



癌症≠死亡 癌症可防可治可愈
系统综合治疗是癌友康复的最佳选择

癌友的心声 下

癌友自医创新路

◆ 计育兴 著



黑龙江人民出版社

癌友的心声 

癌友自医创新路

计育兴 著

黑龙江人民出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

癌友的心声——癌友自医创新路/计育兴著. —哈尔滨:黑龙江人民出版社,2007.9

ISBN 978-7-207-07511-6

I. 癌… II. 计… III. 癌—康复 IV. R730.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 155707 号

责任编辑:刘丽奇

癌友的心声——癌友自医创新路

计育兴 著

出版发行 黑龙江人民出版社出版发行

通讯地址 哈尔滨市南岗区宣庆小区 1 号楼

邮 编 150008

网 址 www.longpress.com E-mail: hljrmcbs@yeah.net

印 刷 哈尔滨市工大节能印刷厂

经 销 全国新华书店

开 本 890 × 1240 毫米 1/32

印 张 17

字 数 360 千字

版 次 2007 年 12 月第 1 版 第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-207-07511-6

定 价 42.00 元(两册)

(如发现本书有印刷质量问题,印刷厂负责调换)

癌友序

该书作者是哈尔滨师范大学教师,1990年罹患膀胱癌,迄今已康复十八年了,他是一位卓有学识和实践经验的抗癌明星。20来年在抗癌康复过程中,他学习、观察、探索、亲身实践并综合癌友的经验教训,撰写了《癌友自医创新路》一书。该书集中、翔实、生动的展现了一个崭新的癌友群体和个体综合治疗的成功景象;从理论上,实践中介绍了众多令世人惊赞的抗癌范例。该书堪称癌症患者的“良师益友”。

我们的启蒙老师是北京的于大元、庞鹰、刘桂兰、黎义明老师,是哈尔滨的韩凤国、南华植、计育兴、张振祥老师,他们都已康复十几年,二十几年了。这些老癌友们成功康复的经验,概括起来就是:一、把精神振作起来,下决心,立恒心,树信心,与癌拼搏,争取康复。二、坚持系统综合治疗。确诊要首选西医,特别注重首次治疗,争取手术机会和适度的放化疗;三、对症长期服中药(一般为3~5年);四、每天坚持操练抗癌健身功法;五、注意食疗、养生。

我们作为老癌友真诚地向新癌友们推荐此书,你读了,照此身体力行了,就可以延长生存期,就可以提高生命质量,就可以防止复发转移,还可能获得康复痊愈。

张振祥(执笔) 韩凤国 南华植 董景春
娄启生 宫玉琴 李新生 李逸仙
刘玉珠 程丽琴等一群癌友

2007年10月18日

张 序

“癌症自医创新路”是一部完全由癌症康复者撰写的癌症康复专著。内容都是来自癌症病人自己的切身经历和真实感受,他们当中的每一个人患癌都走过一段十分不平坦的康复之路,每个人都经历过生与死的痛苦较量,每个人都体验过癌症给他们造成的辛酸和苦辣,他们没有倒下,而是在癌症这个举世公认的绝症中勇敢地走了出来。他们虽然算不上惊天动地的英雄,但他们却是与死神搏斗中的强者和胜利者。

癌症康复和治疗是当今医学领域极为复杂的医学难题,医学家们经过长期地不懈努力,其临床治疗效果虽然有了较明显地进步和提高,但还远远没被人类彻底征服。无数实践证明,癌症康复不仅需要医学家的艰苦奋斗和努力,更需要癌症患者自身的参与和配合,实际上每个癌症病人自身的体会和经验,他们的癌症康复过程中走过的弯路和教训往往才是最难能可贵的。可让众多新患者少走弯路,科学地选择正确的治疗方法和有效途径,自觉地把握自我,战胜病魔。

