

中西医“打配合” 防治乳腺癌

■秦悦农

乳腺癌高居国内发达城市女性恶性肿瘤发病率第一位，被誉为“第一红颜杀手”。西医治疗乳腺癌的方法包括手术、化疗、放疗、内分泌治疗以及基因靶向治疗。中医治疗恶性肿瘤的主要原则是“扶正祛邪”。所谓“扶正”，就是提高机体自身的免疫力，以便获得更好的抗病能力；所谓“祛邪”，则是去除体内的病邪，通常会用“以毒攻毒”的方法。

历代中医文献称乳腺癌为“乳岩”“乳石痈”“石髓翻花”等，中医对乳腺癌的治疗也积累了大量的临床经验。随着时代的进步，更多的乳腺癌患者获得了较早的诊断，治疗也使用了手术、化疗、放疗、内分泌治疗以及基因靶向治疗等现代医学的手段。因此，现阶段乳腺癌的中医治疗更多体现在乳腺癌术后的调理，并且在西医治疗的不同阶段，使用不同的中医方案，中西医协同作战，以达到修复人体正气、减少疾病复发、提高生活质量的目的。

龙华医院乳腺诊治团队根据陆德铭教授、唐汉钧教授数十年临证经验提炼了乳腺癌术后方，针对乳腺癌术后患者首先强调调护正气，促进术后患者体质恢复；在后续的治疗中，攻补兼施，祛邪抗癌。根据天人合一的观点，四季造方用药有所不同，同时将中西医治疗看作整体，因此在西医治疗的不同阶段，灵活配伍以下中医治疗方案：

【化疗期间】

乳腺癌化疗是全身性杀伤“癌细胞”，可以看作“以毒攻毒”的“祛邪”治疗。化疗不可避免带给患者较严重的副作用，此阶段主要采用中医扶正法以提高机体免疫力，减少化疗副作用。化疗期间不提倡大剂量使用“祛邪”中药，因为化疗药物本身更注重“攻杀”癌细胞。化疗期间的中药应以偏重于益气养阴、健脾醒胃、壮骨生髓、和胃降逆等。

【放疗期间】

随着女性对高质量生活的追求，实施保乳手术的患者越来越多，而保乳手术需要配合全乳放疗。放疗类似于“烧灼”改变，且经常对邻近脏器如肺有损伤，机体表现为耗液伤津、肺热炽盛。此阶段中医注重养阴生津、清热润肺化痰为主。中医药能有效减少放疗副作用，使得患者顺利完成放疗。

【内分泌治疗期间】

乳腺癌内分泌治疗是一个长期过程，需要五年，甚至七年到十年。内分泌治疗常见的副作用包括血脂代谢异常、脂肪肝、子宫内膜增厚、潮热盗汗、骨质疏松等。中医治疗可以相应采用清肝降脂、活血化瘀、清热润燥、补肾填精等方法改善上述症状，弥补长期内分泌治疗带来的弊端。



【难治性乳腺癌】

比如“三阴性”乳腺癌，既不能依靠靶向治疗，又不能依靠内分泌治疗，相对预后差，生存率较低。此类患者往往在完成手术和化疗后就陷入“绝望等待”的境地。针对“三阴性”乳腺癌患者，中医药的介入尤为重要。龙华医院中西医结合乳腺科牵头并承担了多个针对“三阴性”乳腺癌后续治疗的多中心科研项目，针对此类患者，采用益气消癌、调摄冲任的中药主方，配合“个体化”的临证加减，希望最终建立疗效确切、优势明显、适宜推广的中医药治疗方案。

有些女性尚未患乳腺癌，但存在明显的冲任失调或者肝气郁结情况，类似于西医所说的内分泌失调，这是乳腺癌的高危因素。中医可通过调摄冲任、疏肝理气，来改善内分泌情况，这是中医“治未病”理念的体现。

此外，中医治疗乳腺癌不仅仅是指药物的应用，生活方式的调摄同样需要符合“天人合一”的原则。例如，春天注重疏肝气，夏天注重清心火，秋天注重润肺燥，冬天注重重填肾精。其次，保持适当的运动，减少辛辣刺激食物，控制高脂肪、高热量食物也十分重要。乳腺癌和情绪有关，长期抑郁焦虑、工作压力大、作息不规律，都是乳腺癌的诱发因素，这些因素均需避免和改善。我们提倡作息规律、不熬夜，不生闷气、少发脾气，这也是中医“治未病”理念的体现。

