

癌症補全性及另類治療（下）

Cancer Complimentary & Alternative Medicine (CAM)

華盛頓州立大學醫學院臨床內科教授 MultiCare Regional Cancer Center 陳敏銓醫師

誠如上文所述，癌症不是單一疾病，可是到頭來癌症不外乎是‘致癌基因’與‘抑癌基因’之相互消長所引起。重要的癌病化駕駛基因(Driver Gene)通常為數不超出 23-30 個，而一般又可將這些駕駛基因整理歸類為 11 至 14 個不同的分子徑道(Molecular Pathways)針對不同致病分子徑道研究發展而出的即是癌病標靶治療(Targeted therapy)。正規化的主流癌病醫療方式除了時興的標靶治療還包括了外科手術切除、放射線療法、化學藥物治療以及支持性療法(Supportive care)。至於癌症的補全性及另類醫療(CAM)一般涵蓋的有(1.)心身醫學(Mind and Body medicine)如禪坐、瑜珈。(2.)強調氣、陰陽五行、能量醫療的針灸或氣功。(3.)推拿、指壓、按摩之物理身體治療。(4.)生物製藥醫療如服用草藥、沙魚骨粉、PC-SPES 等。(5.)民間傳統醫療如刮痧、拔罐等，以及(6.)飲食醫療如 Gerson, 或 Vegan diet 等。底下我們就從 CAM 在美國歷來的研究概況切入，針對這些不同形式癌病 CAM 之醫療一一為讀者列述。

美國國會於 1992 年為因應民眾資訊之需求責求美國國衛院(NIH)成立了另類醫療辦公室(Office of Alternative Medicine, 簡稱 OAM)。然後於 1998 年 OAM 又昇格變成了今日大家所熟知的國家補全性及另類醫療研究中心(National Center for Complementary and Alternative Medicine, 簡稱 NCCAM)。誠如上文筆者為大家提供了 www.cancer.gov/cam 的一個網址，這裡再加上第二個網址 <http://www.nccam.nih.gov>，以供大家參考。之所以提及美國的 NIH 或是 NCCAM 絕非是媚外，以為月亮是美國較圓於台灣的錯誤心態所致而係基於大量研究資金的投入及較有公信力的嚴謹研究態度為主要考量。

有關癌病的心身醫學治療

癌症心身醫療(Mind-body medicine)涉及到的治療方式一般有催眠(Hypnosis)、導引想像(guided imagery)、沉思靜坐(meditation)、瑜珈(Yoga)以及禱告(prayer)。儘管在過去心身醫療用在癌病方面的文獻研究報告並不多見，可是一般癌症治療專科醫師針對其‘補全性’方面的助益是多少給予肯定的。如果係由學有專精人士為之，催眠術是可以緩解癌症病人的手術後疼痛，化學治療引起的噁心、嘔吐，也可以緩解病童於接受骨髓穿刺、腰椎穿刺前常見之嚴重焦慮症。於 2011 年 11 月在整合性癌病醫療年會(Society for Integrative Oncology)上公布的隨機監控第三相臨床試驗(Randomized controlled Phase III clinical trial)研究也指出於 241 位接受骨髓或週邊血液幹細胞(HSCT)移植的癌症病人中如果教之禪坐靜思，則病人有明顯的癌症正規治療引起之焦慮或其他症狀之減除，對於病人確有助益。瑜珈術(Yoga)於乳癌婦女病人身上可收致改善體能、增益生活品質、減緩焦慮或憂鬱障礙之功效。針對具有深度宗教信仰的癌症病人而言，禱告一般咸信也具有增強自我控制能力、減輕憂鬱病症或避免自殺傾向的好處。當然，心身醫療一般都是跟隨著正規癌病治療方式，同步使用，絕少單獨使用便可奏效的。

針灸、氣功、能量醫療

在所有癌症 CAM 中針灸(Acupuncture)是被研究最透徹且最被公認是真正具有補全性療效的一項。在 1990 年代末期美國國衛院(NIH)及食品藥物管理局(FDA)就曾指出針灸對於噁心、疼痛控制及荷爾

