

乳癌中醫輔助治療

◎高雄長庚中醫科系主任 洪裕強

乳癌是指乳腺導管上皮細胞在各種內外致癌因素的作用下，細胞失去正常特性而異常增生，以致超過自我修復能力而發生癌變的疾病，是台灣女性癌症發生率的首位，也是目前導致女性癌症死亡率的第4位。西醫治療以手術為主，配合化學治療、標靶治療、放射線治療、抗荷爾蒙療法和免疫療法。惟上述的治療可能會讓患者出現肌肉攣縮疼痛、肌膜疼痛、神經痛、淋巴水腫、骨髓抑制造成血球不足、疲倦、胃腸道粘膜破損、口腔炎、噁心、嘔吐、腹瀉、掉髮、指甲甲溝炎、皮膚紅疹及心血管病變等，造成病人的痛苦。

為了減輕上述的副作用，乳癌患者會自行尋求其他輔助或替代醫學的協助。中醫藥是華裔社會最常使用的治療方式，也是全世界輔助替代醫學或整合醫學不可或缺的一環。世界衛生組織（WHO）曾發表「2014～2023 傳統醫學戰略」，呼籲各國應重視傳統醫藥。衛生福利部健康保險署響應 WHO 的傳統醫學戰略，為了照顧乳癌的患者，減輕患者的經濟負擔，支持中醫界承做「全民健康保險西醫住院病患中醫特定疾病輔助醫療計畫」與「全民健康

保險中醫門診總額乳癌門診加強照護計畫」。希望透過中西醫結合的治療方式，降低患者治療期間產生之不適感與副作用，以改善日常生活能力、提升生活品質，使患者能順利完成整個腫瘤治療療程為目的。

中醫古典醫書《內經》認為「正氣存內，邪不可干」。乳癌患者有可能是因本身正氣（免疫力）不足，加上過多的病邪（癌細胞）侵犯所致。所以中醫針對乳癌的治療是以「扶正」與「祛邪」相結合為主要的原則，「扶正」強調「增強身體自我修復調節的機能」；「祛邪」則著重「抑制或消滅癌細胞增生的能力或機制」。藉由「扶正」與「祛邪」的雙管齊下，配合中醫師望、聞、問、切四診合參後的辨證論治，施治的中醫藥有助於調整人體之陰陽氣血，以減輕手術、放射線治療、化學治療之副作用，並幫助患者順利完成療程，從而提高患者之存活率與生活品質。

「經絡」與「穴位」是中醫針灸的臨床理論基礎，根據「經絡學說」的路線描述（圖一），婦女乳頭屬於肝經經絡循行的部位，乳房則是胃經經絡循行的部位。中醫認為與肝經經絡有關的

情緒異常會影響健康，特別是「憂思鬱怒」容易影響肝經的經絡氣機鬱滯痞塞而導致乳房腫塊異常。所以中醫師常會鼓勵乳癌患者宜轉換心情，心情愈開朗樂觀愈有助於乳癌預後。醫學期刊發表的實證醫學也顯示，台灣的中醫師們臨床上多選擇中藥藥物可入肝經經絡和胃經經絡的方藥如加味道遙散、血府逐瘀湯、蒲公英和白花蛇舌草等搭配健脾和胃，改善腸胃不適的中藥如香砂六君子湯等。針灸醫師選穴也多會選擇肝經的太衝穴，肝經和脾經的交會穴三陰交，搭配胃經的足三里，疏肝和胃以緩解患者的病情。太衝穴的位置在第一和第二跖骨結合部之前凹陷處；三陰交位在足內踝尖上三吋（約四指橫向寬度），脛骨內側面後緣；足三里則在膝蓋犢鼻下三吋，脛骨前嵴一橫指處的位置（圖二）。患者平時在家也可以自行按摩推拿這些穴位3～5分鐘，有助於平時的養生。另外甩手功、八段錦或太極拳也有助於改善手臂和肩臂關節功能，避免攣縮。

唐朝孫思邈《千金藥方》強調「安生之本，必資於食；不知食宜，不足以存生也」。有關乳癌患者飲食宜忌，中醫師會考慮患者個別體質予以不同的建議，譬如中醫師會建議寒性體質的患者，少吃寒性食物如白菜、白蘿蔔、竹筍、黃瓜、苦瓜、西瓜、橘子等；熱性體質的患者則少吃羊肉、辣椒、炸烤、榴槤、荔枝等熱性食品。化療後腸胃能力較差的患者，少食黏、冷、滑、膩之品，如冰水、糯米類等。盡量以當季新鮮食材為主，避免食用化學加工或具動物性荷爾蒙的食物。天天五蔬果，多服用綠色的蔬菜水果，有助於乳癌患者身體維持偏鹼環境與營養補充。

乳癌患者若能早期發現病情，早期以結合中西醫的方式進行正規治療，避免尋找秘醫及偏方以免延誤病情，且接受罹癌事實，調適心情，補充營養均衡飲食，遵從醫囑並定期回診積極治療，咸信有助於乳癌患者延長生命並提高生活品質。☺

