现肺结节，应当找专业的医生进行鉴别诊断。暂时可以不用手术的肺结节病人，可以尝试走中医这条路。根据中医治未病的理论，在癌症还没有产生前，用中药治疗把它遏制住，消灭在萌芽状态，就很理想。

我有个岱山的女病人，姓叶，就蛮有防范意识。两年前，她查出一颗6毫米的肺结节就到我这里来看诊。中药吃了三个月，一复查，她高兴坏了，见到相熟的邻居就说自己的肺结节没了。叶女士同村有个姓侯的大伯，今年74岁，先前因为肺癌右肺动了手术，术后体虚乏力，还咳嗽气喘。去年6月，他复查又发现左肺两颗混合性的磨玻璃结节，其中一颗已可见高血供组织，被高度怀疑是癌。侯大伯女儿急坏了，她知道老爸吃不消再挨一刀，想起叶女士的经历，就找了过去。

叶女士很热心，直接从岱山陪着侯大伯一家到我这里来看诊。我用肺原方加减辨证开了中药，并坚定地告诉他要有康复信心。侯大伯喝了一段时间中药，胃口、睡眠、精神各方面都有了起色，对我很信任，有时候干脆微信视频复诊。前几天，侯大伯女儿发来微信，说带老爸复查肺部CT，和医生反复确认，左肺的两颗结节看不到了。她开始不相信，发来片子让我也好好看看。我说确实找不到左肺的两颗结节了，再巩固三个月就停药吧。侯大伯女儿可开心了，她说三个月后正好过年，老爸可以正式迎接新生活了。

术后、放化疗后、靶向治疗后 针对肺癌不同时期，发挥中医不同特点

像侯大伯这样的肺癌病人门诊很多，他们在术后、放化疗后或靶向治疗后会出现各种身体不适。针对不同阶段介入中药治疗，有助于改善和控制临床症状，防止复发转移，对放化疗减毒增效，从而提高生活质量。

杭州的肺癌康复“明星”宓女士，今年62岁，在我们医院吃了13年中药。2008年5月，宓女士体检查出肺部3厘米癌肿以及左右肺上散发性肺结节。既没有症

状，也未察觉异常，自己怎么好端端的就得了这个病，听到这个消息，她一下子懵了，几天就瘦了5斤。

在家人安慰下，宓女士接受事实，2008年6月做了右上肺叶切除术。紧接而来的4次化疗，让宓女士吃不下东西，也没什么精神。好不容易挨到10月化疗结束，手术未能切除的肺结节就像是她的一块心病，怕再次病变。

宓女士的母亲打听得知我们医院通过中草药治疗癌症，把她带了过来。化疗后的肺癌病人往往脾胃功能受损、骨髓抑制，表现为咳嗽痰多、恶心呕吐、脉滑、舌淡、苔白等症状，宓女士也是如此。我在自创清肺消结汤中加半夏、陈皮、砂石、砂仁、山楂、麦芽等健脾中药，加黄芪、仙鹤草、仙灵脾、鸡血藤等升白细胞血小板中药。

吃中药没多久，宓女士说免疫力提高不容易感冒了，一直坚持看诊。现在，她还在吃中药，每年体检肺癌没复发，而且散发性肺结节都保持稳定，气色好了很多，体重也增加了。她说是中医药帮她主动抵御了肿瘤复发，她很珍惜回归的正常生活，因而也常参与到我们医院举办的癌症康复俱乐部活动，与癌友们分享康复事迹，鼓励病友。

那如果不能手术，不能耐受放化疗，无靶向药、免疫治疗的病人怎么办？我的经验是也要抓紧来中药治疗，不要放弃希望。

舟山有位姓刘的女病人，是名教师。15年前，她查出肺部有多发结节，医生打开她胸腔时，发现肺部结节太多，根本无法摘除干净，且有的已发展为肺恶性肿瘤，同时还伴有胸膜转移。医生只为她摘除了两个较大的结节，并将这一情况告诉了家属。家属隐瞒了实情，对她说肺里的结节全部摘掉了。

术后，刘女士来我这里吃中药，家里人把情况告诉了我。我辨证开药并鼓励她，而刘女士认为手术摘除了结节，心态很好，精神也放松，中药吃到现在，生活得很幸福。

还有些肺癌是别的地方转移过来的，叫继发性肺癌。这种转移性肺癌往往是多发的，如肝癌肺转移，肾癌肺转移等，一般不能开刀，对化疗效果也不好，放疗也不敏感，靶向药开始可能有效，过段时间就要耐药，这个时候中药早点跟进往往能发挥事半功倍效果。