蒙失調症候(vasomotor syndrome)確有療效且如行之得宜，相當安全，所以不應該被視之為‘另類醫療’而應被納入正規醫療之項目。的確於2011年9月UptoDate網站發表的一篇醫療專業文章就指出：於1999年及2008年間公布的26篇文獻報告中有23篇文獻(88%)就指出針灸作為癌症CAM治療，針對乳癌病人於接受化療後引起的噁心、嘔吐、術後疼痛或淋巴水腫、荷爾蒙失調症候及使用Aromatase Inhibitor (AI) 如Femara (Letrozole) 治療後所導致的關節疼痛的確有助益。

對於癌症CAM中的氣功(Reiki)就很不一樣了。氣功在美國常被歸類入能量醫療(Energy Therapy)的範圍。用在癌症疼痛控制上或有療效可是要說能收致‘發功祛癌’之另類治癌效果則是被高度質疑、爭議的焦點。於新進UptoDate專業網站2011年9月發表的同一篇文章指出關於舒緩癌症病人的焦慮、疼痛及放鬆肌肉、促進血液循環及增進全身舒坦感受(well-being)方面於近六年中發表的5篇文獻上有兩篇是說確有療效的，可是細細研讀這些宣稱有療效的文章方知臨床研究的方法設計(methodology)及研究成果判讀方面是有明確的缺失的。所以坦白來說究竟氣功是真有療效的癌症補全性醫療方式之一或只是提供癌症病人一個‘安慰劑’(placebo)的可有可無之舉措，實有待進一步的研究及商議。最無爭議的一個簡單又重要的結論反倒是：氣功不宜被視之為本身就具有抗癌或治癌療效的一種另類醫療方式。

推拿、指壓、按摩的癌症物理治療

早在2500年前於黃帝的內經中就曾提及推拿是一種醫療的方式。物理性身體治療(physical or Body Therapy)包括有於美國特有的脊椎整拿術(Chiropractor)，東方傳統醫學中的指壓及全世界皆習見常行的按摩等皆是癌症CAM的一員。於既往發表的相關文獻上的確顯示出，若作為正規癌症治療的補全式醫治，這些身體理療似乎是可以增進病人的舒坦、鬆弛肌肉、減輕疼痛、焦慮症狀，可是其維持有效的期間甚為短暫一般頂多不超出4週。其實物理性身體治療短暫性有效是本應可想而知的，只是不知為啥，美國或歐洲的醫療工作人員在進行臨床研究之先卻會寄望此等癌症CAM治療方式會具有長遠的治療功效。筆者於日常醫務中偶爾會見到的是因血小板低下或癌病直接侵襲脊椎骨在先，病人於接受此等身體物理治療之後導致肌肉內血腫塊的形成或加重脊椎之傷害礙及脊髓神經而導致更嚴重的功能喪失悔不可及。新進的臨床文獻報告及專家學者建議一般是操持‘不嚴加反對’的立場，所以做為癌症CAM補全性之治療，我們的責任是幫助病人及家屬確認治療之前一切身體、生理、及病理狀況是在可接受的安全界限之內。只要稍有常識的人士一般皆認為此等身體理療絕對不可能成為抗癌或治療的單一主力醫療方式。

生物製劑醫療方式如草藥、鯊魚骨粉

任何超出千年歷史的古老文明國家如中國、埃及、印度、南美印加、美國印地安人皆廣泛使用生物製劑以治百病，癌症治療自然沒有例外。最常使用的生物製劑包括了，靈芝、草藥、動物松果體或胸腺體提萃物劑及鯊魚骨粉...等等。中日韓文化影響所及，亞洲人對於靈芝、蕈類草藥特別寄予重望，很想見到明確的抗癌功效；可是新進的臨床文獻似乎並不這麼認為。

Dr. S Soares 於2002年表的文獻中，蕈類黏多醣(Polysaccharide)萃提取物於62位罹患前列腺癌病人中令其每日服用一連六個月下來，並未能收致抗癌之功效。至於鯊魚骨粉之所以吸引人們的注視眼光，係基於抗癌微血管新生(Antiangiogenesis)導致卓著癌病治療功效的基礎理論。

常言鯊魚不罹癌病乃係其軟骨內富含此等抗癌微血管新生之物質，所以鯊魚骨粉應能治癌。於2005 Cancer雜誌上及2010年之J of Natl Cancer Inst雜誌中有兩篇文獻指出：於晚期性乳癌及大腸癌病人中或是非小細胞肺癌病人中此等另類治療實無真正療效可以吹噓。筆者於1997年時在台灣任職，猶記得在台大癌症門診長廊中曾看見販售鯊魚骨粉的張貼物也知道自已看過的癌症病人中不乏使用之士，筆者於2011年11月短暫回台時，就不曾再看到或聽到這種另類治療的消息了。

