

《癌症知多少》

图书基本信息

书名：《癌症知多少》

13位ISBN编号：9787509158517

10位ISBN编号：7509158516

出版时间：2013-6-1

出版社：人民军医出版社

作者：纪小龙

页数：180

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《癌症知多少》

内容概要

《秘鲁名特药材鉴别与服用丛书：玛咖养精片》从玛咖的来源、玛咖的植物学特性、玛咖的成分及药理；玛咖的产品及服用、鉴别方法；玛咖的引种、栽培与病虫害防治等几个方面进行介绍。玛咖是珍稀药食两用经济植物，生长在秘鲁海拔3000米的高山上，当地少数民族又有种植药材的历史传统，再加上利用现代农业科学技术进行繁育种植，所以很快在当地推广开，但由于大多数人对它不了解，误解时有发生，并且不会服用，极大地影响玛咖的保健效用。《秘鲁名特药材鉴别与服用丛书：玛咖养精片》的目的就在于让人们了解玛咖，并具备一定的鉴别能力。

《癌症知多少》

作者简介

纪小龙教授，中国人民武装警察部队总医院病理科主任、肿瘤生物治疗科主任、纳米医学研究所所长，主任医师、教授、硕士、博士生导师。现任国内11家杂志的副主编、编委以及美国《环境肿瘤病理杂志》编委，全军解剖学组织胚胎专业委员会委员、全国抗癌协会淋巴瘤委员会委员、全国全军及北京市医疗事故鉴定委员会专家。1993年始享受政府特殊津贴。

书籍目录

[一]概述

- 1 玛咖的历史
- 2 玛咖的传说
- 3 玛咖种植及市场动态

[二]玛咖的来源与同属植物形性鉴别

- 1 来源与分布环境
- 2 同属植物形态与性状特征
- 3 玛咖的质量与标准规格

[三]玛咖的种植与管理

- 1 玛咖的种苗繁育
- 2 移植与田间管理
- 3 采收加工
- 4 病虫害防治

[四]玛咖的化学成分与药理研究简述

- 1 玛咖化学成分研究
- 2 玛咖的药理研究

[五]应用与开发

- 1 玛咖的加工规格
- 2 玛咖的产品种类
- 3 玛咖的应用

[六]玛咖的药食两用

- 1 玛咖药用研究
- 2 玛咖的膳食疗菜谱

[七]药食注意

主要参考文献

相关事记

《癌症知多少》

精彩短评

- 1、正在读，书质量很好，平时读读受益匪浅。
- 2、听广播介绍买的~本来要给妈妈看~结果自己先看上了~很值得看，也能看得懂~
- 3、很适合中年人读的书，里边的知识很丰富
- 4、身边越来越多的人。。。奇怪，是不是环境的缘故，为了家庭的幸福，应该好好学习学习
- 5、我买了，但是不敢看，太吓人，什么时候克服恐惧再看
- 6、这本书很不错，值得购买。可以让人提前预知一些症状，书的纸质也不错，同事推荐的！
- 7、不用忌讳，有些东西一定要了解
- 8、返璞归真的语言解释了十几种癌症的症状、预防，适合做成家庭体检参考手册
- 9、推荐一下啊
- 10、癌症知多少（纪小龙
- 11、专业深度不够，适合老大妈老太太！
- 12、有页数重复，美中不足。
- 13、纪教授实话实说，深入浅出，很实用的一本防癌图书
- 14、没有很多专业的术语，读起来很轻松、易懂，珍惜我们的生命，远离疾病，多读这类科普书籍是很有用的
- 15、拿到后，一晚上就看完了。写得很通俗，阅读流畅。外行都能看懂，老人看没问题。我家老人只有初中文化，也看得爱不释手。作为有一本正规的医学科普，在市面流行的中医养生伪科学浊流中，显得十分难得。虽然通俗，但各种需注意的身体状况该讲的基本都讲到了。看完可以对各类癌症起因症状有个基本认识，自己可以提前注意，并避免不必要的恐慌。
- 16、能够学到很多知识，不错的书，支持
- 17、已经多次购买这本书了，此书的内容通俗易懂，也比较实用，很好
- 18、健康方面，千万别听神棍胡说，要看这种专家写的书！
- 19、花一个下午大致看完了此书，写得挺好，解释了很多我们平常误解的癌症知识，并提到了针对不同癌症的预防和早期发现的方法，很实用，挺合适我们非医学专业的人来研读，买了2本，一本给家人看，一本自己经常可以翻翻，还推荐同事看了。感谢纪小龙医生！PS：当当的进货速度还是挺快，以此书为例，我关注了所有其他一些卖书网站，都还没到，当当是第一个到货的，发了我邮件！
- 20、深入浅出，形象生动，有技术含量
- 21、关于健康的好书
- 22、正在看，印刷不错~~
- 23、内容丰富，非常好的科普书。
- 24、多了解，爱惜生命
- 25、认认真真读纪老师的书，肯定可以学到有用的知识。
- 26、有体会体检很重要
- 27、嗯，还不错，大多是关于发现癌症和怎么看病的。防治好像少点。
- 28、挺好的嗯嗯嗯
- 29、内容很好，没有塑封，收到时书有些脏
- 30、还没看呢~
- 31、有很多实际经验，但有局限，深度不够
- 32、语言平实，应该是平实演讲的整理稿
- 33、防病防治，专家教招，科学实用
- 34、这本书是帮朋友买的，当作是知识普及
- 35、黄教授的书专业性比较强，没有中医学基础的人看起来可能会有点费解，但是从字里行间可以看出黄教授的中医基础理论功底非常深厚，肿瘤形成的病因病机讲的清楚明了，增强了读者中医抗癌的信心。会继续购买黄教授的其他书籍阅读。
- 36、已在博客和微博上关注纪小龙教授多年，在现在医德日下的中国医学界，他算是很靠谱的一位医生了。这本书深入浅出，言语平实，通俗易懂，是一本难得的好书，推荐购买。另外，纪小龙教授将大部分癌症都说了，但少了淋巴瘤，这点有所遗憾。

