

# 积极参与肿瘤防治宣传周开展去壁灵芝孢子粉临床项目中期报告会 预防肿瘤从提升免疫力做起

■记者 张洁

恶性肿瘤已经成为严重威胁我国国人健康的主要公共卫生问题之一。根据国家癌症中心最新统计数据,恶性肿瘤死亡占居民全部死因的23.91%,且近十几年来恶性肿瘤的发病死亡均呈持续上升态势。很多人正值壮年、抱憾离世,很多人因病返贫、因病致贫,这对家庭、单位,乃至国家而言,都是巨大的损失。

因此,加强肿瘤防治工作,对于促进生命周期健康、提高人民健康水平、推进“健康中国”建设具有重要意义。

2021年4月15日至21日,是第27个全国肿瘤防治宣传周,为了贯彻落实卫健委疾控局3月16日下发的《关于开展2021年全国肿瘤防治宣传周活动的通知》精神,中华老字号寿仙谷药业积极参与其中,联合浙江省肿瘤医院、浙江省中医院和浙江省抗癌协会,于4月12日在杭州开展“肿瘤防治,从提升免疫力做起”暨“寿仙谷去壁灵芝孢子粉肿瘤防治临床项目中期报告会”主题宣传活动。

报告会上,寿仙谷积极宣传国家癌症防治政策,联手肿瘤专家呼吁民众提高养生防病的意识,并介绍和推进当前科研项目开展,引导公众关爱生命科学防癌,建立健康的生活方式。

癌症发生是慢性过程 1/3癌症可预防

国家癌症中心发布的全国癌症统计显示,我国每天有超过一万人确诊癌症,平均每分钟有7人得癌症。恶性肿瘤高发,且危害性大,以至于大家“谈癌色变”。浙江省癌症协会吴扬秘书长在会上指出,这主要因为大多数癌症一发现就是中晚期,治疗难度增加,还面临高额的治疗费用。

其实,目前世界卫生组织认为,1/3的癌症完全可以预防;1/3的癌症可以通过早期发现得到根治;剩下的1/3癌症可以运用现有医疗措施延长生命、减轻痛苦、改善生活质量。

吴扬秘书长解释,肿瘤发生发展包括癌前病变、原位癌和浸润癌这三个阶段。一般来说,从正常细胞演变为癌细胞,再形成危及人体健康的癌症,大约需要经历10—20年。

也就是说,癌症的发生是一个长期、慢性、多阶段的过程,并非突然发生,只是一直潜伏在人体内“伺机而动”,做到早预防、早诊断、早治疗,并保持战胜肿瘤的坚强意志和良好心态,肿瘤可防可治。但是,一旦量变促成质变,干预治疗的效果也会大打折扣。

预防肿瘤要从提升免疫力做起

《黄帝内经》云:“上医治未病,中医治欲病,下医治已病。”自古医学就强调防重于治,预防是最有效,也是成本最低的重要途径。

如何预防肿瘤?吴扬秘书长说,中医理论认为肿瘤发生在于正气亏虚,即与人体自身免疫力缺失有很大关系。治病必求于本,故对肿瘤当以“扶正固本”为根本大法,采取不断扶正提高自身免疫力,适时祛邪的思路。

提高免疫力,吴秘书长一方面建议大家选择健康的生活方式,减少致癌因素的接触。做到平时不饮酒或少饮酒、不吸烟;保证每日合理健康的饮食,多吃水果、蔬菜、粗粮和纤维素,限制盐、腌制食品和烧烤的食品;多锻炼身体增强体质,保持适宜体重,保持良好的心境;重视肿瘤防治,定期去医院体检,尤其是有肿瘤家族史的,加强早期筛查等。

另一方面,他特别强调中医药在防癌抗癌方面的作用。中医中药在五千年的历史长河中,对我国民族的繁衍昌盛和世界医学的发展起着重大的贡献。2018年,浙

江省抗癌中心和寿仙谷签订了“中医药肿瘤防治临床研究专项基金”项目协议,通过传统中医药和现代科研技术的结合,进一步推动中医药在防癌抗癌中发挥更大的作用,继承和发展中医药事业,为人类健康做出贡献。

灵芝为养生佳品 现代去壁灵芝孢子粉补益更佳

说起中医药防病治病的中药材,就不得不说到灵芝。《神农本草经》《本草纲目》等药学典籍均把灵芝列为“上品”;《中国药典》也详细描述了灵芝的功能“补气安神、止咳平喘”,用于“心神不宁、失眠心悸、肺虚咳嗽、虚劳短气、不思饮食”。

