

# 中醫調理減緩肺癌治療副作用

文/中西整合醫療科 許睿杰 主治醫師

55歲王先生去年被診斷出第四期肺癌，透過肺癌基因突變檢測陽性，可服用標靶藥物治療；不過治療期間的藥物副作用使得王先生一天腹瀉多次、皮膚生成丘疹、頭皮少量膿疱，尤其天氣熱或運動後皮膚症狀加劇。在經合併中藥治療後，大便次數減少為一日2次且多為成形，此外頭皮膿疱已無，皮膚丘疹也減少許多，



王先生得以外出進行輕度的運動並維持較好生活品質。

近年肺癌療法除了傳統的手術、化療、放療之外，另有標靶藥物、免疫療法等，延長了存活機會；患者在接受西醫正規治療過程難免有副作用，如癌疲憊、化療當中產生噁心、嘔吐等腸胃道症狀、或是骨髓抑制增加感染風險；標靶藥物治療期間容易產生腹瀉與皮膚症狀等皆影響生活品質。

目前最好治療方式應是以西醫治療抗邪為主，中醫扶助正氣並減少副作用為輔，修復西醫治療過程中所造成的身體損傷，不但不與西藥起衝突，反而相輔相成治療效果；健保署為了讓患者順利接受西醫治療並提升生活品質，目前已規劃「肺癌中醫門診加強照護計

畫」，讓有意願進行中西醫整合治療的癌友，以中醫輔助癌症治療方式減少副作用產生。

中醫傳統理論提到肺為嬌臟，主氣司呼吸，由於其嬌嫩特性，不耐寒熱，容易被外在氣候所影響，若是體內正氣不足與情緒波動大，造成免疫力下降，加之外在汙染環境與肺部反覆感受風寒等，久之引起痰濁瘀血積聚，容易形成惡性腫瘤。

中醫辨證以五大類型為主：陰虛內熱型、氣陰兩虛型、脾虛痰濕型、陰陽兩虛型、氣滯血瘀型；需由中醫師經過望、聞、問、切等方式為每一位癌友進行個別化體質辨證，再開立相應方藥治療，建議癌友切勿相信坊間來路不明偏方或草藥，不但沒有療效，反而可能加重症狀且延誤最佳治療時機。



## 中醫介入時機

中醫介入輔助肺癌治療有五個時機，如下說明：

1. 手術前後易耗傷氣血：以扶正為主，利用黃耆、白朮、茯苓等益肺氣健脾氣等方藥，增強體力改善疲累症狀。
2. 化療引起腸胃不適、容易感染：以調理腸胃、補腎為主，化療副作用有噁心、嘔吐、腹脹、口瘡、白血球低下、貧血等症狀，可使用陳皮、半夏、茯苓、黃芩、紫蘇、厚朴、麥門冬等方藥調理腸胃不適，加以黃耆、雞血藤、枸杞、菟絲子等方藥補腎益氣血，改善白血球低下與貧血症狀。
3. 放療產生毒熱反應：引起皮膚炎、食道炎、肺炎等副作用，選用天門冬、麥門冬、牡丹皮、板藍根等滋陰清熱方藥治療。
4. 標靶治療期間以調理腸胃與清熱除濕為主：副作用常見皮膚丘疹、膿疱、口瘡與腹瀉等，可用生地、牡丹皮、紫草、金銀花等方藥改善皮膚症狀，另外以蒼朮、茯苓、厚朴等健脾除濕方藥改善腹瀉症狀。
5. 其他適應症：失眠、心悸、胸悶等症狀，或對於接受緩和治療患者，中醫皆可輔助改善。

傳統醫學認為天地是大宇宙，人體為小宇宙，大小宇宙許多訊息相通，地球自轉規律

是24小時，而人體活動也多呈現24小時晝夜生理節律，這代表生理節律受外界環境周期性變化而同步。

中醫很早就體會到身心一體並相互影響，長期負面情緒與壓力有礙身體復原，建議病友努力調整身心狀態與生活，回歸相仿於大自然正常運作的規律生活中，不妨加入病友支持團體，讓情感得以宣洩轉換注意力。

平日生活作息應規律，依據天氣變化配合穿著預防感冒或中暑，此外熬夜耗損人體陽氣與陰液，最好在晚上11點前就寢，讓負責處理人體代謝廢物的肝膽經順利運作。

培養運動習慣，建議學習氣功類運動，如太極拳，在練習鬆柔沉靜中，逐漸舒緩緊張僵滯的身心，讓精氣神日漸飽滿。

飲食方面以平性營養為主，需要少吃(1)屬性寒涼的食物如冰品、西瓜、橘子等；(2)屬性燥熱的食物如辣椒、大蒜、沙茶醬、龍眼、荔枝等；(3)烤炸辣與油膩之品；(3)避免菸、酒、咖啡與茶等刺激性食品影響睡眠；(4)標靶藥物治療時若有皮膚症狀需避免蝦、蟹、辣椒、酒、烤炸辣之品。

癌友們除了正規西醫治療，一定要記得攝取足夠營養，充份休息、適度運動且適時抒發情緒皆有助於提升生活品質。同時諮詢專業中醫醫師，中西醫聯手抗癌對於病患是一大福音。