《癌症知多少》

- 37、怎么说呢？看完这本书算是对癌症有了全面的认识。有些细节还不是很理解和赞同，后续会自己去弄明白，或者在微博上于纪小龙医生沟通吧。。。另外现有一家人患肺癌晚期，住中医院。我很无奈。。。
- 38、通俗易懂，收获良多，家庭备一本，中年以上都应该看看。
- 39、1.内容通俗易懂。2.现在¥17.4，贵了5毛钱。
- 40、挺纪大夫，学习了
- 41、内容实用，这些医学常识应该人人掌握。
- 42、是因为喜欢看纪小龙医生的电视节目，才买了书，纪小龙医生是老百姓需要的好医生。真是医者仁心！书很实用，全家都要好好看看！
- 43、不错的一本书，已经多次购买了，写得通俗易懂，文字也很幽默！很好！
- 44、简单易懂，看完后对癌症有了全新的认识。作者分享了所介绍的各个癌症的早期发现的一些方法，这可是该书最有价值的东西。
- 45、看完这个，明白了很多病理，人活着真不容易=.=!
- 46、科普类图书，对没有医学知识的普通消费者很好，值得一读，有助于改变一些固有错误观念。
- 47、看了几节内容，非常好，内容浅显易懂，但又非常有用，操作性还很强。
- 48、了解了癌症的一些知识。
- 49、很好的科普书籍，值得中老年人拥有。
- 50、癌症知多少（纪小龙教授癌症防治手记）
- 51、写的太通俗啦，并且排版也不好。
- 52、居然没有人评分？确实是本好书，浅显易懂，推荐大家都读一下，不要谈癌色变，了解一些最基本的常识，为了自己也为了家人。
- 53、多了解一点，就多一点理智。
- 54、通俗易懂叙述方式来讲述专业性很强的内容，很好理解。
- 55、我经常看纪教授的博客，很是喜欢他的作品。这是一本很好的科普书，看后很有收获。而且内容通俗易懂。值得购买。推荐！
- 56、内容通俗易懂，让人们了解癌症，正视癌症，面对癌症，战胜癌症
- 57、给爸爸买的，爸爸看得很认真，让我们了解到疾病的知识，很赞！
- 58、老妈很喜欢看
- 59、不能说写得很严谨或很全面，但很通俗，且涉及多种常见肿瘤，感觉会特别适合给缺乏生物学基本知识的长辈看。
- 60、纪医生的文字平易近人，简单易读
- 61、语气好亲切哈..
- 62、买来了解一下,纪老师的课是很好的.
- 63、这书很好我很需要，语言生动，易懂，我爱看。
- 64、作为对疾病的了解,慢慢看.
- 65、书脏兮兮的，怎么送人？
- 66、买书很方便，这本书深入浅出，
- 67、看了纪小龙的视频，才想看他的书，写的很好，解除了很多疑虑，在癌症居高不下的环境下，人们都应该读一读，对预防癌症意义很大。
- 68、看了中央科教纪小龙的几期节目，买的这本书。
- 69、这个商品不错，这本书很赞。
- 70、内容通俗易懂，图文并茂，深入浅出，很不错

