

# 大肠癌术后中医药膳治疗探讨

肖 成<sup>1\*</sup> 李 燕<sup>2</sup>

(1. 贵阳中医学院第一附属医院, 贵州省贵阳市宝山北路 71 号, 550001 2. 贵阳中医学院)

\* 通讯作者: gyxc163@163.com, 18685126016

[摘 要] 大肠癌是严重危害人类健康的常见恶性肿瘤, 中医药膳不仅有一定的治疗作用, 同时还能减轻或消除其他治法的毒副作用, 从而起到降低大肠癌复发率, 改善患者生活质量的作用。

[关键词] 大肠癌; 药膳; 术后医护

大肠癌是指大肠黏膜上皮在环境或遗传等多种致癌因素作用下发生的恶性病变, 是最常见的消化道肿瘤之一, 在我国发病率有上升趋势。目前的主要治疗方法有手术、化疗、放疗、生物靶向治疗、中医药治疗等。目前手术后配合放疗、化疗是治疗大肠癌最主要的手段, 临床疗效确切, 但放疗、化疗药物不良反应较大, 大多患者在术后配合化疗导致机体免疫力降低, 而中医药联合治疗具有较好的减毒增效作用。

由于癌症患者长期服药, 加上心理压力较大, 对药物有一定的排斥感。而中医学本有“药食同源”一说, 药膳是以药物和食物为原料, 经过烹调加工制成的食品, 患者从口感上和心理上更加容易接受, 也容易坚持久服。《黄帝内经》载有“药以祛之, 食以随之”, 唐代孙思邈著《备急千金要方》中卷二十六为“食治”, 载序论、果实、菜蔬、谷米、鸟兽虫鱼五节, 论述了食疗理论及各种食物的性味、良毒、功能主治等。在“序论”中提出“若能用食平疴, 释情遣疾者, 可谓良工”的观点。因此对大肠癌术后的患者除施以对症治疗外, 还应该根据患者的临床症状、体征, 辨证地采用中医药膳疗法, 以增强机体的抗病能力, 减轻西药副作用, 起到促进身体康复的作用。

## 1 术后过渡期以药粥疗法

药粥的功能是将“食用”、“药用”高度融合。两千多年前《史记·扁鹊仓公列传》就载有西汉名医淳于意(仓公)用“火齐粥”治齐王病。自春秋战国至清代, 历代药粥理论及方剂散见于本草、方剂、养生、食疗、临床医书、综合性医书中, 如东汉张仲景的《伤寒论》中关于药米同煮同用的记载就有“白虎汤”、“桃花汤”、“竹叶石膏汤”、“甘麦大枣汤”等。

大肠癌患者术后第 3 日, 如肠蠕动恢复, 无腹胀, 即可拔除胃管进流质饮食, 待二三日, 如无不舒适可进半流质饮食, 并逐步过渡至普食。此过渡期为术后食疗的关键时期, 患者由于手术创伤, 常伴有

全身无力、食欲不振、贫血、消瘦等现象, 除施以对症治疗外, 辨证采用药粥疗法, 注重健脾养胃, 助阳滋阴以增强机体的抗病能力, 促进肠功能恢复<sup>[1]</sup>。药粥首选粳米, 其味甘淡, 其性平和, 亦可选用大米和小米, 大米易于消化, 调和养胃, 小米营养丰富, 滋润脏器。例如, 若食欲不佳, 神疲倦怠, 伴有便溏、舌淡、脉弱者多为脾胃虚弱型, 可以山药、白术入粥, 自古以来山药就被视为物美价廉的补虚佳品。《本草求真》云: “入滋阴药中宜生用, 入补脾肺药宜炒黄用。”白术能除湿益燥, 和中益气, 《医学启源》记载: “温中, 去脾胃中湿, 除胃热, 强脾胃, 进饮食”。若术后潮热盗汗, 虚烦失眠, 口干咽燥, 便秘, 舌质红、少苔, 脉细数者多为阴虚型, 可以枸杞子、桑椹入粥。枸杞子能补肾生精, 养肝明目, 《食疗本草》云: “坚筋耐老, ……能益人, 去虚劳”。桑椹能补血滋阴, 生津止渴, 润肠燥。《本草求真》云: “除热, 养阴, 止泻”。若术后阳虚者可加肉苁蓉、鹿茸、菟丝子等, 术后血虚者可加阿胶、当归、大枣、熟地黄等。

