

# 鄭顛—— 癌症的真相和早期症狀

癌症威脅人類生命，目前在本地區高居死亡十大原因的第二位。

## 細胞亂繁殖

茲將這個疾病的真相和早期症狀，簡單介紹以供各位的參考。癌，簡單的說，就是人體細胞不規則和無法控制的繁殖。因為不規則和無法控制，因此就對生命有所危害了。

我們知道，人由小變大，是細胞繁殖的結果。這種繁殖，是受身體控制而有規則的。另一種，雖然也是細胞的繁殖，可是是不正常而沒有目的，且不受身體控制的，很快成爲一個大細胞叢，醫生們常常稱爲腫瘤或贅生物。

但腫瘤一般又分良性和惡性兩種。良性腫瘤的細胞組織在原始部位生長，而惡性腫瘤的組織細胞具有侵犯性，可以轉移到身體其他部位，最後致人於死。後者才叫做癌。

## 不會遺傳或傳染

目前有部分疾病，被認爲是會遺傳的。但是在尚無確實的資料，證明癌症也會遺傳。

一般人常以拿破倫爲例說，癌症是會遺傳的。因爲拿破倫的父親、兄弟和兩個妹妹都患有胃癌，拿破倫也死於胃癌。但也許那個時候的醫學沒有現在發達，直到若干年前，有一位最負盛名的病理學家，重新切片檢查拿破倫的胃，結果並未發現癌症的痕跡。

現在很多醫學家，對於癌症是不會遺傳的問題，正日以繼夜地研究，但至今是一個迷，所以不要隨便聽信傳說，以免影響心理健康。

又有人以爲癌症會傳染，但事實並不如此。醫生和護士經常與癌症病人接近，但患癌症的反比其

他階層的人士爲少。另據統計，癌症病人家屬同時患有癌症的也很少。雖然有些研究證明，過濾性病毒可以誘發某種癌症，但尚未發現直接傳染的情形。

## 早期發現阻止惡化

癌症是很難治癒的，可是早期發現，早期剷除，當可阻止病情急速惡化。癌症一般的早期症狀，有下列幾種：

- (1) 體重減輕，原因不明的疲勞和貧血。
- (2) 頸部、乳房、腋窩、舌內、唇上或其他部位發生不活動、不消退的硬塊。

## 日常保健五要點

### 一馬

- (1) 夏令衛生：夏天氣候酷熱，人人都以喝冰凍的飲料爲快。但是夏天也是傳染病菌最易於散播的季節，稍一不小心，就會病從口入，後患無窮。
- (2) 血液循環：我們每天吃東西，是爲供給我們身體所需要的物質，但爲防止這些物質對身體發生損害，又必須限制飲食，並且還要充分的休息，和適當的運動。

### (3) 骨骼保養：老年人容易發生骨折，而且很難接合，所以要注意保養，預防骨骼的衰

老。骨節衰老的主要原因，是性荷爾蒙的減少。性荷爾蒙的減少，到了一定年齡後必然發生。女性性荷爾蒙的減少，比男性更早發生。

### (4) 老人營養：有些人認爲，年紀大的人活動少，只要吃些清淡飯菜就夠了。其實，老年人基本的營養需要，和年青人並沒有什麼差異。礦物質和維他命的需要量，也和年青人一樣的高。

據美國科學家阿爾寧博士的研究，冬天第一應攝取多量的維他命C，其次是脂肪。柑桔類、菠菜、甘藍菜……等，都含有豐富的維他命C，多吃很有益處。吃脂肪類的食物，可使皮下脂肪量增多，因而增強抗寒力。但應注意動物性和植物性脂肪的平衡，不要偏食。

### (5) 抗寒食物：當冬天來臨時，皮膚表面的毛細管便收

- (3) 口、鼻孔、陰道、肛門、尿道或乳頭等，發生血樣分泌物或不尋常的出血。
- (4) 長久不能治癒的潰瘍。
- (5) 黑痣平而無毛，或疣突然增大或顏色改變。

- (6) 吞燕困難，消化不良，無故嘔吐。
- (7) 長久咳嗽，頑固性的聲音嘶啞，或痰內帶血。

- (8) 大便習慣改變，大便變細，大便困難，便秘或腹瀉十天以上不癒者。
- 有上列症狀之一，就得迅速找醫生檢查，以便早期治療。

縮，以防止血液溫度的外洩，然後內臟的血管也跟着收縮，血液的流通就不暢快。爲補救血液不暢通的缺陷，心臟就加強活動，血壓也會增高。上了年紀的人，容易在冬天患中風，就是由於這個緣故。

另一方面，爲防止體溫下降，肝臟等器官或組織所儲存的糖分就會大量地燃燒，維他命的消耗也特別增多。爲彌補這些損耗，我們在寒冷的季節，除穿加衣防寒外，還得注意食物的營養，選擇適宜的食物，增加我們的抗寒力。

據美國科學家阿爾寧博士的研究，冬天第一應攝取多量的維他命C，其次是脂肪。柑桔類、菠菜、甘藍菜……等，都含有豐富的維他命C，多吃很有益處。吃脂肪類的食物，可使皮下脂肪量增多，因而增強抗寒力。但應注意動物性和植物性脂肪的平衡，不要偏食。