

# 秋季如何防范肺部疾病

## 金华艾克医院院长杨德志：中医全程参与治疗可发挥独特作用

不管是哪种肿瘤,都需要早发现、早治疗。一旦发现肺结节、肺肿瘤,可尽早让中医参与全过程治疗,更好地让中医药发挥独特作用。在肿瘤早期就发现症状,手术创伤无疑会小很多。如果病情已经比较严重的,病人也不要放弃。现在治疗肺肿瘤的手段是多样化的。近日,金华艾克医院院长杨德志告诉记者,过去得肺肿瘤的很多是七八十岁的老人,以肺鳞癌为主,和抽烟有很大关系。现在得肺肿瘤的不少是中青年人,以肺腺癌为多,其中很重要的原因就是工作压力大、经常熬夜,加上饮食不注意,空气污染严重,导致一部分人患上肺腺癌。

杨德志说,肺腺癌起病隐匿,早期没有典型症状,有的病人一查出来,往往就是晚期。为此,他提醒,50岁以上有长期吸烟史或长期吸入二手烟的人群、有肺肿瘤家族病史的人群、有职业暴露情况的人群(如长期工作在密闭环境或粉尘较多的环境中),建议每年定期进行1次肺部低剂量螺旋CT筛查扫描,及时发现问题。