## 2 恢复期补益气血阴阳, 以通为用

大肠癌术后恢复期会出现时间长短不一、程度不等的疲劳综合征。有研究者对大肠癌术后患者使用视觉模拟量表(VAS)测量其主观疲劳程度感受, 结果发现, 不同证型术后 VAS 评分由高至低依次为: 气血两虚、肝肾阴虚、脾肾阳虚、气滞血瘀、湿热蕴结<sup>[2]</sup>。由于手术使机体失血并受到了创伤, 不但伤阴耗血, 而且使机体内脏气机升降失常, 功能低下, 正气虚弱, 若在过渡期不能及时调理, 脏腑功能低下, 则生化匮乏, 气血两亏, 加之心理负担加重及生活习惯的改变, 就会出现多种虚损的证候, 机体出现疲劳。所以在术后治疗上应注重扶助正气, 补气养血, 增强患者的抗病能力。此时已经过渡至普食, 可根据气血阴阳的亏损程度, 辨证选用一些中药入汤、入菜、代茶饮或与米面制成糕点, 如黄芪、党参、

人参、山药等补气;当归、大枣、阿胶、龙眼肉、何首乌等补血;沙参、麦冬、百合、枸杞子、桑椹等补阴;肉苁蓉、冬虫夏草、核桃仁等补阳。气血亏虚者,可用黄芪、何首乌、肉苁蓉炖鸡;脾虚纳差者,可用山药、薏苡仁、砂仁、茯苓等制成八珍糕服用<sup>[3]</sup>。

恢复期除了补益气血阴阳,促进机体恢复外,由于胃肠同为水谷之腑,以通为用,以降为顺,所以胃肠病不论寒热虚实,“滞”是其共同的病理特点,治疗虽有温清补泻之分,但多以开其壅滞,调其升降为目的,都要着眼一个“通”字,故应选择陈皮、佛手、玫瑰花、茯苓、桃仁、莱菔子、厚朴、砂仁、豆蔻等理气、化湿、活血的药材和食品一起烹制。

### 3 正常生活期预防复发,加以宁心

大肠癌患者恢复出院后,一方面渴望进入正常生活,另一方面也惧怕疾病复发。中医理论认为,恶性肿瘤多为“痰瘀热毒”互结的结果,所以在术后的日常饮食中,除了选用经现代药理实验证实既有补益扶正又能抑瘤生长的中药,如黄芪、女贞子、灵芝等外,还应辨证选择一些祛痰活血、清热解毒之品,如陈皮、法半夏、茯苓、藤梨根、薏苡仁、桃仁、红花、百合、谷芽、麦芽等。黄芪、女贞子等可以入汤,灵芝、谷芽、麦芽等可以代茶饮,陈皮、薏苡仁、百合等可以入菜。

由于本病是生理—心理—社会和环境等多种因

素作用的结果,因此,除了从生理上预防复发外,还应从心理上预防。一方面,在饮食上可加入白芍、大枣、百合、灵芝等养血柔肝宁心安神之品;另一方面,鼓励患者参与到药膳制作中,提高其治疗疾病的主动性,并增加生活乐趣。

### 4 结语

我们认为,药膳具有如下优势:首先,能去除较浓的中药味,保护脾胃之气,以增进药食的吸收和利用;其次,以上介绍的药材味多甘淡,加上食物并结合适当的烹调技术后,从口感上也比较容易接受,患者能长期坚持服用,为机体提供更多的营养;再次,术后患者从心理上更愿意接受食疗。相信从中医药膳方面开展对大肠癌术后化疗减毒增效的研究,将会为临床用药提供更可靠的依据,更有利于提高术后患者的生活质量。

### 参考文献

- [1]赵东萍. 大肠癌术后的食疗[J]. 甘肃中医, 2000, 13(4): 4-5.
- [2]范小华, 李爱霞, 谭康联. 大肠癌术后疲劳相关因素的临床研究[J]. 新中医, 2010, 42(9): 40-42.
- [3]秦伟夫, 贺菊乔. 益气复元汤对大肠癌术后患者化疗减毒增效的临床观察[J]. 辽宁中医杂志, 2011, 38(2): 290-291.