章节试读

1、《癌症知多少》的笔记-第1页

1 肝癌

器官科普 肝脏是个实心器官，布满血管，所以扎破了会大出血。

症状 早期无疼痛感，等有痛感了，往往肿瘤已经很大。

检查对象 酗酒史，乙肝、丙肝患者

检查内容 甲胎蛋白（AFP）和腹部超声检查，看有无肝硬化

检查频率 6个月一次

预防需知 避免得乙肝、丙肝

tips 1厘米以内的小肝癌，可以彻底治好。2厘米以内，也好办。对肝癌来讲，散在肝脏上面的小肿瘤更可怕，因为容易发生转移扩散。乙肝可以有药物控制好。乙肝发展到肝硬化要5~10年，再发展到肝癌也要5~10年

2 肺癌

器官科普 像一个倒立的大树，到最后的肺泡共有23级。肺部有纤毛和黏液，负责清理有害物质。

症状 早期无疼痛感，等有痛感了，往往肿瘤已经很大。

检查内容 低剂量螺旋CT扫描

检查频率 吸烟或者戒烟不超过15年，应该在55岁后每年进行，其他2~3年/次

预防需知 不吸烟

tips 无实验证明尼古丁致癌，但经常吸烟会导致纤毛不工作的时间延长。做CT如果看到阴影(肺炎和良性肿瘤都有阴影)不要慌，过1个月再去看看变化。

3 胃癌

器官科普 空心器官，切掉之后，肠子过半年可代替胃的功能。

症状 没有任何症状，除非瘤子太大，把胃的入口或出口堵住了。如果胃不舒服，如胃痛、反酸、饱胀、打嗝，这些跟胃癌无任何关系

检查内容 胃镜，拽出胃壁黏膜做病理分析

检查对象 有胃溃疡、幽门螺杆菌感染或家族胃癌史的

检查频率 40岁起每10年一次，50岁起每5年一次，萎缩性胃炎患者1~2年/次

预防需知 远离致癌物质含量高的食物

tips 从萎缩性胃炎发展到胃癌，起码要5~10年。萎缩性胃炎和肠上皮化生都易发展成胃癌。胃病发作有周期，7~10天，也就是新细胞长出来代替老细胞的时间。实验表明，辣椒没事。

4 食管癌/食道癌

器官科普 只是个通道，食物待很短的时间

症状 早期无疼痛感，等有痛感了，往往肿瘤已经很大。

检查内容 吃一块干馒头，测试通过食管是否顺利，如否就去做食管镜

检查对象 食管癌高发地区；胃里经常反酸的

检查频率 每1~2个月

预防需知 避免长期吃过烫的食物

tips 为什么贲门易得癌：它是个开关，阻挡胃里酸液上返，如反复打嗝(每天)，这样胃酸反复灼烧食管下端，就要做检查。但被酸烧的细胞烧大了，也会被误诊为食管癌的。

5 大肠癌

器官科普 起着垃圾存储袋的作用。正常肠子里是光的、平的。

症状 未明确提及。多数息肉没有症状

检查内容 粪潜血检查和肠镜

检查对象 50岁以后多多少少会有息肉

检查频率 粪潜血检查1年/次，肠镜5年/次

预防需知 避免长期吃过烫的食物

tips 息肉长大发展成癌基本要5年。如有息肉，可以做肠镜的时候顺便拽掉。

6 宫颈癌

器官科普 子宫下端，负责将无菌的子宫与阴道的病毒、细菌隔离。

症状 同房后阴道流血

检查内容 宫颈细胞学涂片（TCT）

检查频率 21~29每3年一次细胞学筛查，不需检测HPV，30~65每5年一次细胞学和HPV的联合筛查或每3年一次细胞学筛查，既往筛查正常的65岁以上的可不再筛查。

