

清晨爽利

主持：錢佩卿 錢佩佩

播出時間：逢星期一至五早上 5:00 — 6:30 香港電台一、五台

環節：健健康康在清晨

嘉賓主持：崔紹漢博士 (中大臨床生化博士, 浸會大學中醫學博士)

*此環節逢星期二早上 6:00 新聞後播出

中醫養生金句 —— 癌病篇之子宮頸癌

50.脫落細胞驗病毒，宮頸癌變可克服 (2) (16/9 因打風停播，順延至 23/9/2014 播出)

臨床症狀：

- (1) **接觸性出血**：最早表現為性交後和婦科檢查後少量出血，稱接觸性出血，為子宮頸癌的典型表現。任何不規則陰道出血，特別是在絕經後，都必須引起注意。大量出血為晚期表現。
- (2) **陰道分泌物增加**：白帶呈水樣、黃色或白色，有腥臭味；晚期癌則出血甚多，白帶稀膿樣，有惡臭，相當於中醫學所指的五色帶下。
- (3) **疼痛**：晚期症狀。因盆腔神經受癌瘤壓迫，引起下腹痛和腰痛；合併炎症出現盆腔充血、脹痛；癌瘤侵犯神經及骨時出現劇痛。
- (4) **晚期出現波及鄰近器官的症狀及轉移癌症狀**，例如直腸炎症、出血、便秘等，伴見全身症狀如消瘦、貧血、發熱及惡病質。

診斷要點：

- (1) **婦科檢查**：包括陰道窺鏡及盆腔檢查。
- (2) **細胞學檢查**：是癌症診斷上的重大發現，對早期診斷很有幫助，可用於排除、鑒別、普查、隨訪。傳統的方法是宮頸刮片柏氏塗片檢查。目前較為先進的方法是膜式液基薄層細胞學技術 (ThinPrep cytology test, TCT)。通過脫落細胞可以了解宮頸不典型增生 (CIN I—III、原位癌)的程度，及浸潤癌的存在。
- (3) **病理檢查**：活體組織病理檢查是確診宮頸癌的方法。

治療原則：

子宮頸癌的治療原則：早期手術治療，中晚期放療、化療可提高生存率。

至於非典型增生(癌前病變)的處理，輕度者按炎症處理，同時密切隨訪，每 3 到 6 個月檢查一次。中重度者必須於陰道鏡下取活檢，決定處理的方法。

與子宮頸癌有關的另一個傳奇女性，香港的著名女歌星，人稱「百變歌后」的梅艷芳。我從網上的資料欣賞到她傳奇的一生，梅艷芳於 1963 年 10 月在香港出生，2003 年因宮頸癌併發肺衰竭病逝，終年 40 歲。她童年時已經涉足娛樂事業，讀小學的時候，在她媽媽創辦的「錦霞歌舞團」與家人於荔園、啟德遊樂場及歌廳、酒廊等地方展開賣唱生涯。1982 年，她參加由無線電視及華星唱片合辦的第一屆新秀歌唱大賽，以一曲《風的季節》奪得冠軍，從此正式踏入娛樂圈，在往後的 18 年中，無論在歌、影、視界都大放異彩，成為香港的天皇巨星。她在一生的演藝事業中，獲獎無數。歌唱事業方面，曾在 1985 年至 1989 年度《十大勁歌金曲頒獎禮》上，連續五屆奪得「最受歡迎女歌星」獎，於 1989 年度《叱吒樂壇流行榜頒獎典禮》奪得「叱吒樂壇女歌手金獎」，她於 1985 年推出的專輯《壞女孩》銷量達八白金(40 萬張)，一時無兩，而到她離世時，仍是華人女歌手開演唱會場數最多的紀錄保持者，合共 292 場(包括香港紅磡體育館 147 場、世界巡迴演唱會 145 場)。她的一曲《似水流年》，令人聽出耳油，百聽不厭，其他令人聽後有繞樑三日之感的好歌數不勝數。在演藝事業方面，梅艷芳也十分成功。1987 年她主演電影《胭脂扣》奪得金馬獎、香港金像獎及亞太影展最佳女主角，她亦曾參演過不少電影，演技精湛，別樹一格，深受觀眾愛戴。

2003 年，外界盛傳她患上癌病，直至同年 9 月她證實患子宮頸癌，原來她的姐姐梅愛方亦於 2000 年因宮頸癌而離世。當時，梅艷芳一直堅稱自己一定戰勝癌病，但後來健康情況惡化，而她卻在醫生反對下堅持抱病舉行演唱會，為了舞台表演，她表現出視死如歸的氣慨。2003 年 12 月 30 日，她終於撐不住，由於癌細胞擴散至肺部，以致肺功能衰竭而逝世。

梅艷芳的一生，為了個人的理想，在歌演藝事業上屢闖高峰，可惜在愛情路上卻交白卷，真的令人惋惜。

苡仁芡實冬瓜湯 (1 人量)

材料：生苡仁 60 克、芡實 60 克、冬瓜(連皮)1 斤、排骨 100 克。

製法：將材料洗淨，排骨斬件後汆水，冬瓜斬件，先將生苡仁及芡實用清水浸泡 1 小時，放入其餘材料，加水適量煲約 1 小時，調味即可。

功效：生苡仁性微寒味甘淡，能利水滲濕，健脾除痺，排膿消癰，對消化道及宮頸腫瘤細胞有抑制作用；芡實性平味甘澀，益腎固精，健脾止瀉，祛濕止帶；冬瓜性涼味甘淡，能清熱利水，消腫解毒，生津除煩。**此方能健脾利濕，可每星期飲用 3~4 次。**

足三里穴 (足陽明胃經)

定位：在小腿前外側，犢鼻穴下 3 寸，距脛骨前緣一橫指。

方法：用拇指指腹按壓足三里穴 1~2 分鐘，每天 2~3 次。

功效：**和胃健脾，通腑化痰，升降氣機，為保健要穴。**