

中医肿瘤专家孙彩珍 30 年经验总结“肿瘤综合治疗” 精神、饮食、治疗三分法，三项同等重要 三项都做到位，才能达到最好的效果，给病人更多希望

本报记者 鹏程

“医生，你看看要不要对我妈妈说实话，是告诉她恶性肿瘤，还是骗她是良性的？”

“医生，我乳腺开过刀以后，有些医生说要忌口，有些医生说不用忌口，到底怎么吃？”

“医生，帮我看看片子，我需要开刀吗？”

在杭州种福堂(艾克)中医医院里，医生们最常被问到类似的问题。

中华中医药学会肿瘤分会常委，也是杭州种福堂(艾克)中医医院的院长孙彩珍表示，现在关于肿瘤治疗的信息非常多，患者和家属在就诊前也看过很多资料，了解过很多关于肿瘤的知识，这几个问题都问得很到位，有典型性，问到了点子上。

其实这三个问题就是在问：怎么让病人保持乐观、怎么吃饭才是对的、肿瘤到底该怎么治疗。问题的核心是精神、饮食、治疗。

在 30 多年肿瘤治疗的临床经验中，孙彩珍摸索出了一套“肿瘤综合治疗”的独特方式，不仅仅是指中西医结合，也不仅仅是指将手术、放疗、化疗甚至靶向治疗等手段和中草药治疗的融合，而是将精神、饮食、治疗结合，三驾马车并驾齐驱。

对于“综合治疗”而言，治疗能达到最好的效果，一定是需要三项都做到位，才能形成 1+1+1>3 的合力，病人也有更多活下去的希望。

必须承认，个体差异是存在的，同样的病情，对于张三起效的方法，对于李四却效果甚微，“肿瘤综合治疗”也是因人而异的。但是综合来说，如果做不好精神、饮食、治疗中的任何一项，那么“短板效应”就会出现，让本该是“一桶水”的治疗效果，从最短的那块木板里流出去。

孙彩珍说：“目前医院接诊的肿瘤、肝硬化患者超过 40 万人次。”

孙彩珍从小和草药打交道，治疗的第一个肿瘤病人是自己的父亲。

她从磐安山间走来，2003 年，为了治疗更多的人，孙彩珍来到杭州开办了杭州艾克中医肿瘤门诊部，2018 年，杭州种福堂中医医院启用，寓意“种福得福，精诚仁医”。

在实践中不断探求治病的方法，孙彩珍最终总结形成了一套“八字”肿瘤疗法：“解郁、通络、软坚、排毒”，在潜移默化中慢慢破坏肿瘤的生长环境，力争降低肿瘤的恶性程度。

疫情期间，每天都有病人在线上问诊，有些病人愿意为身边的亲戚朋友指路到种福堂来治疗，孙彩珍院长说这就是一家医院的口碑，“我们在杭州立足已经 20 年了，很多人是在走投无路的时候找到了我们，这些年，我们也跟着他们一起战斗。”

“孙院长，我的指标似乎好转了！”

几乎每一天，孙彩珍都能收到来自病人的报喜。

桐庐山区的马大伯最近也传来了喜讯，可以不用做手术了。马大伯是去年查出来右肺有一个实性结节，2 厘米，还带有一些边缘毛刺征，当地的医生怀疑是肿瘤。家人一直在考虑要不要动手术，因为马大伯年龄大了，在肺上动刀多少会伤元气。

后来亲戚介绍马大伯来了种福堂，孙院长在了解病史后说：“你这个结节恶性肿瘤的可能性非常小，你听我的，先吃中药，可能不必去做什么手术。”



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为市民义诊

孙院长耐心地对马大伯解释，这个结节很有特点，虽然体积比较大，但是周围有一圈浅浅的模糊影，在影像学上被称为“月晕征”，在急性发病的炎症病变当中出现的概率高，可以先尝试吃点中药，消除肺部炎症。

她先给马大伯开了半个月的药，并叮嘱他一定要吃完再查 CT。

孙院长表示，对于首诊的肺结节患者，她的态度一直是能不手术就不做，尽可能让患者保守调理，服药后再决定要不要手术；如果必须手术，在术后做肺部康复时，仍需要中药来协助康复。

治疗到底有没有效果，孙彩珍院长也有自己的判断标准：“有的时候体感舒适，并不能代表肿瘤得到了控制。我会推荐病人看检验单据，西医的检测方式把肿瘤数据化，让病人可以直观地看到我们的药到底有没有治疗效果。”

“精神”是患者对抗肿瘤的“士气” 医生第一步是要给病人信心

对抗肿瘤是一个长期的战斗过程，如果以两军对垒来形容，病人从一开始就有“害怕”的情绪，那么就像没有“士气”的军队，怎么去和肿瘤做斗争呢，哀兵当然会打败仗。

治疗肿瘤 30 多年的职业生涯里，孙院长见证了肿瘤治疗的各种手段的发展，她表示现在肿瘤已经是常见病了，和 30 年前大家认识的肿瘤完全不同，许多可以与人类长期共存。所以对于肿瘤治疗的科普，不仅病人要知道，病人家属更要知道。