预防需知 保持一对一性伴侣，有传染性（老婆因宫颈癌去世的男人有高风险），使用安全套，不吸烟，不熬夜

tips 感染了HPV，不严重，就像感冒一样，只要不持续感染即可，所以发现炎症，及时治疗。目前100多种HPV病毒可致癌，但主要就是两种。可在青春期接种疫苗，但只对特定的HPV有保护作用，也要定期筛查。宫颈糜烂是正常生理现象，越“糜烂”越成熟，源于以前的错误命名。

7 子宫癌/子宫内膜癌

器官科普 无菌环境。子宫内膜超过1厘米厚就不正常了。

症状 经期外突然不规则出血

检查内容 B超，看子宫肌瘤的大小，是否逐渐萎缩。

检查对象 患有子宫肌瘤的女性

检查频率 3个月一次。中老年妇女3~5年一次。

预防需知 因卵巢影响子宫，目前发现最密切的就是精神创伤。

tips 如发现子宫肌瘤，做B超，过3~6个月再检查，对比。现在切子宫肌瘤的方法-->腹腔镜。子宫癌主要发生在停经以后的子宫。

8 卵巢癌

器官科普 两个，大蚕豆大小。

症状 肚子大，其实是腹水。卵巢长瘤子到10厘米才会有点感觉。早起发现很难

检查内容 B超

tips 囊性囊肿或实性肿瘤3~6个月复查一次，如变大需手术切除；成熟的畸胎瘤是良性，但要立刻手术切除，以防转为恶性，不成熟的是恶性。

9 乳腺癌

症状 乳房硬块，但不会疼，会疼的一定不是癌，除非它已经长大转移了

检查内容 自摸，发现硬块可到医院做超声、钼靶照相或磁共振、红外检查。

预防需知 因卵巢影响子宫，目前发现最密切的就是精神创伤。

tips 乳腺长癌一般需要3~5年；乳腺里摸到的像棉子一样的小疙瘩，95%都是良性的，名称各异(纤维腺瘤、乳头状瘤、导管扩张)。乳腺增生会同时长多个硬块，肿瘤通常只有一个。乳腺增生会在月经来临前胀疼，月经过后不疼，但肿瘤不会。硬块在1厘米之内，即使是乳腺癌，也有办法治好的。乳腺癌最易转移的是腋下淋巴细胞，如淋巴处没有，那就表明没有转移。

10 甲状腺癌

器官科普 在喉结的左右两侧，相当与身体的外挂空调，通过释放甲状腺素来调节血液的速度来达到调节体温的功能，缺碘的话甲状腺素是废品，甲状腺只能不断加班，所以会增生。

症状 脖子变粗，甲状腺肿大，但也不全是癌。

检查内容 B超

预防需知 中青年女性格外当心

tips 90%以上的甲状腺癌患者都是女性。甲亢是一种甲状腺增生，年轻女孩都会有点儿，年龄大了就下去了。95%的甲状腺癌可以治愈，这个病不会致死、致残、也不会有多大痛苦。即使转移到颈部的淋巴结，把此结切干净就没事了。

11 白血病

器官科普 血液中红细胞是运输氧气的，白细胞是卫士，是骨髓产生的，白血病起源是骨髓。

症状 儿童如果脸色苍白，尤其是嘴唇发白，要当心

检查内容 验血，白细胞超过5万要当心

tips 白细胞低于4000，可能是病毒性感冒，多喝水休息即可；1万<白细胞<2万，是细菌性感冒，可用抗生素。有1/3~1/2的白血病可治疗的

12 脑瘤

器官科普 因颅腔无空间，所以只要长瘤就头疼

症状 持续不断的感到头疼，且越来越当心。

检查内容 磁共振

预防需知 中青年女性格外当心

tips 脑瘤虽是良性，但任其生长的话，就会压迫脑组织，导致死亡。脑外科手术其实相对胸外科没什么神秘，就是开颅把瘤子吸出来。脑瘤中可通过手术切干净的主要是脑膜瘤，但长的位置特别的，切不干净还是有生命危险的。在儿童高发的在白血病之后拍第二，小孩比大人更易得脑瘤