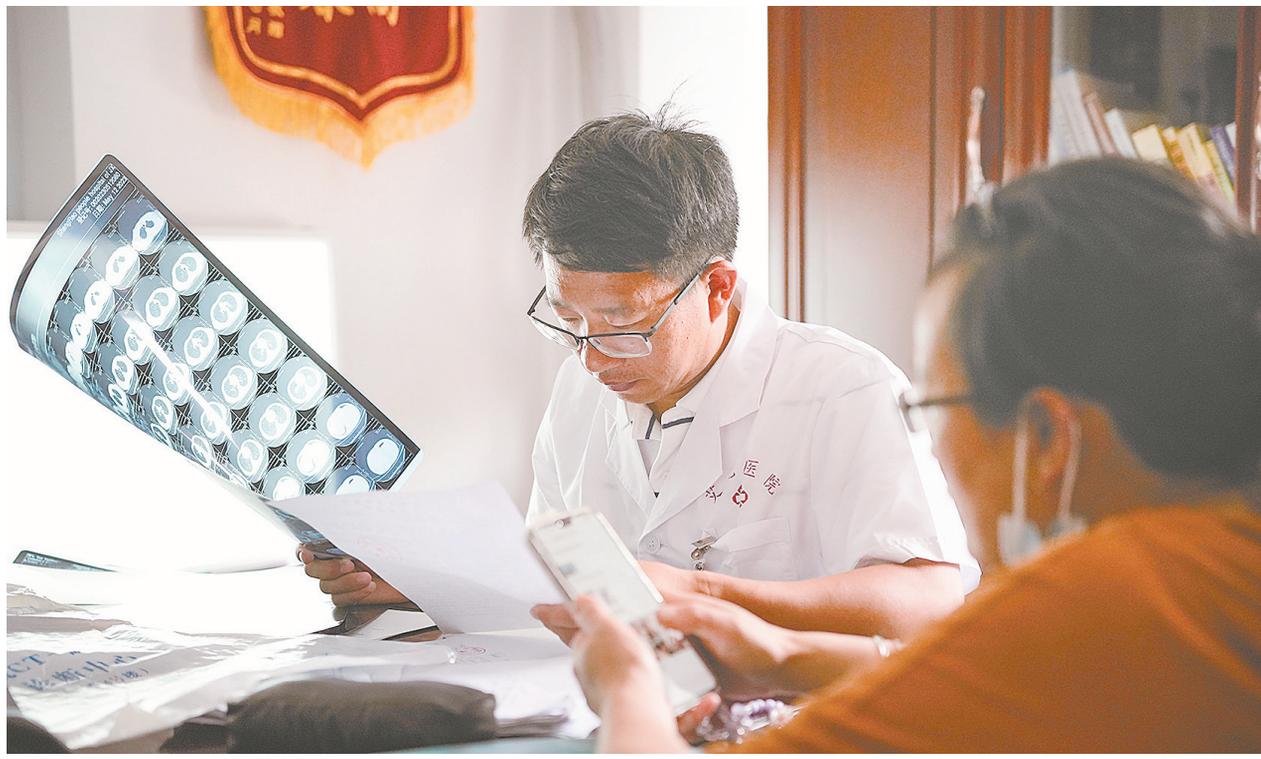
### 患肺肿瘤15年 他一直坚持吃中药治疗

今年79岁的盛茂金患肺肿瘤15年了,一直坚持吃中药,从未间断。家住山区的他,每月到金华艾克医院复诊一次,每次单程就要转4次公交车,来回100多公里。最近一次复诊在8月25日,杨德志诊脉后夸他:气色好,身体保养得不错。

2008年,盛茂金经医院确诊患了肺肿瘤。由于肿瘤长在血管旁边不好开刀,在医生建议下分别做了两次伽玛刀和化疗,但病情没有得到很好的控制,他一直反复咳嗽、痰中带血。

2012年,盛茂金的儿子打听到金华艾克医院在中医治疗肿瘤方面颇有特色,就赶紧陪他去看病。刚开始接诊的是孙彩珍院长,后来是杨德志。吃了半年中药,盛茂金咳血的情况没有了,胃口也好转了。盛茂金这些年一直坚持吃中药,以免病情复发。老伴每天把药煎好再倒进热水瓶,他就当开水一样喝。从当年查出肺肿瘤到现在,盛茂金已经走过了15个年头,村里人都知道他抗肿瘤的经历。他还经常鼓励和安慰其他病友,肿瘤没啥可怕的,一定要树立抗击肿瘤的信心。

去年8月,台州温岭的王先生查出小细胞肺癌,直径在3厘米左右,医生建议化疗。他不愿接受化疗,正好打听到有朋友一直在金华艾克医院吃中药治疗肿瘤,于是他立即赶到金华。第一次,杨德志给他开了一个月的中药;第二次,给他开了半个月的中药。连续吃了45副中药,王先生身体情况好转,在上海肺科医院拍片复查,显示肿瘤有所萎缩,其他指标基本正常。王先生后来就没有再到金华艾克医院。



孙氏中医大弟子、金华艾克医院院长杨德志门诊中

### 得了肺肿瘤不能手术 不妨试试中医药治疗

2018年6月,武义的邵女士体检时发现肺部有多个磨玻璃结节,其中较大的一颗为1.6厘米 1.4厘米。到金华进一步检查后,医生考虑肿瘤的可能性较大,建议手术切除。邵女士不愿手术,听从医生建议定期复查。2020年6月,复查发现肺结节增大到1.6厘米 2.3厘米,且两侧肺部多发磨玻璃结节,确诊为肺癌。在金华艾克医院,经过两年多时间的中药治疗,现在邵女士的肺结节直径已经缩小。多次复查显示,原来的肺结节不但没有变大,反而缩小了。目前,她的病情稳定,身体状况良好。

2019年3月,贵州的宋先生出现

咳嗽、胸闷、盗汗等症状,体重一下子降了10公斤,到医院检查后发现是肺腺癌四期,已经不能手术了。当时,他才49岁,家里人急得不行,到处打听。正好同村有个老太太前几年患了脑肿瘤,是金华艾克医院通过中医药救治康复的。于是,宋先生抱着一线希望,让远嫁到浦江县的妹妹帮忙看病抓药。杨德志通过视频远程会诊,观察病人的舌苔,详细了解病情,结合西医检查化验的结果,对症下药。宋先生的妹妹每个月到金华艾克医院开一次药,医院把抓好的中药给病人寄到贵州。杨德志每次都会详细了解病人吃药后的反应,有哪些不舒服的症

