

氧生



缺氧是致癌的关键！

诺贝尔医学奖得主早在1966年就预言，
氧气足够就能防癌的理论终将实现，
但在此之前，数以百万的人，将因对此一无所知而死亡。

21世纪最有效的
防癌新革命

张安之 李石勇 方鸿明 著

群言出版社
QUNYAN PRESS

氧生

21世纪最有效的
防癌新革命

张安之 李石勇 方鸿明 著

群言出版社
QUNYAN PRESS

图书在版编目(CIP)数据

氧生:21世纪最有效的防癌新革命/张安之,李石勇,方鸿明著. — 北京:群言出版社,2015.10

ISBN 978-7-80256-795-5

I. ①氧… II. ①张…②李…③方… III. ①癌—防治
IV. ①R73

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第164973号

版权登记:图字 01-2015-6826 号

责任编辑:盛利君
封面设计:杜帅

出版发行:群言出版社

社址:北京市东城区东厂胡同北巷1号(100006)

网址:www.qypublish.com

自营网店: <http://qycbs.shop.kongfz.com> (孔夫子旧书网)

<http://www.qypublish.com> (群言出版社官网)

电子信箱:qunyanchs@126.com

联系电话:010-65267783 65263836

经销:全国新华书店

法律顾问:北京市君泰律师事务所

印刷:北京画中画印刷有限公司

次:2015年11月第1版 2015年11月第1次印刷

本:880mm × 1230mm 1/32

张:8

字数:180千字

号:ISBN 978-7-80256-795-5

定价:35.00元



【版权所有,侵权必究】

目录

推荐序

缺氧——常伴你我的老化杀手 王尊彦 6

癌症 VS. 缺氧！ 李伯璋 8

缺氧、血液与肿瘤 陈耀昌 10

浅湿却专业的防癌新观点 郑丰邦 12

原版自序 张安之 14

前言——缺氧致癌，氧生防癌 22

缺氧篇

CHO1 缺氧唤醒你的癌细胞 32

癌从正常细胞来 32

你我都缺氧？！ 40

缺氧是致癌关键！ 5 2

缺氧是癌细胞的免死金牌 6 2

CH₀2 缺氧加速肿瘤的成长 7 2

缺氧导致酸性体质 7 2

缺氧使癌细胞具侵略性 8 0

缺氧让癌细胞无限复制 8 8

缺氧与癌细胞的血管新生 9 8

CH₀3 缺氧与癌症的恶化 1 0 6

缺氧与癌细胞的抗性 1 0 6

缺氧与癌细胞的侵入转移 1 1 6

缺氧与癌症的治疗 1 2 4

氧生篇

CH04 氧生之道 138

缺氧体质 138

环境氧生——改善环境性缺氧 150

体质氧生——改善贫血及心肺循环 156

心情氧生——耗损与调适 172

CH05 从缺氧看癌症的替代疗法 180

素食无法治癌 181

碱性食物无助于改变酸性体质 194

错误的抗氧化会加速死亡 204

其他疗法 214

结 语 2 2 8

附 录 2 3 0

缺氧因子的发现 2 3 2

缺氧与细胞的反叛 2 3 8

缺氧体质自我检查表 2 4 5

缺氧部位检查表 2 4 6

华堡博士讲稿 2 4 7

氧生

21世纪最有效的
防癌新革命

张安之 李石勇 方鸿明 著

 群言出版社
QUNYAN PRESS

图书在版编目(CIP)数据

氧生:21世纪最有效的防癌新革命/张安之,李石勇,方鸿明著. — 北京:群言出版社,2015.10

ISBN 978-7-80256-795-5

I. ①氧… II. ①张…②李…③方… III. ①癌—防治
IV. ①R73

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第164973号

版权登记:图字 01-2015-6826 号

责任编辑:盛利君
封面设计:杜帅

出版发行:群言出版社

社址:北京市东城区东厂胡同北巷1号(100006)

网址:www.qypublish.com

自营网店: <http://qycbs.shop.kongfz.com> (孔夫子旧书网)

<http://www.qypublish.com> (群言出版社官网)

电子信箱:qunyanchs@126.com

联系电话:010-65267783 65263836

经 销:全国新华书店

法律顾问:北京市君泰律师事务所

印 刷:北京画中画印刷有限公司

版 次:2015年11月第1版 2015年11月第1次印刷

开 本:880mm × 1230mm 1/32

印 张:8

字 数:180千字

定 号:ISBN 978-7-80256-795-5

价:35.00 元



【版权所有,侵权必究】

缺氧——常伴你的老化杀手

台湾生发医学会理事长 王尊彦

我是在极偶然的情况下认识张安之先生这个团队，当时他们正协助一家干细胞银行做行销企划，又在进行缺氧(Hypoxia)与癌症的研究，相谈甚欢下，我们之后便在医学会内规划了一系列关于干细胞及缺氧的课程，我也得以更深入的了解「缺氧」这一个极常见，却又颇新鲜的名词。

