

/// 大家之言

肿瘤患者术后及放化疗时期 该如何饮食与调理脾胃

——访中国中医科学院广安门医院肿瘤科主任医师、
中国中医研究院学术带头人林洪生

编者按

林洪生主任医师现就职于中国中医科学院广安门医院肿瘤科，兼任中国中医研究院学术带头人、中华中医药学会肿瘤专业委员会副主任委员等职。她用精湛医术诠释医者仁心，经其精心调治的恶性肿瘤晚期病患长期存活者，不乏其例。

本期《科学与大健康》专访林洪生先生，获得她对肿瘤患者术后及放化疗时期饮食与调理脾胃方面的宝贵建议，特予刊载，以飨读者。



中国中医科学院广安门医院肿瘤科主任医师、中国中医研究院学术带头人林洪生

■毛启远

“肿瘤本属癥瘕积聚、气血痰瘀类有形之患。中医治疗肿瘤本着‘以人为本、治病救人’的宗旨，多采用扶正祛邪、治病求本之法。根据肿瘤患者术后及术后化疗、放疗的具体情况辨证论治，先调理脾胃，固后天之本，以充气血之化源，扶正为主，祛邪为次，临床效果良好。”林洪生先生说。

针对肿瘤患者术后及放化疗时期该如何饮食与调理脾胃？她具体指导意见如下——

术后调养 重视醒脾和中、益胃生津

肿瘤切除术后，患者元气大伤，正气虚、邪气甚，气虚血瘀痰凝并存。患者术后3到4天排气之后，口干欲饮，可进饮食时，病机主要为气阴已伤、胃气失和，治宜醒脾和中、益胃生津。

胃为阳土，喜温润，恶燥冷，得温润而安。术后初可进饮，应给予稀淡果汁、米汁，少少与之，以生津益胃；得温润而胃气来复，酌加米汤之全流质，不宜肥甘厚味及硬物；进而半流，汤粥羹糊最宜，先稀后稠。汤者，质稀而黏，富流动，易吸收，益胃养阴，极富营养；粥者，质黏而稠，益气养胃，为康复之宝、天下第一补物也。河南盛产小麦，面筋蛋花汤是本地居民的传统饮食，亦属粥类，营养丰富，善养胃气，饥渴皆宜，咸淡可口，稀稠随意，胃喜为补也。

若有不当，胃气受伤，需小药轻投，择善选用：若为冷物所伤，胃虚气逆，呃

声连连，煨生姜汤主之，胃和则呃逆止；若为肥甘厚味所伤，饱胀、暖气、反胃、恶心、呕吐者，以消腻、下气、和胃为法可愈；若为饮食、硬物、生冷所伤，胃痛、胃胀、暖气、反胃、恶心、呕吐、反酸、嘈杂者，以和胃消食、理气宽中为法。

胃为燥土，得润则安，故喜润恶燥。术后禁食，胃空数日，复又静滴抗菌消炎药物，气血、胃气大伤，胃黏膜燥洞而不濡，气逆而不降。此时则以食疗食养为上，急需汤粥羹糊之类流质饮食，先稀后稠，少少与之，温润以养胃气。渐至胃气来复，才能食消药布。切忌生冷硬物、肥甘厚味，重伤脾胃，故宜食养食养，促胃气来复。即有饮食不当、风寒侵袭、诸症丛生，也应微药轻投、少少与之，轻舟可速行。

术后化疗、放疗期间气阴大伤 以养阴益胃、升清降浊为主

术后采用化疗、放疗，副作用明显者，除气血大伤、面色白、脱发、虚汗淋漓、身困乏力等一派虚证外，常见恶心、呕吐、厌食、发热等急症，需及时处理。

此时气阴耗伤、升降失职为其主要病机，当以中医辨证论治、扶正祛邪，治其标、固其本。调理脾胃是关键，以养阴益胃、升清降浊为主要治则，以缓其急、平其症、复其常。最急者，莫过于恶心、呕吐、厌食等消化道反应。盖脾胃乃元气之府，气血生化之源，皆水谷所化、胃气所资，五脏六腑四肢百骸皆禀气于胃，故称后天之本。其不良反应，首先绝水谷、断化源，后天之本毁矣。故急当调理脾胃，以复升降、运化之

职。脾健则升，胃和（润）则降。升者，清（脾）气上升；降者，浊（胃）气下降；升降失职，则恶心、呕吐、饱胀、厌食作矣。初起脾胃阴伤为急；久则元气大虚，中气不举；进而正不胜邪，变证多多。针对病机，辨证论治，以求康复。

临床针对此期患者的病机特点，常采用沙参麦门冬汤、滋胃膏化裁治疗。

本证为气阴耗伤，升降失职，宜养阴益胃、升清降浊法。北沙参，味甘性寒，归肺胃经，功能养阴润胃、生津止咳，善治胃津不足而口渴、欲呕、食少之症；麦冬，味甘微苦寒，归肺肾经，清心除烦，生津止渴，养阴益胃。本方取北沙参、麦冬甘润养阴益胃之功，为君。白芍、甘草，酸甘化阴，助君药滋胃养阴、缓急；百合，甘而微寒，入心肺经，善治大病之后，气阴双亏，邪干百脉，欲食不能，欲卧不眠，欲步不行，恍惚乏力，取此三者滋胃养阴为之臣。脾为胃行其津液，取玉竹之甘，能益阴补脾而不燥，微寒能清热而不伤阳；枇杷叶，苦平能健胃降逆，微寒清火而治咳；竹茹，清胃热而止呕；陈皮，理胃气而安中；山楂，消积化滞，开胃进食。故取此五者，清火益阴，开胃进食而降逆止呕恶，以之为佐。生甘草，调和诸药且泻火为之使。全方共奏养阴益胃、降逆止呕之效。