中国工程院院士张伯礼认为,灵芝的补益作用主要是表现在免疫功能的调节,尤其适合体质虚弱的人,以及患重疾处于恢复期的病人使用。

21世纪以来,随着对灵芝孢子粉生物活性成分、药理作用、加工方式的研究逐步深入,灵芝孢子粉被广为人知,其药用价值备受养生学家的瞩目。尤其是关于灵芝标本兼顾、增强体质、全面调理亚健康方面的研究和应用也越来越多。“临床在具体使用比较多的,是肿瘤病人的术后调理,特别是化疗期间,免疫功能受到了很大的损伤,这种情况下用灵芝孢子粉进行补益和调理就是非常好的。”国医大师熊继柏曾在学术研究会上对灵芝孢子粉作出肯定。

药理研究发现,灵芝孢子中的有效成分主要是灵芝多糖和灵芝三萜等物质,占比约10%。而灵芝孢子中占比约60%的孢子壁壳,没有功效作用。也就是说,灵芝孢子粉如果不去皮,壁壳和有效成分还是混在一起,会导致有效成分纯度低,效果差。

依据壁壳如何处理,灵芝孢子粉产品已经更迭到第三代去壁灵芝孢子粉——在破壁的基础上,采用去壁技术,去除壁壳,留下精华,有效成分含量提升8倍以上,可被人体高效吸收。成品苦味明显,较为安全高效。

寿仙谷去壁灵芝孢子粉  
有序推进18个临床科研项目

据悉,作为中医药灵芝国际标准制定承担单位的寿仙谷,目前已开展了18项临床科研项目。特别是在肿瘤防治领域,寿



仙谷与浙江抗癌协会、浙江省中医院、浙江省肿瘤医院联合开展“去壁灵芝孢子粉肿瘤防治临床研究”项目。

会上,浙江省中医院肿瘤科阮善明副主任中医师就“去壁灵芝孢子粉协同化疗治疗IV期胃癌的临床研究”作了中期报告。

阮医师说,目前该研究项目主要聚焦晚期胃癌患者,目前已纳入9例。晚期胃癌患者的平均生存时间是12—15个月,目前除了化疗、靶向治疗和免疫抑制剂,暂无其他治疗方式。在这过程中,加入平补药材如灵芝孢子粉,能达到阴阳综合平衡,从而减少化疗的毒副作用,延长PFS(无进展生存时间),提升患者生活质量和延长生命。

另一项科研项目是寿仙谷与浙江省肿瘤医院开展的“去壁灵芝孢子粉用于乳腺癌术后辅助化疗期‘癌性疲乏’的临床研究”,浙江省肿瘤医院任莉莉副主任中医师做了与会报告。她说,癌性疲乏是一种痛苦的、持续的、主观的乏力感和疲惫感,可以由肿瘤本身引起,也可以在术后或者是化疗期间发生。本次研究主要对乳腺癌患者化疗期间疲乏状态的检测,通过服用灵芝孢子粉或安慰剂一比一随机对照,来监测灵芝孢子粉对于疲乏状态改善的情况。

同时,任医师强调,肿瘤的预防比治疗更重要,提高免疫力的同时,一定不要忽略身体释放出的相关肿瘤信号。以乳腺癌为例,绝大部分是以肿块方式出现,女性尤其是45岁以上要定期自我检查,触摸乳房有无肿块,观察乳头有无凹陷和溢液,以及腋窝淋巴结是否有肿大等迹象。再比如肝脏肿瘤。中国是乙肝大国,肝癌发生一半以上和病毒性肝炎相关。“乙肝—肝硬化—肝癌”三部曲,因而对于病毒性肝炎,以及酒精肝、脂肪肝等肝脏基础疾病,定期随访很有必要。另外,早期肝癌大多没有明显症状,需要影像学检查才能被发现,建议每年或每两年进行一次体检。如果身体已出现无故乏力、皮肤变黄、小便变黄、大便颜色发白等情况,可能是早期肝癌的表现,要引起足够重视。

这次相关项目中期报告会的召开,旨在总结临床试验进展及临床试验质量管理工作情况,探讨目前试验中存在问题及解决方案,以推进各临床项目高效优质完成。

“灵芝孢子粉可以清理和调整患者体内的环境,用于肿瘤的预防和治疗,可以发挥一定辅助作用。”参加本次报告会的专家说。

## 萧然滋味

本期力推

## 烧烤季美味来袭 一次解锁十几款网红饮品

■记者 傅晓玲

每当经过一天的辛勤工作后,总想有形形色色的美味来满足我们的味蕾,一盘盘色香味俱全的美味菜肴,或是一顿烧烤的畅快淋漓。

萧山烧烤哪家强?蒙羊工坊绝对榜上有名。靠着一把羊肉串火出圈,精选5—6月的嫩羔羊,肉质鲜嫩多汁,搭配秘制蘸料,让人回味无穷。精挑细选大生蚝,个个饱满肉质。秘制烤翅可口入味,诱惑味蕾……数十种精挑细选的烧烤,让您的夜宵时刻不再单调,超多选择放肆吃。