过去在医美也好，抗老化也好，「自由基」是我们最历久不衰的大明星，但现在我才发现，原来不是别的，「缺氧」（氧气不足）可能就是最大的自由基来源。在成人每天所消耗约五百克的氧气中，正常情况约百分之二~百分之三会变成自由基，但在缺氧时则会倍增，这对美容也好，老化也好，都造成很大的威胁；而「缺氧」也不是我们一般想像中，没气了、快窒息才叫缺氧，原来空气中只要减少百分之二~百分之三的氧气，就有缺氧的问题。

只要缺氧，不但会产生很多的自由基，还会使细胞的活力下降，加上代谢不良

的酸性废物，难怪缺氧不但会加速老化，还会引起可怕的癌症，可谓是常伴你我的老化杀手。

本书内容引用大量二十一世纪以来最新的国际研究成果，是难得一见对癌症有深入剖析的保健书籍，当能对许多受癌症所苦的民众带来重要的抗癌新知。我也认为，不单单是癌症，基于氧气对生命的重要性，「抗缺氧」在未来将会是继自由基后，最重要的抗老医美策略，故乐为之序，希望大家都能认识「氧生之道」，改善缺氧，享受健康美丽的人生。

王尊彦 台湾（地区）「国防医学院」医学系毕业，曾任美国普士顿大学医学研究所副教授、台湾（地区）美容医学理事长，现任台湾（地区）生发医学会理事长。

（三）微整形 杂志医美顾问医师。

癌症 vs. 缺氧！

台湾卫生署台南医院院长 李伯璋

西医对于癌症，主要着重于以化学治疗、放射线治疗及手术治疗来消灭癌细胞，至于缺氧与癌症的关联，医界虽有所认识，新闻上也曾经报导，但始终欠缺完整的科普论述。今天本书的作者们，精心整理了岛内外重要期刊，先系统性的剖析癌症的诞生、成长及转移，再以浅显易懂的文字向社会大众介绍「癌症 vs. 缺氧」的观念，可说是补足此一缺憾。

本书分别由缺氧与癌细胞的诞生、缺氧与肿瘤的成长、缺氧与癌症的恶化作为切入点，让读者了解「缺氧体质」才是癌症的主因。作者们也提供简易的「氧生之道」，例如避免环境缺氧、改善携氧能力、避免过度耗氧等，帮助预防癌症，并列举多篇医学临床研究佐证其效，以示「抗缺氧」的重要意义。

我认为，通过本书的说明与图示，一定能提供医疗从业人员与社会大众一些新的防癌思维，并帮助抗癌勇士们减少痛苦与迷惑，故在此向大家推荐此一难得的好书。

李伯璋 台北医学院（台北医学大学前身）医学系毕业，曾任成大医院外科主任，台湾移植医学学会理事长，现为台湾卫生署台南医院院长，成功大学医学院教授。

缺氧、血液与肿瘤

台大医学院肿瘤医学部医师 陈耀昌

不论是骨髓造血，或是肿瘤恶化，都与缺氧现象息息相关。缺氧时所产生的缺氧因子，对造血干细胞或是肿瘤干细胞，都有着极重要的作用，因此在骨髓移植（正确学术名称是造血干细胞移植）、肿瘤治疗，乃至干细胞疗法上，缺氧因子一直是全世界医学研究上的重要课题，因此当我知道我的学生方鸿明医师，不但是缺氧因子的发现者之一，又是这本讨论缺氧与癌症专书的作者时，既是惊讶，又是高兴。

这是为何呢？因为一来能在这么重要的学术课题上占有一席之地，是很难得的成就；二来能将这么专业的学术资料转化为一般民众能了解的科普保健知识，更是对社会有所贡献。二〇一一年十二月，我还曾经为了贾伯斯的病与死而有所感叹，病人经常因为医学知识的不足，或对西医杯弓蛇影，或误用了某些未必恰当的替代疗法，以致贻误病情。我们常谈医疗人权，事实上，「知识」也是医疗人权的一部分，如果没有一些基本的知识，病患或家属又怎么知道该如何选择适当的医疗服务