脾胃相合，升降有序，纳运复常，则元气充、化源足，五脏六腑四肢百骸皆得营养而生机旺盛。本证脾胃阴伤，升降失常，纳运失司，而化源不足，非滋阴养胃、甘寒清热、酸甘化阴不能复其脾胃升降之职、纳运之司。盖胃为燥土，属阳，故喜润恶燥，得润始安。以叶天士养阴益胃、顾护津液之法为善，沙参麦门冬汤、益胃汤、滋胃膏皆可选用。当阴复症轻，虚汗仍多时，可加生白术，以健脾止汗；元气大虚，黄芪、西洋参、白晒参、党参均可选用；舌质红，酌加生地、玄参。此皆益气生津、阳生阴长之理也。

久病则元气大虚 以健脾助运、补气和血为主

久病之后，患者常见面色白光白、虚汗淋漓、身困乏力、纳差食少、饱胀暖气、便秘或溏，舌质淡嫩，舌体胖大，苔白有齿痕，舌脉瘀阻。此期病机主要为元气大伤，脾虚失运，气虚血瘀。治以大补元气、健脾助运、补气和血为主。临床上常选用东垣黄芪甘草汤、补中益气汤、参芪膏等加减治疗。

上方中黄芪，甘微温，归脾肺经，具有补气生血、固卫实表之效，为补气升阳要药。生则固表止汗，炒则补脾气、升清阳，炙则补三焦、益元气。本方取其补气生血、健脾升阳、固表止汗之功，故生炙皆用为之君。人参，味甘大补元气，归脾肺经，健脾益胃，补气生血。白术，味苦甘性温，归脾胃经，功专补脾益气，固表

止汗。本方取参术补中固本，助君药补中益气、升阳举陷，加强补气健脾之力，故为之臣。当归，味甘辛温，性温，归心肝脾经，功专补血和血，与黄芪合为补血汤，与参术配伍则补气健脾生血。更取二胶，和血补血；配枳壳而具枳术丸之效，消补兼施，以防君臣大补塞滞之弊。茯苓，味淡渗湿健脾。此五者健脾生血、宽中为之佐。甘草，生则泻火，炙则益气温中，调和诸药为之使。全方共奏补气健脾、和血生血、气血双补之效。

疾病日久，阴虚导致阳虚，脾气大伤，气虚血瘀为患，“久病多瘀”之谓也。非大补元气、健脾补中、调和气血、旺盛生机为治，则生命之舟不能远航。气血大亏之证，血不能速生，气当立回。故以东垣补气升阳、健脾补中法，使得阳生阴长、气血调和而百病不生矣。选黄芪甘草汤、补中益气汤化裁，以挽回败局，固其后天之本，断其复发转移之患，此亦未病先防也。

康复期固本防变 扶正祛邪，消除隐患

康复期患者无明显自觉症状，唯身困乏力，虚汗易出，舌淡脉缓，舌体胖大有齿痕，苔白，舌脉瘀阻。此时病机主要为脾虚失运、气虚血瘀。治疗当以补气健脾、养血活血为要。常选用东垣补中益气汤加减治疗。

经过前期分步治疗，呕恶不食之急症已平，化源复常，气阴已复，此时当以固本防变，消除隐患，断其病根，免转移、复发之患。及时有效调理脾胃，恢复其升降、纳运之职，是固本杜变以防复发转移之患的关键一步。黄芪、党参甘温补中益气为之君。白术、茯苓苦温渗湿健脾为之臣。升麻、柴胡，升中阳；枳壳宽中下气，与白术配伍取枳术丸之功，消补兼施，补而不滞；归、芍养血，二胶补血和血；姜、桂温中通阳，取黄芪建中汤之义，此九者为之佐。炙甘草益气补中、调和诸药为之使。全方共奏补气健脾、调和气血之效。

本病早期为脾胃阴伤、升降失司、呕恶不食之急症，经醒脾和中、养阴益胃、升清降浊而得以及时纠正。中期阴复气弱，元气大伤，脾虚失运，因大补气血而基本康复。康复期则应固本防变，充分运用中医学治未病思想，补气健脾，固本防变。首当补气和血，旺盛生机，必要者加以活血化瘀改善循环，以断其病根，可防病复发于未然也。这是针对肿瘤术后及术后化疗、放疗患者的病机，中医治疗采用调理脾胃、扶正祛邪、防病于未然的三步曲。若能及时调理，运用得当，不但能缓解不良反应之急症，提高生存质量，而且能增强体质，固本防变，以免复发转移之患，正是“正气存内、邪不可干”的预防措施，真正实现了“救人治病、以人为本”的宗旨。