状等,根据病情变化,及时调整药方。到2020年6月,宋先生连续吃了15个月的中药,目前状况良好。

在杨德志接诊的肺肿瘤病人中,有不少通过中医药治疗得以康复,还有的病人肿瘤缩小了,病情稳定了。杨德志建议,对一些不能手术或不愿手术的病人,不妨考虑中医药治疗。还有的病人在术后、放化疗后或靶向治疗后会出现各种身体不适。在肿瘤不同阶段介入中医药治疗,均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,提高生活质量。病人一定要树立起战胜肿瘤的信心,医生用药治疗起来才能事半功倍。

### 解郁是抗肿瘤的第一把金钥匙

经过30年的临床摸索,孙氏中医在接诊40余万人次病人的基础上,形成了一整套理、法、方、药的治疗体系,归纳起来就是解郁、通络、软坚、排毒8个字。作为深得孙氏中医真传的大弟子,杨德志颇受病人和家属认可。不少病人从外地赶到金华,专程找他看病。

抗击肿瘤为什么要把解郁放在第一位呢?杨德志认为,忧郁情绪人人都会有,但这里有个度的问题。如果忧郁情绪不断累积,就可能从量变引发为质变。从中医角度

来讲,思则气结,怒则伤肝,惊则气乱,心情不好,肝气郁结,日久则气滞血瘀,积聚成块,肿瘤乃成,肺肿瘤也不例外。

患有肺结节、肺肿瘤的病人,脉象大部分是弦脉,是肝气郁结的表现,这与生活、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,秋季容易产生悲秋情绪,心情变得不愉快。

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肿瘤在内的所有肿瘤的第一把金钥匙。所以病人前来就诊时,医生需要先和病人好好聊一聊,了解他们,安慰他们,帮助病人打开心结。

只有病人心情放松了,医生再抓住疾病的本质有的放矢,才能达到更好的效果。金华艾克医院有针对不同肺肿瘤的基础方,比如清肺结汤,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、咳痰等肺肿瘤病人。

### 秋季要注意防止肺肿瘤复发 预防肺部疾病

中医认为,肺为娇脏,肺属金,金相应的季节就是秋季,所以秋季就是养肺、调节肺的最佳季节。入秋后,如何防止肺肿瘤复发和预防肺部疾病?杨德志建议,首先,不能有太大的工作和生活压力。职业人整天东奔西跑,忙东忙西,家庭主妇要操持一日三餐又不注意油烟,或吸入二手烟,都会对肺部造成损伤。

其次,秋冬早晨气温较低,最好太阳出来再锻炼。锻炼不能过度,不能大汗淋漓,锻炼后不能马上洗冷水澡,不能吃寒凉食物,以免痰湿不化,损伤

肺功能,容易咳嗽。要保护肺的门户,预防感冒。一旦感冒的话,病毒就会长驱直入,侵犯你的肺脏。

另外,饮食方面,秋天不妨吃一些生津的白色食物,如莲藕、扁豆,还有百合、白木耳、白果等。咳嗽时可以泡点菊花茶和鱼腥草。太寒凉的东西不要吃。因为苦寒的东西容易伤津液,津液不足对肺的伤害大。如果口干,可以泡一点白茅根和白菊花。血糖不高的人可以加一点蜂蜜滋养肺,注意肺虚的人不宜吃得太辛辣。

第三,吃中药方面,可以适当增加

滋阴养肺的药物用量,还有原来病情稳定两天吃一帖中药的病人,建议一天一帖比较好。一方面,中药有提高免疫力的作用,可以预防感冒;另一方面,让肺得到滋养,有效防止季节因素对病情的影响。

秋季感冒往往无痰,以干咳为主。可以泡一点菊花,或喝感冒颗粒。咳得厉害时,可以吃一点川贝雪梨或喝点糖浆。建议大家吃中成药,尽量避免苦寒的西药,因为不仅伤津而且伤肺。

融媒记者 胡翀