

1447

怎样防治癌症

世界出版社

怎樣防治癌症

世界出版社出版

序

我從十數年前開始研究癌。當時我對於癌患者只是介紹他們到大醫院就醫。

其後，我立志使大眾免於癌的侵襲，開始學理與臨床上的研究，並曾經治療許多人。迄今，我對於癌的預防與再發防止，已得到確信，能夠為大眾服務了。

很多人都有這樣的疑問與不安：「癌不能預防嗎？」「早期發現而手術切除之後，會不會再發？」等等。不必過於憂懼，而患了癌神經症。病是由於外因與內因引起的。

為此，我從紅血球數、血糖值、血壓等三個條件，探究其內因。我發現大多數的癌患者，或癌前期體質的人，這三條件必定失去平衡。

癌的早期發現只限於理論，實際是很困難的。若注意以上的三條件很容易在早期被發現，並能夠防患於未然。

現在，醫學雖然進步，癌的特效藥仍然尚未發現。因此，預防仍是最重要的步驟。即使今後抗癌藥出現了，平時的養生也不應疏忽。譬如說，結核病的特效藥鏈黴素

出現的今天，其治療仍不能缺少安靜，新鮮的空氣，營養等，同樣的道理。

關於健康，大家都有一套研究與知識。但像癌這樣的難症，外行人隨便下判斷或治療是很危險的。這本書是我的研究過程與經驗的記錄，也就是避免癌症的書。

出版時承蒙東京醫科大學、網野三郎講師，東京齒科大學森下研究室、早川貞夫先生、暨主婦與生活社等的協助，在此深表謝意。

· 名和能治

目錄

I 發現「早期發現以前的癌」

一、何以會患癌症？

客滿的電車中就有一人患癌.....	二
癌細胞像一個流浪兒.....	三
癌的歷史.....	六
與天氣的冷熱無關.....	七
癌的原因太多了.....	八
刺激說也有其缺點.....	一
放射線與癌.....	一四
熱酒、熱茶，是癌的原因？.....	一五
把酒當做敵人的原因.....	一七

香煙與癌.....一九

禿頭對於肺癌的抵抗力很強.....二〇

多意見的「香煙主因說」.....二二

二、現在馬上來調查癌吧

說是「早期發現」.....二四

「過遲的癌」的早期發現.....二五

發現是否根據科學呢？.....二七

「酵素」具有不可思議的力量.....二九

惡性腫瘤必定發熱.....三〇

三、早期癌的自覺症狀

日人患最多的胃癌其自我發現法.....三二

食道癌的發現.....三三

癌覬覦欲犯豐滿的乳房.....三五

「你自身」發現的乳癌.....三六

舌癌的自我診斷.....四〇

不知不覺之間罹患的前列腺癌.....四二

也有聲音嘶啞的喉頭癌.....四三

子宮癌注意出血.....四五

肺癌——有八個危險信號.....四六

成了太遲的肝癌.....四七

黑色素癌容易發現.....四八

四、「早期癌」發現以前的三條件

一個白領紳士的不安.....五〇

癌年齡自三十歲.....五一

先鞏固內因.....五三

三條件與血液的作用.....五四

紅血球增加，性方面也會增強嗎？.....五六

紅血球減少，病情會延續.....五八

如何測量血糖值.....六〇

血糖是什麼？.....六一

最高血壓與最低血壓.....六二

三條件是生命力的「量稱」.....六四

五、血液與癌

對臉色好的傷兵所懷的疑問.....六六

血液在何處製造？.....六七

破壞了的紅血球變成什麼呢？.....六八

血球能預防癌嗎？.....七〇

自己的血液與別人的血液.....七二

「動靜脈吻合」——血流的放水路.....七三

放水路被溶解就容易得癌.....七四

與癌不兩立的動脈硬化症.....七五

膽固醇是發癌物質嗎？.....七六

低血壓的人「要注意」.....七八

六、認識「癌體質」

「奢侈病」很危險.....八〇

II

如何來預防癌，並防止再發

一、如何以食物預防癌

摔角的選手較多糖尿病的理由.....

糖尿病有這樣的症狀.....

S 氏的糖尿病是癌.....

癌與治療的耐心比賽.....

對於糖尿病有益的食物.....

注意「頸部」.....

美國人與癌.....

八一
八二
八三
八五
八六
八八
八九

預防癌以保護身體.....

小孩的「體質」與「母質」有關.....

甜食物與白糖之害.....

癌細胞喜歡糖.....

攝取過多的卡路里（熱量）將如何？.....