(收稿日期: 2013-03-09; 修回日期: 2012-05-10)

[编辑: 黄 健]

(上接第 169 页)

- [9]林扬芳. 辨证分型结合活血化瘀治疗儿童过敏性咳嗽 37 例[J]. 中华实用中西医杂志, 2003, 3(16): 607.
- [10]康立媛. 辨证论治小儿咳嗽变异性哮喘 98 例[J]. 广西中医学院学报, 2005, 8(1): 37-38.
- [11]孙安礼. 中医辨证治疗咳嗽变异性哮喘[J]. 光明中医, 2010, 25(3): 446-447.
- [12]曾莺. 射干麻黄汤加减治疗小儿咳嗽变异性哮喘 35 例[J]. 实用医学杂志, 2003, 19(7): 806-807.
- [13]夏海波. 射干麻黄汤加减治疗小儿咳嗽变异性哮喘 84 例临床观察[J]. 中医药导报, 2008, 14(9): 49-50.
- [14]张月平. 射干麻黄汤治疗小儿咳嗽变异性哮喘 120 例. 山西中医学院学报, 2010, 11(1): 41-42.
- [15]孙淑华, 金晓颖, 王雪峰. 定喘汤治疗小儿咳嗽变异性哮喘 74 例[J]. 辽宁中医杂志, 2004, 31(3): 231.
- [16]范永红. 定喘汤治疗小儿咳嗽变异性哮喘 130 例[J]. 光明中医, 2009, 24(12): 2288.
- [17]郑传华. 加味止嗽散治疗小儿咳嗽变异性哮喘 31 例[J]. 陕西中医, 2008, 29(3): 283-284.
- [18]杨微微. 加味止嗽散治疗儿童咳嗽变异性哮喘 84 例[J]. 实用中医药杂志, 2008, 24(7): 434.

- [19]段萍. 麻杏石甘汤加减治疗小儿咳嗽变异性哮喘 30 例[J]. 辽宁中医杂志, 2005, 32(9): 948.
- [20]孙彦敏, 白占青, 侯静宇. 泻白散加味治疗小儿咳嗽变异性哮喘 120 例疗效观察[J]. 河北中医, 2006, 28(7): 534.
- [21]毛玉香, 翁梅芬. 贝母瓜蒌散加减治疗儿童咳嗽变异性哮喘 64 例[J]. 河北中医, 2004, 26(1): 51.
- [22]樊淡. 小青龙汤为主治疗小儿咳嗽变异性哮喘 36 例总结[J]. 湖南中医杂志, 2006, 22(1): 16-17.
- [23]宣兆三. 小青龙汤治疗小儿咳嗽变异性哮喘疗效观察[J]. 中国现代医生, 2008, 46(21): 136-137.
- [24]江惟明. 三拗汤加味治疗小儿咳嗽变异性哮喘 68 例[J]. 陕西中医学院学报, 2002, 25(2): 31.
- [25]李玉兰. 三拗汤加减治疗咳嗽变异性哮喘 47 例临床报道[J]. 山西中医学院学报, 2003, 4(3): 1.
- [26]朱晓红. 麻黄附子细辛汤加味治疗小儿咳嗽变异性哮喘[J]. 四川中医, 2003, 21(8): 68.
- [27]刘光西. 桃红四物汤加减治疗儿童咳嗽变异性哮喘疗效观察[J]. 山东中医杂志, 2006, 25(2): 93-94.
- [28]王建林, 张锡三, 李共信, 等. 三伏天穴位贴敷治疗小儿过敏性咳嗽 60 例[J]. 上海针灸杂志, 2010, 29(4): 239.

(收稿日期: 2011-10-20; 修回日期: 2012-05-05)

[编辑: 李 巍]