另外，围绝经期是国内女性乳腺癌发病的最高峰，可能和更年期女性更容易伴随抑郁、焦虑的状态有关。适当的心理疏导与合理的中药干预能取得良好的疗效。甘麦大枣汤、百合知母汤、黄连阿胶汤等中医经方都可以调节此类情绪。

(作者为上海中医药大学附属龙华医院中西医结合乳腺科主任医师)



泡澡竟然也能治病？ 千年“藏医药浴法”申遗成功

■本报记者 李晨琰

平均海拔达4000米的青藏高原地域辽阔，数千年来，藏族人民对宇宙、生命、人体、疾病的认识不断发展，积累了丰富的治疗经验，也创造了独特的医学体系。藏医药是世界四大传统医学之一，藏语称“索瓦日巴”，“索瓦”意为调养，“日巴”为知识体系。作为“索瓦日巴”的重要组成部分，日前，中国申报的“藏医药浴法——中国藏族有关生命健康和疾病防治的知识与实践”，被正式列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。

藏药浴流传千年，流布广泛

藏族人民一直信仰，每年藏历7至8月，天上将会升起药神化身的水皆能变成甘露，人们只要在此甘露中沐浴过，就能祛除所有疾病和罪孽。所以，当嘎玛堆巴星出现之时，藏民族一年一度的传统节日——“嘎玛日吉”（沐浴节）也由此开始。由沐浴节延续、深化形成的藏医药浴法，有一套完整的理论体系和操作规程。

藏药浴，藏语称“泆沐”，

最早记载于藏医药经典著作《四部医典》，至今已有1300多年历史。

在当地，基本上每家藏医院均开设药浴科。据一位资深藏医介绍，藏药浴是藏族人民以土、水、火、风、空“五源”生命观和隆、赤巴、培根“三因”健康观及疾病观为指导而形成的。藏医理论认为，隆、赤巴、培根三大因素是构成人体的三种能量物质，也是引发疾病的三种因素。如果人体

受到饮食与起居等内外因素干扰，三因素偏盛偏衰、相互对抗而失去平衡和协调，将发生病理变化，引发各类疾病，成为发病根源。

目前，藏药浴以青藏高原的雅鲁河谷和宗喀山脉的藏族农牧区为集中传承区域，广泛流布于西藏、青海、四川、甘肃、云南等地的藏区，为保障藏族民众的生命健康和防治疾病发挥着重要作用。

药方绿色天然，治疗风湿性关节炎效果明显

藏药浴药方达上百种，但一般以“五味甘露”为基础配方，因此也被称作“五味甘露浴”。所谓“五味甘露”，包括草山甘露杜鹃叶、阳山甘露圆柏叶、阴山甘露藏麻黄、水甘露水柏枝、土甘露背高等五种药物，再根据病患体质、病情等，辅以没有吐、泻、毒及其他副作用的岩精、寒水石、三味黄水药、蒺藜、麝香、碱花等二三十种藏药，煎煮成汤，水洗或蒸熏来治疗疾病。

西藏当地物资比较匮乏，藏药浴无需特殊或昂贵的仪器设备，所选取的大部分药材资源丰

富、价廉物美，且无明显毒副作用，深受患者青睐。专家介绍，藏药浴与泡澡非常类似，将人体全身或手、足、腿局部浸泡于经古法发酵与藏药配制的热水中，在药力和水的作用下，使药物的有效成分通过皮肤毛孔渗透到体内毛细血管和淋巴管，从而排出全身毒素，祛风散寒，达到治病的目的。

除水浴外，还可使用局部浸泡法，将药物放置于布袋中，捆绑于病人患处。这种疗法可帮助病人祛除湿毒，对于治疗黄水病有明显效果。藏药浴一般

一天做两次，七天至十天为一个疗程，根据病人的情况配合适病药物。

此前有一位在藏医院进行药浴治疗的女病人患有风湿性关节炎，严重时已影响行走，经过三天半的药浴治疗，身体的经脉得以舒张，疼痛也缓解不少，可缓慢行走。

藏药浴对于经脉、骨头、皮肤等方面的疾病疗效较好，同时对于风湿性关节炎有十分明显的治疗效果。不过，医生提醒，患有高血压、心脏病、严重肾脏疾病的患者并不适用藏药浴。

相关链接

根据患者病情的不同敷法：

使用不同的谷物粮食和陈年植物油调和入药，可帮助患者治疗头外伤；
使用麻花和奶酪调和入药，可帮助患者消除热性体质引起的肿痛；
使用不同的鲜花煮熟后敷于患处，可帮助患者驱散热毒。

