

與癌共存也可長壽 配合調理養生之道



■癌症不一定是絕症，只要診斷及時，配合良好調理養生之道，也可能長壽的。

前兩月兩篇文章談論中，醫學中有關癌症的發展史和「癌」字的來源，本篇則探討西方醫學在這方面的內容和英文「Cancer」（癌）字的起源。

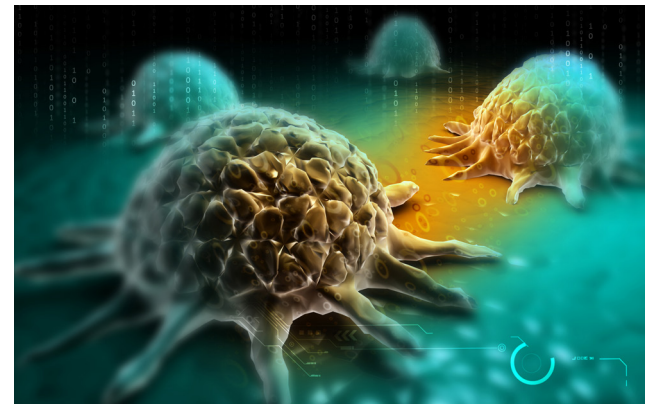
幾乎自有人類歷史便有癌症的記錄，西方最早有關癌症的相關描述和資料出現於古埃及的紙莎草紙抄本；還有一些證據則在骨腫瘤化石和人體木乃伊中發現。首先在一份大約寫於公元前千多二千年前，名為埃德溫史密斯（The Edwin Smith Papyrus）的紙莎草紙抄本內出現有關癌症的資料，那可能是一本古埃及（約公

元前2500年）創傷手術教科書中一部分的副本，它描述了八個用燒灼法去除乳房腫瘤或潰瘍的個案，其中有文字指出這類疾病「沒有治療方法」。

希臘人以蟹形容癌症

不過，上述資料並未出現真正的「癌」字，或「癌症」的稱謂。西方醫學中「癌症」這名詞的由來出自希臘的希波克拉底（Hippocrates，生於約公元前460年至公元前370年），他曾經用karkinos（carcinos）和（karkinoma）這些術語來描述幾種由非潰瘍病灶和潰瘍病灶形成的腫瘤。在希臘文中，這些文字是指螃蟹

（crab）。用蟹來形容癌症，可以有幾個理解：一、從惡性腫瘤的切面顯示，腫瘤的血管向四面伸展，猶如螃蟹的爪；二、整個腫瘤的指爪狀生長形態，就如螃蟹的形狀；三、腫瘤的侵蝕與轉移行為類似螃蟹。在拉丁文中，cancer是蟹的意思，可見cancer來源於蟹。由於古時希臘傳統是不容許把身體解剖，希波克拉底只能描述/描繪僅從體表可觀察到的腫瘤如乳癌、皮膚癌和鼻癌。直至塞爾蘇斯（Celsus，生於大約公元前25年至公元後50年）才把karkinos翻譯成「癌症」。到公元二世紀，希臘醫生蓋倫（Galen，生於公元130年至200年）用「oncos」（希臘文的意思是腫脹）來描述所有腫瘤，而把希臘波克拉底所使用過的「carcinos」則用來描述惡性腫瘤即癌症，他亦用「-oma」作詞尾來表示惡性/癌性病變如「carcinoma」（發生於上皮組織的癌症如adenocarcinoma of lung即肺癌；squamous cell carcinoma of cervix，即子宮頸鱗狀細胞癌）；「sarcoma」（任何結締組織癌，稱為肉瘤，如liposarcoma即脂肪組織肉瘤，osteosarcoma即骨肉瘤）。



■希臘文以螃蟹來形容癌症。

宋美齡106歲曾患癌

曾經看過一個名人患癌的故事，可以反映出患癌不單並非無藥可救，而且可以很長壽。故事的主人翁是台灣前總統蔣介石夫人宋美齡，她出生於1897年，活到106歲。她多采多姿的傳奇人生家傳戶曉，毋用多說。但她生於癌症家庭，父母兄弟姊妹大部分因患癌症離世，她自己一生亦曾兩次患上癌症。她的父親宋嘉樹52歲時死於胃癌；母親倪桂珍62歲時死於癌症；大姐宋藹齡85歲時亦

死於癌症；二姐宋慶齡88歲時因血癌去世；弟弟宋子良於88歲因癌症去世。

至於宋美齡本人，她40歲時患上了乳腺癌，曾因此而接受手術治療；但九年後復發，再次接受手術。晚年時又因卵巢囊腫到美國再接受了手術。她於2003年去世，享年106歲。據說她的長壽秘訣，與她的個人養生之道有密切關係，有機會再加以探討。不過，她的事蹟說明癌症不一定是絕症，只要診斷及時，接受適當的治療，並配合良好的調理養生之道，仍然會有理想的生活質素和長壽的。



■台灣前總統蔣介石夫人宋美齡曾患癌兩次，也活到106歲。

綠豆蜂蜜飲（二人量）

材料：綠豆30克、銀耳30克、蜂蜜適量

做法：將綠豆洗淨，銀耳浸發後除去未發開部分，以清水6碗煎至綠豆及銀耳熟爛，收火待溫後加入蜂蜜攪拌即可。

功效：綠豆性涼味甘，能解毒清熱，消暑利水；銀耳（雪耳）性平味甘，能滋陰潤肺，益胃生津，止血；蜂蜜性平味甘，能益陰潤燥，補脾氣，緩中止痛，寧心安神。本飲品具清熱解毒，滋陰潤燥功效，適合體質偏熱人士飲用。

曲池穴（大腸經）

定位：屈肘成直角，在肘彎橫紋盡頭筋骨間凹陷處。

方法：以拇指指腹按壓曲池穴1至2分鐘，每天2至3次。

功效：清熱疏風，消腫止癢。

主治：咽喉腫痛、齒痛、目赤痛、發熱、高血壓、甲狀腺腫大、蕁麻疹。