九四
九五
九七
九八
一〇〇

「長壽之國」的完全食物.....一〇二

乾魚類的功用.....一〇四

吃紅、黃、綠色的蔬菜.....一〇六

減少血糖的南瓜療法.....一〇八

二、注意日常生活，可增加抵抗力

爲何打高爾夫球對老人好呢？.....一二二

一舉數得的早上散步.....一二四

強健的腸可造出精力.....一二五

便秘如何補救.....一二七

睡眠的作用.....一二九

熟睡的八條件.....一二一

「溫泉有益」的真正理由.....一二三

氣泡又有洗淨作用.....一二四

浴槽氣泡的細胞強化作用.....一二五

噴水器與溫冷浴.....一二七

土耳其浴能夠降低血壓……………一二九

漁夫不患癌……………一三〇

身體的「不到達點」……………一三一

三、心身的平衡能克服癌症

憂鬱不安的癌神經症……………一三四

由坐禪而長壽……………一三五

催眠術對於癌爲善策……………一三七

危險的時候就進入人工冬眠……………一三八

腰圍之長度是生命之量度……………一三九

斷食療法……………一四〇

斷食的效果……………一四三

寧喝生水而不喝咖啡……………一四三

鹼性溫泉水……………一四六

紅血球喜歡新鮮的空氣……………一四八

四、癌可以用藥物醫治嗎？

五、我的治療實例

難以發現的抗癌特效藥·····	一五〇
各種補血劑·····	一五一
用血液製造的新藥·····	一五四
漢藥對於癌有效嗎？·····	一五五
笹葉（一種竹葉）的抗癌性·····	一五六
直腸癌再發的憂慮消失了——	
患者平田雄三郎之例·····	一五八
喉頭癌手術後的日常生活——	
患者坂本義彥之例·····	一六〇
肝癌的奇跡——	
患者田岡久子之例·····	一六四
起初感到胃痛——	
患者鹽原洋之例·····	一六六
要治療慢性胃病·····	一六八

三條件的經過如何？	一七二
僥倖的早期發現——	
富田春代之例	一七五
雖然很健康，可是肚子生癌——	
細野勘治之例	一七七
糖與成人病的因果關係——	
故鳩山總理與紅茶	一八〇
洗臉時的健康促進法	一八三
長壽是五福	一八六

I

發現「早期發現以前的癌」

一、何以會患癌症

客滿的電車中就有一人患癌

曾經揚威全球且講過「在我的字典裏，沒有不可能」豪語的拿破崙，還是抵抗不過癌症，終於寂寞地死在被放逐的聖赫勒那島，死因是胃癌。

雖是寫下歐洲燦爛歷史的英雄，其實還是跟我們一樣，也不過是一個集合了約四百兆個細胞，組成了胃、鼻、臍或足背的一個極為通常的人而已。

還有，雖不作拿破崙一樣的豪語，但也被人們崇敬如神的俊材而死於癌症的，有音樂家布拉姆斯，童話家安徒生，棒球王打手貝魯斯等人。

在日本來說，著名的例子則有：第一任癌研究所所長與又郎博士，第一任國立癌中心所長田宮猛雄博士。而政治家則有蘆田均、犬養健、安藤正純、池田勇人等。又物理學家仁科芳雄博士，企業家中村時藏文，作家尾崎士郎等，他們都是因癌而喪失了寶貴生命的人。

如果要一一舉名，真是不勝枚舉。科學萬能，乍聽之下，也頗有拿破崙豪語之慨，可是儘管如此，在今日全世界一年之中，就約有三百萬人死於癌症，而且這個數字還有年年增加之勢，相當可怕。

單就日本而言，一年之間就有十萬人（一九六二年九萬八〇八一人，一九六三年九萬九千九百六十四人），比二十世紀之初增加約三倍，算起來每年就有約相當於一個小都市人口的人，犧牲於癌症。

假設日本人口為九千萬人，其中能患癌的癌齡期的人，以二分之一計算，為四千五百萬人。即四五〇人之中有一人死於癌——以算術方法計算是如此。四五〇人，大約就等於一節擁擠客滿的電車車廂的人數。

自明天到明年的今天之間，其中的一人就必死於癌。那個人，說不定是我，也可能是你。真是大意不得呀！話雖如此，但我們大可不必過於神經質。因為只要我們稍具一些生活的衛生知識，我們便可防止癌的發生。

癌細胞像一個流浪兒

在我們這個社會裏，有很多人做各種不同的工作，就現在一瞬間來說，有的正在工

廠舉起鎚子，有的正把一元銅板投入公共電話裏，有交足坐在公園長凳上的人，有正在翻書的人，也有擲球的人。各色各樣，就像沒有任何支配似的。然而，這樣彼此並無任何妨害，也不發生衝突。各人遵照社會秩序，或打電話，或擲球，各得其所。

社會的秩序，亦即規則，在我們的生活裏，就有這種規則。法律或道德，當然屬之。就像我們早晨起床，白天去工作，晚上休息等的整個生活，都有其規則。

同樣地，每一個人的身體也是如此。人的身體由約四百兆個細胞組成。如果這四百兆個細胞，毫無規則地行所欲爲的話，那真糟糕了。幸而，它們都是規規矩矩，有條不紊地活動着。

雖說是四百兆個細胞，但究其根源，只不過是一個卵細胞而已。這個卵細胞，有一天開始分裂，變成二個，四個……此時的細胞分裂，可說最旺盛，分裂再分裂，而成為骨，肌肉或皮膚，終成爲一個體形，這時候，只有腦細胞是例外，其他舊細胞會死去，然後分裂更多的細胞，使細胞保持常新而總數逐漸增加，如此身體漸漸長大，終於達到四百兆之數，始能稱爲一個完全的身體。

至此的過程，均按照規則，秩序井然地發展着。可是此後更趨精密，就骨而言，它便有一個規定的細胞數，其細胞的分裂是嚴守原則，不多也不少地反復分裂的，而且，