

胃癌的中醫調理

陳啟賢註冊中醫師

仁濟醫院暨香港浸會大學中醫診所及臨床教研中心(下葵涌)

香港中醫藥管理委員會註冊中醫師

俗語「病從口入」用來描述今天討論的癌症最為貼切，它就是胃癌。根據癌症資料統計中心的數據，胃癌是十大常見癌症中的第六位，發病年齡中位數為 69 歲。起病時症狀不明顯，患者可能以為一般胃病，未加以重視。症狀包括反覆胃痛胃脹、消化不良、體重持續下降、貧血、黑便或吐血等。胃癌的主要原因和飲食有關，中醫《黃帝內經》曰：「飲食自倍，腸胃乃傷」，意思是飲食不節制，會影響消化系統，損傷胃腸。飲食不節又可以分為三個層面：偏食、食無定時、飲食不清潔。偏食方面例如少吃新鮮蔬果，長期進食高鹽、醃製和燻製食物（臘腸、香腸、火腿、煙肉、鹹魚等）會增強加胃癌危險性；飲食不定時不定量，平日忙於工作，廢寢忘餐，假日暴飲暴食，這樣會增加患上胃炎、胃潰瘍的風險，間接增加患癌的機會；飲食不清潔，經常進食未徹底煮熟食物，飯前沒有注意衛生洗手，容易感染幽門螺旋桿菌等。

不幸患上胃癌者，如果癌症屬於早期，癌細胞僅局限於胃黏膜和黏膜下層，可以按情況切除部份或整個胃部，假若癌細胞轉移到淋巴結或其他器官，則需要化療或加上放療治療。雖然早期患者手術後的治癒率可高達九成之多，但是手術以後，消化功能受損，亦會容易出現胃腸的毛病，因此中醫的術後調理、鞏固治療是十分重要的。

胃部切除後，患者吸收鐵質及維他命 B12 的功能受到影響，容易引起貧血，同

時消化功能較差，多會出現消化不良、食慾不振、噯氣等症狀，因此中醫治療時往往從健脾和胃入手，著名藥方「四君子湯」由人參、白朮、茯苓、甘草組成，具有補氣健脾的功效，是胃癌患者術後調理的基本方藥。當患者因消化不良，容易噁心嘔吐時，可以加上陳皮、薑半夏，成為六君子湯；假若一時飲食不節制，進食油膩過多或天氣潮濕，濕困脾胃，飲食積滯，可以再加上砂仁、木香，成為香砂六君子湯；如果同時伴有疲倦、面色蒼白等貧血情況時，又可加上「四物湯」（熟地、白芍、當歸、川芎）合成「八珍湯」氣血雙補。由此可見，「四君子湯」千變萬化，確實是胃癌患者首要良方。

俗語亦云「藥補不如食補」，胃癌既是吃出來的禍，當然飲食的調理也十分重要，剛才提患者容易貧血，所以需要注意補充維他命 B12 及鐵質，例如多食肝臟、牛肉、魚、奶，木耳等食物，同時飲食習慣亦要有所改變，例如少食多餐，避免飯時飲湯或飲品，減少難消化食物，細嚼慢吞，飯後稍作休息等。

食療建議

木耳豬肝湯

材料：黑木耳 15g、豬肝 100g、黨參 30g、白朮 12g、茯苓 15g、紅棗 15g、龍眼肉 15g、鹽少許

做法：豬肝清洗乾淨切片，木耳浸發洗淨，將木耳、黨參、白朮、茯苓、紅棗、龍眼肉、加水 5 碗，滾後中火煲 1 小時，最後放入豬肝，待豬肝煮熟後即可食用。

功效：補氣養血、健脾和胃，但有高膽固醇者不宜多吃。

以上資料只供參考，如有疑問，請諮詢註冊中醫師為宜。若有關於仁濟醫院中醫服務查詢，請致電 2370 2216 查詢或瀏覽仁濟醫院網頁：www.yanchai.org.hk 內中醫服務內容。