治疗肺结节、肺癌 解郁是第一把“金钥匙”

有些人常问我，孙医生你治了这么多肿瘤病人，帮他们度过了5年、10年甚至20年的生存期，药方究竟有什么特别之处？

总结行医30年的经验，我可以肯定地告诉大家，我们的药方就是坚持“解郁、通络、软坚、排毒”八个字。

为啥我把解郁放在第一位呢？忧郁，人人都会有，一个人一生一点忧郁都没有那不可能，但这里有个度的问题。如果某件让你特想不开的事，或长期为某些事而闷闷不乐，忧郁不断累积，就可能从量变引发了质变。从中医角度讲，思则气结，怒则伤肝，怒则气乱，心情不好，肝气郁结，日久则气滞血瘀，积聚成块，肿瘤乃成，肺癌也不例外。

患有肺结节、肺癌的病人，脉象大部分是弦脉，是肝气郁结的表现，这和生活压力大、工作压力大有关。《黄帝内经》说，“秋三月，此谓容平”，容就是从容不迫的意思，平是要平和，健康的人状态是容平，反观那些有压力

的人，在眼下这个季节就容易产生悲秋情绪，心情就更不愉快了。

我们说治病要治本，治本要求因，既然知道忧郁是肿瘤形成的重要原因，那么解郁就是治疗包括肺癌在内的癌症的第一把“金钥匙”。除了我们医生开药方打通郁结，更多的是靠病人自己打开心结。

因而，肺癌、肺结节病人一定要远离“生气”。此外，还要尽量离开其他四种“气”——烟气（二手烟、三手烟）、厨房油烟气、污染的空气（雾霾、汽车尾气等）、有毒气体（装修产生的甲醛等）。

秋季是养肺的好时机 肺结节、肺癌病人饮食要注意

肺结节、肺癌病人的饮食也不容忽视，尽量避免膏粱厚味、辛辣刺激。秋季空气比较燥，本就容易出现口腔溃疡、流鼻血、痔疮等症状，而肺喜阴不喜燥，原本该去扑火的，你吃辛辣、油炸的反而是助火。所以平时饮食宜清淡，多吃生津食物，如百合、莲子、白木耳、梨、马蹄、菱角、文旦、柚子等，咳嗽时泡点菊花茶、鱼腥草。

那么肺癌病人能不能“贴秋膘”，能不能补？要看情况。舌苔厚腻的不适合进补，舌苔薄、淡红的，可以适当补。有些肺阴虚的肺癌病人，泡点玉竹、麦冬喝，可能比吃人参、虫草还好。虫草性温，入肺肾二经，肾气亏虚的、肾功能不好或肺气肿、肺纤维化的人，吃点虫草是好的。但我们中医说有肿瘤的地方就有伏火，如果再去用热的东西补，那就是负薪救火。

总之，治病要求本，要抓住疾病的本质，肺结节、肺癌的本质是火邪、燥和痰，那就要有的放矢。清肺消结汤，以清热解毒化痰药为主，主要针对尚未手术的，火气相对比较旺、咳嗽等肺癌病人；针对肺腺癌的湿重患者加猫爪草、半夏、滴水珠等；针对肺鳞癌患者易咳血的加仙鹤草、白茅根、金荞麦；针对肺癌胸水的加桑白皮、葶苈子、米仁、龙葵。而养肺消结汤偏滋阴清肺，适合手术或者放化疗后阴津耗损的病人，我们会加入半枝莲、麦冬、北沙参等养阴药材。

最后，我也想提醒大家，肺癌的发生早期往往悄无声息，每年体检很有必要。发现报告上有结节要重视，不妨吃点中药预防，防患于未然。同时，也要注意一些肺肿瘤的早期信号，不明原因的刺激性干咳，伤风感冒后咳嗽持续不愈，突发痰中带血或少许鲜血丝，弥漫不固定的胸痛、背痛、肩痛、上腹痛等，固定部位反复发生肺炎等，都要引起警惕，及时去医院检查。

每周二、四全天，孙彩珍院长在杭州种福堂中医医院坐诊；每周一、三、六全天，在杭州艾克中医肿瘤门诊部坐诊。11月30日前，每周免费送出10个专家号，有需要的读者请来电咨询报名。