对众多肿瘤病人来说,“癌友自医创新路”是一部难得的癌症康复教科书,肿瘤病人如能对此书进行认真阅读,必将受益匪浅。

张宗岐^①

2001年6月12日

① 张宗岐:中国中医研究院北京广安门医院肿瘤专家、教授

孙 序

这是一本用生命撰写的书。

作者本身是癌康复者。在与堪称生命第一杀手的恶性肿瘤长达十多年的顽强抗争中,他把自己当作科学研究的对象,尽可能以客观的眼光,采用科学的方法,对疾病进行观察、分析,甚至有意设计特殊的实验,寻找癌症发生发展的经验规律以及攻克治癌难关的有效方法,进而努力根据祖国医学和现代医学理论做出科学的阐释。作者原来的专业是化学,后来专门研究科学哲学,具有严格的科学精神,并能坚定地遵守实证科学的规范。因此,本书首先是一部严肃的科学著作。

巴仑(R·Baron)曾经深刻地指出:“在我们作为医生考虑病症的方式同我们作为病人体验病症的方式之间,存在一个巨大的鸿沟。”也许这是作为实证科学的医学与其他实证科学的一个重大区别。问题在于,在现代医学实践中,医患之间的沟通渠道并未建立起来。本书作者突破了单一角色的屏障,以患者和医生一身而二任的特殊身份,去充当临床实践和医疗理论研究的认知主体,这是很有意义的尝试。就此而论,本书提出的一些观点具有独特的科学价值,应当引起医学专家的重视。

医学的对象是人,而人则是生物性和社会性统一,正因如此,医学注定是一门自然科学和人文科学交叉的综合性学科。

医学必须考虑各种社会因素、特别是精神因素在病理上和治疗上的重大、有时甚至是决定性的影响。古人说:医者,意也。这是古人对医学具有社会性质的天才直觉。图姆斯(S·K·Toombs)认为:“医生和病人是在不同的世界境遇中理解病症经验,每一方都相应地确定经验的主题。病症虽被假定为他们之间的一个共同‘实在’,但实际上它却代表两种截然不同的‘实在’。本书特别强调了现代疾病谱系的社会学特点,指出认识生活习惯、生活方式、环境污染以及心理因素致病的重要性,这表明,作者对现代医学理念的转变和新医学模式的兴起是有深刻了解的。1977年,美国医学家恩格尔(G·L·Engel)提出“生物心理社会医学模式”(biopsychosocial medical model),就是从生物学、心理学和社会学三个方面的结合上综合考虑人类的健康和疾病。本书在这方面显然是有超前性的,实属难能可贵。

有人说过,医学由自身的特殊性,从来都和哲学有着不解之缘。医学真正是检验辩证法的试金石。本书作者多年从事自然辩证法的教学研究工作,深有所悟。他在患病和治疗与康复的漫长岁月里,一方面深刻地领悟了辩证法的真谛,另一方面又把辩证法当作认识工具去分析医疗过程中的错综复杂的矛盾。他探讨了癌症发病和治疗、康复过程中的结构性矛盾,诸如内与外、身与心、治与养、正与邪、退与进、和与战、整与分,等等;他还分析了癌症病程、治疗康复以及临床心理的动力学机理,并对这些过程的阶段推移做出了辩证的模式建构。在这个意义上说,本书又是一本深刻的医学哲学著作,也是自然辩证法应用于医学领域的出色的案例分析(case studies)。

人作为自然的存在是脆弱的,生老病死,自然之律,不可违抗。但是,人还是“思维着的精神”(恩格斯语),人能认识

必然而获得自由,因此人又是强大的。本书作者作为有科学精神和正确而坚定信仰的人,面对所谓“绝症”做出了唯一正确的选择,那就是以乐观豁达的精神境界和实事求是的科学态度去与之斗争。他以令人叹服的顽强毅力坚持了这一选择,战胜了癌症,创造了生命的奇迹,这本身就是本书价值的证明。哲学家波普尔(K·Popper)说得好:“如果我们在宇宙中随意选择一个地方,那么在这个地方发现生命的概率将是零或接近零。”作者珍惜生命,因为他懂得创造性的人生将使我们生活的这个星球变得更加美丽,也正因如此,他才把自己特殊的人生经历转化为思想财富,并把它奉献给他所热爱的世界。这是一首多么辉煌的生命赞歌啊!作为作者多年的同事和朋友,有幸能应作者的邀请为本书作序,可说是与有荣焉。衷心祝愿作者生命之树常青!