在浸泡药浴时，也需要注意以下事项：

- 第一，处于妊娠期的人群，最好不要进行藏医药浴法，对于身体来说有害无益。
- 第二，女性进行藏医药浴法之前，安排在月经之后较好。经期不可浸泡药浴，因水温的刺激，可能会导致病情加重。
- 第三，接受藏医药浴法治疗的人群，必须无高血压、心脏病史和身体外伤。如果是风湿病患者，要在风湿病有所缓解的时候，再进行药浴治疗。在药浴期间最好不要再口服其他药物，避免身体出现排斥情况。
- 第四，如果浸泡药浴时，身体出现了不适症状，要马上就医处理，停止浸泡，听取医生的指导，配合医生治疗。
- 第五，有腹部疾病或是存在睾丸疾病的患者，不宜浸泡药浴，如果确有需求，应在医师指导下进行。



美国批准上市的首款广谱抗癌药有多神

■张俊

2018年11月27日，美国食药监局批准上市了一款抗癌药——Vitrakvi。据说这是有史以来第一款与瘤种无关的广谱抗癌药——针对17种肿瘤的治疗，有75%的治疗有效率。这真是一个令人振奋的好消息，问题是这款新药真的那么神？

其实，Vitrakvi主要用于治疗携带NTRK基因融合的实体肿瘤病人，一般来说适用于晚期或有转移或没有其他有效替代治疗方案，且没有产生已知的获得性耐药突变的病人，它对成人和儿童均有效。简单来讲，这个新药不需要考虑癌症的原发部位，只要有NTRK基因融合，都可以使用Vitrakvi进行治疗。

可有效治疗的癌症类型包括：肺癌、甲状腺癌、黑色素瘤、胃肠道癌、结肠癌、软组织肉瘤、唾液腺癌、婴儿纤维肉瘤、阑尾癌、乳腺癌、胆管癌、胰腺癌等17种。

通常，我们对于肿瘤的治疗都是按照“异病异治”（不同疾病用不同的方案治疗）的观念，这款药物却体现了“异病同治”理念，即不同的肿瘤，只要里面携带有相同的特异性靶点突变，比如Vitrakvi的靶点就是NTRK，只要有这个融合基因，就可以使用该药物，而且能取得很好成效，达到接近75%的瘤体退缩。

说得通俗些，肿瘤病人去做一下基因检测，只要有这个基因融合的突变，恭喜你，有救了。

不过，在中国人群的常见肿瘤谱中，NTRK融合基因的发生率非常低。据相关文献显示，在我国，这种基因在肺癌、结直肠癌、肝癌中的表达率不到5%，所以这种基因在常见肿瘤里等于是“百里挑一”。因此，虽然Vitrakvi对于NTRK的疗效是75%，但是适合接受治疗的病人并

不多。

需要指出的是，这个药也有副作用。在临床试验中，接受Vitrakvi药物治疗的病人报告的共同副作用包括：疲劳、恶心、咳嗽、便秘、头晕、呕吐、天门冬氨酸氨基转移酶及丙氨酸氨基转移酶升高。尤其值得注意的是，怀孕或正在母乳喂养的女性不建议接受Vitrakvi药物治疗，因为它可能会对发育中的胎儿或者新生儿造成伤害。

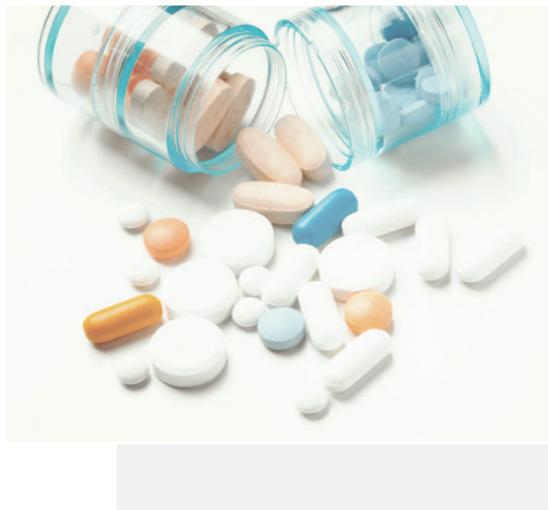
这个新药属于靶向治疗的一种，靶向治疗是目前肿瘤治疗领域的新方向。不同的病人可能靶点完全不一样，以往“千人一方”的理念已逐渐被“个体化治疗”的理念所替代。这个新药的跨度更大，它突破了瘤种限制，只要有NTRK融合基因的肿瘤就可以使用；它也突破了年龄限制，从小朋友到老年人都适用。当然，临床数据和效用还需要进一步积累。