为了迎接即将到来的烧烤季,蒙羊工坊除了为各位食客准备了各种美味的烧烤外,还有超多爽口饮品等你来解锁。新到的百威扎啤,清爽解腻。和三五好友把酒言欢,一口啤酒,一口烤串儿,实乃人生幸事。不喜欢酒精的客人,蒙羊工坊也贴心准备了十多款气泡饮料。这些饮料不仅颜值出众,而且口感丰富:北冰洋、维维豆奶、芬达……每一款都能勾起你不少童年回忆,也是当之无愧的网红饮品。

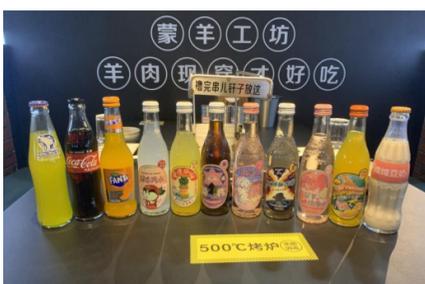
蒙羊工坊近期福利:扫二维码进群。我们将抽取5位读者,每人可获赠羊肉串半打。  
地址:萧山体育路56号萧然海鲜楼三楼  
咨询电话:82809077



萧然海鲜楼



原味生活群



## 回元养生说

## 名中医陈乐:治咳嗽要去根源

■记者 徐燕燕

想必很多父母都了解过关于小儿咳嗽怎么治的文章,也一定煮过川贝雪梨,或是吃过各种牌子的止咳糖浆。

小儿咳嗽是一个老生常谈的问题,回元堂的陈乐医生表示:咳嗽分多种类型,是需要辨证施治的,治病求其本。中医治疗咳嗽就是要找到引起咳嗽的原因,祛除病因,恢复机体脏腑正常生理功能。

咳嗽的病因,不外乎外感以及内伤两大类。陈医生介绍了几种常见的咳嗽症状,受寒咳嗽一般伴有清鼻涕、喷嚏、鼻塞、舌苔白等外感症状,治疗思路以解表散寒为主。积食咳嗽常见舌苔白厚黄厚、口臭、大便臭秽、甚至便秘,治疗以消食化积为主。痰湿咳嗽一般表现则是舌苔偏白腻,有白痰,比较粘,有明显痰音,治疗上应注重化痰宣肺。燥咳则是干咳无痰的情况,如果排除积食、受寒、痰湿,又伴随舌质红、舌苔少等情况,就可以基本判断为燥咳,治疗原则以养阴润肺为主。

“当孩子咳嗽时,我们需全面观察孩子的精神、胃口、睡眠、大便、舌苔、咳嗽声音、痰液等,综合判断孩子的身体状态,以便对症下药。”陈医生说道。

他表示,单纯止咳药抑制人体咳嗽,只会让肺部“静音”,对身体并不好,病因不祛除,咳嗽终难治愈。中医治疗咳嗽,不是单一止咳,而是针对病因,通过一系列手段,把导致咳嗽的“根”清除干净。用中医来治疗咳嗽,特别是反反复复的慢性咳嗽,不但可以根治,还可以整体调理人的身体,增强体质。

在孩子咳嗽期间,单靠吃药还不够,在饮食方面也需要格外注意,陈医生提出几点建议:

首先要忌寒凉食物,中医认为,“形寒饮冷则伤肺”,孩子咳嗽时,不应吃生冷食物,否则容易造成肺气闭塞,加重症状。其次水果多是凉性的,容易助湿生痰,也会加重咳嗽。要忌油炸食物,中医认为油腻会加重胃肠负担,且助湿助热,滋生痰液。要忌海鲜,鱼虾等具有发性的海产品,会加重咳嗽。要忌甜食,中医认为,脾为生痰之源,甜食容易碍滞脾胃,会产生“内热”,使痰湿加重。

“五谷杂粮最为养,若要小儿安,三分饥与寒。总而言之,做到饮食清淡,低盐、低糖,比如吃点米粥、面条、蔬菜、瘦肉,减少脾胃的负担,让孩子更有力去恢复。”陈医生强调。

陈乐,中医学博士、主治医师。毕业于浙江中医药大学,从事中医临床工作二十余年,尤其对各种原因导致的咳嗽和睡眠障碍有着独到的见解。

回元堂(原萧山方回春堂)坐诊时间:每周四上午

温馨提示:本周将免费提供2个陈乐医生的专家号,有需求的读者可以拨打小编的电话进行报名。(小编电话13967155784)