孙慕天^①

2001年6月15日

^① 孙慕天:中国自然辩证法研究会理事、黑龙江省自然辩证法研究会理事长、哈师大远东科学技术与社会研究所所长、教授

目 录

第一章 癌症病理与诊治康复历程	1
第一节 实体癌的自然病程与转归历程	1
一、实体癌的自然病程	1
二、诊治转归历程分析	15
第二节 癌临床病程心理一般规律分析	16
一、临床病程与心理分期变化示意图	17
二、临床病程与心理分期的特点分析	17
三、临床病程与心理特征的分析	28
第二章 现代医学诊治癌症的评价	36
第一节 现代医学治癌新进展	36
一、现代医学治癌新医术	36
二、现代医学诊治新技术	44
第二节 现代医学治癌的得失	47
一、现代医学治癌主要手段	48
二、现代医学关于复查问题	53
第三节 现代医学结合中医药治癌疗效高	54
一、中医药治癌的辨证施治	55
二、现代医学与中医药结合治癌新途径	58
第四节 现代医学倡导防癌	61

一、癌症的一级预防	62
二、癌症的二级预防	65
三、患癌后仍要防癌	67
第三章 癌症系统综合治疗	70
第一节 癌症综合治疗的形成过程	70
一、吴恒兴提出常规治癌的综合治疗	71
二、郭林提出的中西医气功三结合治癌	73
三、高文彬实践同时发展系统综合治疗	81
四、于大元、袁正平推动抗癌组织大发展	89
第二节 癌症系统综合治疗	91
一、系统综合治疗概述	91
二、系统综合治疗内涵	92
三、自医疗法如何选择	93
第四章 癌友饮食疗法	95
第一节 饮食营养与忌口	96
一、营养不良和支持	96
二、饮食和忌口原则	97
三、减少致癌物促癌物的摄入	98
第二节 饮食抗癌防病	102
一、饮食防癌	102
二、常用的抗癌防癌食品药膳	110
三、癌友的膳食	117
第五章 抗癌健身法	123
第一节 操练的基本要求	124
一、运用功理 掌握功法	124
二、潜移默化 松静自然	127
三、火候适宜 持之以恒	129

四、操练的具体要求	132
五、战胜癌症的前提	134
第二节 怎样练好抗癌健身法	141
一、怎样练好自然行功	141
二、怎样练好吐音功法	155
第六章 癌友心理疗法	160
第一节 心理疗法原理	160
一、心理应激致癌	160
二、心理致癌机理研究	168
三、癌症自愈的启示	176
四、心理疗法治癌	178
第二节 心理疗法简介	182
一、精神调养防癌法	182
二、想象疗法	184
三、肿瘤性格矫正法	195
四、音乐疗法	198
五、松驰疗法	201
六、幽默疗法	204
第七章 人类医学观念的发展	208
第一节 生物医学模式	211
一、生物医学模式的产生	211
二、生物医学模式的贡献	212
三、生物医学模式的缺陷	215
第二节 新医学模式的雏形	218
一、新医学模式诞生的前提	218
二、向新医学模式转化	219
三、新医学模式的雏形	221

第三节	新医学模式结硕果	221
一、	群体抗癌是癌友康复的有效手段	222
二、	群体抗癌是新医学模式必然产物	223
三、	癌友们企盼治癌全科医生的涌现	224
第八章	实践系统综合治疗的康复榜样	231
第一节	韩凤国:肺癌综合治疗效果好	231
第二节	南华植:晚期直肠癌也能康复	233
第三节	计育兴:我的膀胱癌康复经历	235
第四节	董景春:癌症也是可以战胜的	239
第五节	张振祥:为存活为康复而拼搏	243
第六节	程丽勤:做与癌魔搏斗的强者	246
第七节	娄启生:劫后逢生 奋斗余生	247
第八节	宫玉琴:面对癌魔挑战我自信	249
第九节	李新生:肺癌八年诊治康复路	251
第十节	刘玉珠:张教授帮我战胜癌魔	254
后 记		258