作为医生第一步就是要给患者信心，医患需要一起配合。

一身药香的孙彩珍，在治疗全程中，不仅注重医治病人的身体，同时也通过多方面对患者进行心理疏导，坚定地给患者灌输一个理念：肿瘤可防可治。

很多病人走进诊室的第一句话就是：“医生我能治吗，还有多久好活？”

孙彩珍说，到杭州种福堂中医医院的肿瘤病人以中晚期为主，很多人都有四处求医但是没有找到有效治疗方式的经历，到种福堂的时候，都抱着死马当成活马医疗的想法，心理比较脆弱，面对这样问的病人一定要告诉他们如今肿瘤绝对不是无药可医。

“医生虽然不能包治百病，但做医生一定要给病人战胜病魔的信心。”孙彩珍一贯的做法是：耐心地了解病人，多和患者沟通，给病人一点空间可以释放藏在心里的不安。

“我会根据病人的不同病情，摸一下病人的不同部位，比如摸摸额头判断是否发烧，摸摸颈部看看淋

巴转移情况，摸摸腿脚看看身体肿不肿，摸摸肚子，叩一叩胸口，甚至会肛检……这样不仅能全面了解病人的病情，便于制定全面的治疗方案；另一方面，病人看到医生认真的态度，专业的诊疗，心中会踏实很多。如果医生态度是冷的，肿瘤病人就会很敏感地想，我是不是没有治疗的余地了。”

而营造病人平稳的心态，让肿瘤病人吃得下、睡得着，对自己有信心，家属也要给病人营造一个积极向上、感受生活美好的氛围。

饮食，需要病人自律 这是一个长期斗争的过程

到底给肿瘤病人吃什么，到底有没有忌口，其实是困扰很多术后康复期病人和病人家属的问题。

孙彩珍院长介绍，现在网络信息庞杂，肿瘤病人的情况又特别复杂，可以说是每个个体都有各自独特的情况，很多信息相互排斥，病人毕竟不是专业人士，无法通过现有情况进行筛选。

她记得自己有个病人，是在疗养院工作的护士长，是为数不多的拿笔记记录医嘱的病人，在肝癌术后一直对自己的生活进行详细记录，每天吃什么，血压多少，医生不让做的事情坚决不做，如今已经“10 岁”了，就是在确诊后又活了 10 年，而且生活质量还是相当高的。

这样配合的病人，才是对自己负责的病人。

控制好饮食也是“肿瘤综合治疗”中相当重要的一部分，要靠病人自律。

比如，2005 年查出肝肿瘤的萧山人沈先生，不仅是中草药治疗肿瘤的受益人，这些年他也通过控制“饮食”尝到了健康的甜头，现在 66 岁的他，在不少同龄人已经“三高”缠身的情况下，他就连“一高”都没有。

沈先生查出肿瘤的时候只有 48 岁，病情刚确诊，家里一片愁云惨雾，觉得肝上长肿瘤，基本没有希望了。最开始，沈先生是在杭州的大医院住院治疗的，医生制定了介入射频消融治疗的方案，可几次治疗后，效果都不明显，沈先生也想放弃了。后来他无意中看到杭州种福堂(艾克)中医医院的孙彩珍院长在电视上讲课，提到专门用中草药治疗肿瘤，再加上同村一个病人吃孙彩珍的中药 8 年了，决定去试一试。

当时，孙院长开出的药方，要沈先生先喝半年，然而，3 个月后沈先生去复查，就发现各项指标都似乎在好转。沈先生自己都不敢相信，反复向医生确认了好几次。

看见效果后，他更坚信了吃中药的选择。同时，他还按照孙彩珍院长的要求严格忌口，戒了酒和油炸食品，沈先生甚至和家人住到了不同的房子里，分开炉灶各自吃饭。严格忌口的生活，沈先生坚持了快 20 年。

后来，他加入了杭州种福堂(艾克)中医医院康复俱乐部，和众多病友一起继续抗击肿瘤，防止复发，他管牢嘴的自律，也一直都是病友的榜样。

“肿瘤病人还是要有忌口的，不同类型的肿瘤有不同的忌口。比如，患有乳腺肿瘤、内膜肿瘤、卵巢肿瘤、前列腺肿瘤的病人，激素类的食品和补品就不要吃了。”孙彩珍院长解释，从中医角度说，“膏粱厚味”类的食品都要注意，高蛋白质、奶类、大鱼大肉都是属于此类。

那么有没有人需要补，肯定也有，比如患者是寒性体质，肿瘤已经切掉了，伴有营养不良的，那就可以吃一些高蛋白的食物。

为在做好精神、饮食、治疗三位一体的“综合治疗”，杭州种福堂(艾克)中医医院制作了专门的饮食指导手册，为服药期间的病人提供饮食指导。