PC-SPES 是一種複合式草藥製劑，包含了七種中藥材及一種美國草藥提煉物(Herbal extract)用來治療前列腺癌。PC 指的是 Prostate Cancer，至於 SPES 是拉丁文意指‘希望’(Hope)。這個複合式草藥提萃物曾風行一時，筆者於 1999 至 2000 年參加美國癌症年會 (ASCO)時，PC-SPES 都曾是主流癌症專科人士津津樂道的‘一帖好藥’，因為此草藥的確能降低病人的 PSA(前列腺癌血液指標)減緩癌病之進程。沒想到於 2002 年 2 月時美國 FDA 即號令此前列腺癌草藥全面禁賣，其原因是 PC-SPES 滲和了西藥包含有延長凝血時間的藥物副作用，可能造成病人嚴重出血的危險副作用。這個事例的確提醒了大家要小心號稱‘自然’產品的中草藥材可能被滲加了危險的西藥成分，所以使用之前檢驗、求實、防衛之心態不可或缺。

民間傳統醫療如刮痧、拔罐、香精治療

民俗醫療中外皆有，於國內常見的有刮痧、拔罐而在歐美則有順勢療法 (Homeopathy)，順勢療法係源起於 211 年前德國醫生 Dr. Samuel Hahnemann 所倡導。此外香精治療 (Aromatherapy) 及洗腸療法 (Enema Colon Cleansing) 也甚常見。對於用在癌病 CAM 醫療相關發表文獻而言，國人較常用的刮痧、拔罐海外鮮少有人做過大型臨床研究，臨床上我們提醒病人的是有關中性白血球低下時倘若施行此種 CAM，可能容易導致發燒及細菌感染，如有血小板低下則須小心出血傾向。順勢療法 (Homeopathy) 一般認為可能並無大害，可是對其真正癌症 CAM 之實質臨床療效，根據 2006 年 Dr. S Milazzo 發表在 Eur J Cancer 的一篇文獻指出，則仍是大有疑問。一般在美國順勢療法都係與正規癌症治療合併同步使用，且皆由專科醫業人士行之。對於民俗醫療中的癌病清洗大腸療法，文獻中曾指出病人有脫水、電解質失衡、腸道嚴重細菌感染的副作用，而真正抗癌功效則未曾有過明確文獻報導，一般多僅限於個案報導咸認只係以訛傳訛而已。

癌症 CAM 飲食療法如 Gerson、Vegan Diet

Vegan Diet 雖說行之有年，但是真正新近惹人物議的是：賈伯斯於罹患 PNET 後自己以 Vegan diet 求取癌症治療的功效。Vegan Diet 飲食療法強調的是多纖維 (fiber) 少膽固醇 (cholesterol) 及飽和脂肪 (saturated fat) 之素食主義。我們在日常臨床上看到使用 Vegan Diet 的病人是較容易有 Vit B12 及 Vit D 之不足。至於 Gerson diet 癌症 CAM 飲食療法強調的是新鮮蔬果青菜汁及多種維生素的補給加上低鈉高鉀之素食。雖說於 1995 年時有篇報導宣稱於罹患黑色素皮膚癌 (Melanoma) 病人中如使用 Gerson diet 可存活較久，可是稍經審閱探究以後，一般臨床癌症專業醫生皆不以為然，認定此篇登在一個不具有公信力雜誌上的文獻是不足以採信的。所以嚴格說來所有有關癌症 CAM 飲食治療的相關報導大都是停留在個案報導以及一些小型規模的回溯性 (Retrospective study) 研究報告，而缺乏隨機監控第三相臨床研究之較具公信力及說服性之報導。飲食調養及營養補充於癌症病人在接受正規抗癌治療實是非常重要的一個搭配環節，一般我們多仰賴經過正規訓練，學有專精具有證照的營養師來從旁協助病人以收致最卓著的整體癌病治療功效。

以上零零總總都是筆者的一些淺見以及年過半百歲月滄桑累積下來的一些癌症專業行醫經驗之談，礙於篇幅所限就不再多著墨，如有偏頗之處尚請讀者指教並多加參考兩個既已提供的網址：www.cancer.gov/cam 以及 www.nccam.nih.gov 以昭公信並求取一些不損人又利己的癌病 CAM 相關治療知識。