13 骨癌

症状 腿疼的不厉害(能走路)，却总感觉到疼，且不会消失，可能有问题。

检查内容 X片，CT

检查对象 长期腿疼，晚上加剧，越来越严重的人

预防需知 因卵巢影响子宫，目前发现最密切的就是精神创伤。

tips 儿童肿瘤杀手第三位。骨肉瘤很容易长在膝盖的上方和下方，转移最多的是肺。X片上骨头里要长瘤子，会在骨头上打个洞或者少一块

14 肾癌

器官科普 无菌，只有一个也可以。

症状 一侧腰部胀得疼痛

tips 尿血的不明显可通过显微镜看有没有红细胞。现在肾癌手术可通过腹腔镜。囊肿就是一包水，自己会消，但有的囊肿里面不光滑，就需要在超声下看里面有没有长肉，有的话最好切掉。

15 膀胱癌

器官科普 暂存尿液的器官，成年人的极限是300~500mL尿液

症状 尿里有红细胞

检查内容 验尿、B超

检查对象 有尿血人群，60岁以上人群。

预防需知 因卵巢影响子宫，目前发现最密切的就是精神创伤。

tips 因膀胱容量有限且人在麻醉后不知道排尿，所以大手术都要插导尿管。有尿尽快排。治疗方法是用膀胱镜，用管子从尿道伸到膀胱，把癌用电烧掉，再打专用的药，就好了，此癌不杀人，关键是早。

16 前列腺癌

器官科普 膀胱和尿道连接的周围的一圈螺丝环状的肉，就是前列腺。

检查内容 验血(查前列腺特异抗原PSA，应该 ≤ 10 ，一直升高可能有问题)，再配合B超(看前列腺是否肥大)，

预防需知 警惕前列腺增生、前列腺炎

tips 发现早的话，2/3的可以通过切除睾丸治好。最易转移到脊柱上引发腰痛。有前列腺增生(尿不净，又慢又细)的话早处理，无痛苦。慢性前列腺炎也是可以治愈的，早日消除风险。跟年龄关系极大，90岁以上几乎都得前列腺癌。

17 鼻咽癌

器官科普 咽部是鼻腔和口腔都要经过的要道，所以全是淋巴细胞，很多外来的病原体在这里被消灭，不易感冒的就是消灭的好。此处还有扁桃体，很多疾病都是扁桃体炎引起的，比如风湿病、肾小球肾炎、风湿性心脏病。

症状 耳朵下方的颈部鼓出包块(淋巴结转移)，鼻咽部几乎没感觉

预防需知 中国的广东、广西、福建、湖南是高发地

tips 手术非常困难，但放疗效果好，早期病例可以终身治愈。曾被成为广州溜(canton tumor)

18 胰腺癌--癌症之王

器官科普 胰腺就是消化脂肪的。位置比较隐蔽，CT检查也不好发现。

症状 开始出现时，都不是胰腺位置不舒服，所以很难发现。经常见的位置是后背和左边的肩膀不舒服、疼痛，很像肩周炎，背部有沉重牵拉感，晚上加剧，长期不能消除，且不断加重。

检查内容 验血查血液蛋白抗原CA19-9，超过标准值就要警惕，但只有1/3的患者会升高。所以目前没有特殊的办法能早起发现。

《癌症知多少》

检查对象 腰背有牵拉痛感，白天轻、晚上重；慢性胰腺炎患者

检查频率 3个月一次。中老年妇女3~5年一次。

预防需知 与肥胖有关系，高脂食物会增加胰脏负担，所以要少吃肥肉，不要连续摄入过多脂肪

tips 慢性胰腺炎与胰腺癌也有关系。胰腺一般有感觉的话，都是1年以后。

19 人体常见的良性肿瘤--主要常见部位

各种痣 皮肤的黑痣，如混合痣、交界痣等

纤维瘤 皮肉软组织

脂肪瘤 皮肉软组织

各种腺瘤 垂体、甲状腺、大肠、肝胆、气管肺、汗腺

各种肌瘤 子宫、皮肉等

各种血管瘤 皮肉、脑脊髓、内脏器官等

纤维腺瘤 乳腺、卵巢等

骨瘤软骨瘤 骨关节等

神经纤维瘤、神经鞘瘤 神经组织

多数囊肿类肿瘤 卵巢、肝、肾等。

《癌症知多少》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com