以往我们认为肿瘤治疗只有使用手术、化疗等手段，但医学发展到今天，我们可以基于分子的检测找到精准的关键点，使用一种特异性的药物阻断关键分子，进而抑制肿瘤细胞的生长，这就是分子靶向治疗的原理。

因此，并不是说这个所谓的“神药”一出来，就把所有肿瘤给攻克了，它只是为很小众的一类基因突变的人群找到了最合适的药物，实现了“异病同治”。这在肿瘤治疗史上，是理念上的一种革新。

目前，根据“同病异治”和“异病同治”都开展了相关研究，比如“篮子研究”和“雨伞研究”。进一步改良临床研究模式和方向，用更短的时间、更少的病人、更低的代价，找出最有效的药物，这是学界的普遍希望，也是这个新药诞生的最大意义。

(作者为上海交通大学医学院附属瑞金医院肿瘤科主任)



“吸脂神器”并非人人适用

■邢书亮

吃多的肉可以吸出来！尤其在这样的季节，天寒地冻，贴膘取暖，吃再多也不用担心长肉，真是天大的好消息。

这是真的吗？我们有必要先认识下脂肪。

随着物质生活水平提高，肥胖已逐渐从个人健康问题升级成为社会问题，脂肪在机体的正常代谢中不可或缺，但过量的脂肪堆积不但会导致外形臃肿，还会引起心脑血管等疾病健康问题。

皮下浅层脂肪能起到保暖和缓冲外力保护内脏的作用。人体脂肪细胞的数量是恒定的。如果暴饮暴食缺少锻炼，皮下脂肪细胞就会增大堆积，导致赘肉外观。其实脂肪细胞的数量没有增加，而是个头增大了。

对于轻度肥胖，通过饮食控制及合理锻炼，增加脂肪代谢，能逐渐恢复到先前状态。对于严重的肥胖，可能最有效的办法就是脂肪抽吸塑形了。

体表皮下脂肪可以大致分为浅层和深层，浅层脂肪是脂肪抽吸的“无人区”，对该层的破坏会导致术后血肿、皮肤坏死等并发症。

深层脂肪形状、厚度与性别、基因及个人饮食结构有关，是最适合抽脂塑形的一层。该层脂肪细胞像珍珠一样镶嵌成团叶状，这些团叶又像蛋羹样为纤维隔包裹，是外形“赘肉”的主要原因，在减脂塑形中起主要作用。

脂肪抽吸术主要是把深层皮下脂肪的2/3抽吸出来，抽得太浅易致并发症，抽得太轻效果又不明显。正规医院经验丰富的整形专家熟知解剖及相关技术，能有效避免并发症，较好地把握抽脂的层次和程度。

脂肪抽吸塑形，即所谓的“吸脂术”。在麻醉状态下，施术者通过皮肤

微小切口插入抽吸管，在负压、微波、光纤作用下，把肥胖部位的冗余脂肪抽吸出来。术后，手术部位佩戴弹力塑形服以加快恢复塑形。抽脂术后，身体恢复较快，除非多部位联合抽脂，术后几天就能从事日常工作。

该技术由法国人易路芝在上世纪80年代最先提出，经过30多年的发展，已经非常成熟安全。据文献报道，身体的大部分部位都能抽吸塑形，但对黄种人来说，效果最明显的部位就是腰腹部，即“小肚腩”。

有一个简单的自测，如果用拇指和其余四指能抓起厚厚的皮肤及皮下组织，这称为“抓捏试验阳性”，这种情况抽脂效果较好。

中年男性的啤酒肚虽膨隆，但不易抓捏，脂肪堆积主要是腹腔内的大网膜，这种情况抽脂效果就不理想。当然，如果皮肤太过松弛，有打褶下垂的趋势，术后皮肤回弹塑形差，这种情况需要结合腹壁整形，去掉冗余的皮肤才能达到最佳效果。

其实脂肪抽吸术不仅能用于美容目的，减肥瘦身，还有其他方面的用途。例如腋臭的微创治疗、青少年男性乳房发育的治疗、乳腺癌术后上肢淋巴水肿的抽吸治疗、乳房重建术中的辅助治疗、腹壁联合整形等。

此外，随着脂肪干细胞研究的深入，人们发现曾被爱美人士深恶痛绝的脂肪细胞实际上是身体的“软黄金”，抽吸出的脂肪细胞经过处理，在体细胞形态及组织充填矫正畸形，可发挥重要作用。例如面部凹陷畸形的充填、自体脂肪细胞充填隆胸及自体脂肪细胞的微整形充填等。

(作者为复旦大学附属中山医院青浦分院整形外科执行主任、副主任医师、医学博士)