第一章 癌症病理与诊治康复历程

第一节 实体癌的自然病程与转归历程

一、实体癌的自然病程

肿瘤从癌变开始到许多病人死亡为止,中间要经历多个阶段并持续多年时间。这个发展过程,如不经治疗加以控制,就称为肿瘤的“自然病程”。

细胞在致癌因素、促癌因素作用下变成癌细胞;癌细胞增殖失控、浸润生长变为早期癌、中早期癌;然后迅速增大成为中晚期癌和/或转移癌、重复癌;之后肌体破坏,出现恶液质而停止新陈代谢至死亡。为了解癌肿发展过程首先从认识细胞开始。

1. 认识细胞及其组成的功能

我们都知道,细胞是组成人体的基本单位。可细胞是怎样组成人体的,就不是很清楚了。现代科学告诉我们:细胞分很多种类、分多个层次,先由功能相似的细胞层层排列形成“组织”,组织再形成“器官”,器官组成“系统”,最后由各系统构成代谢旺盛的有机生命体。

组织 人的身体细胞经过种种排列,形成的组织。包括:上皮组织、结缔组织、肌肉组织、神经组织等四大类。

(1)上皮组织是由上皮细胞密集排列而成,覆盖在肌体内外及囊腔和管道表面,有保护、吸收、排泄和分泌等功能;(2)结缔组织,由分散的成纤维细胞、肥大细胞、浆细胞、巨噬细胞、胶原纤维和弹性纤维等成分组成疏松组织,还有肌腱、软骨、硬骨等坚实组织。还有血管,包括红血细胞、白血细胞、血小板和血液,以输送气体和养料;(3)肌肉组织,由肌肉细胞/纤维构成,可以伸缩自如;(4)神经组织,由神经细胞和神经胶质细胞组成,能感受刺激和传导兴奋。

器官 是人的这些不同组织联合构成的新的结构单位。器官具有一定的形态特征,能行使一定的生理功能。如胃是由上皮组织、结缔组织、平滑肌、血管和神经等组成,有容纳和消化食物的功能,我们把胃、肠、肝、胰腺等称为消化器官。肾、膀胱是排泄器官;肺是呼吸器官,心和血管构成循环器官,睾丸和卵巢是生殖器官,眼、耳、鼻、舌是感觉器官等。

系统 由许多器官联系起来,共同完成某种连续的基本生理功能,这些器官组成一个体系称为系统。人体有 11 个系统。

①消化系统,有消化食物和摄取营养的功能。由消化管和消化腺组成。消化管包括口腔、咽、食管、胃、小肠、大肠、肛门;消化腺包括唾液腺、肝和胰等。

②呼吸系统,包括鼻、喉、气管和肺,进行气体交换。

③泌尿系统,包括肾、输尿管、膀胱和尿道,以排泄代谢废物。

④循环系统,包括心脏、动脉、静脉,使血液循环全身。

⑤皮肤系统,包括表皮、皮脂腺、汗腺、毛发、指甲和趾甲,

有保护、感觉和排泄等功能。

⑥感觉系统,包括眼、耳、鼻、舌、皮肤,能感受外界的光、声、气、味和触的刺激。

⑦生殖系统,主要的器官男性睾丸,女性是卵巢,用以繁衍后代。

⑧骨骼系统以支持身体,保护内脏。

⑨肌肉系统以伸缩运动。

以上系统都在⑩神经系统和⑪分泌系统调节下,互相联系、互相制约,共同完成整个机体的新陈代谢活动过程,以保证个体生存和种族绵延。

细胞为什么能构成人的机体呢?我们先谈谈细胞性质、结构和功能。

细胞通常很微小,直径约 $10 \sim 100$ 微米,一般为圆形或椭圆形。但紧密排列的细胞多为扁平,正方或圆柱,神经传导细胞为树枝样,能收缩的肌肉细胞为纺锤形。人的细胞虽然很小,仍然有结构,由细胞膜、细胞质、细胞核三个基本部分组成。

①细胞膜是细胞表面的一层薄膜,厚度约 $60 \sim 100 \text{Å}$ ($\text{Å} = 10^{-8}$ 厘米)。有半渗透性,以控制细胞与外部环境的物质交换,有吞噬作用和饮咽作用,以吞噬物体和饮咽物体;并能接受外界信息或信号,引起细胞内一系列代谢和功能的改变,以调节细胞的生命活动。

②细胞质是核以外,细胞膜以内的原生质部分。包括透明的黏液状基质和网状的膜层结构。黏液状基质含有无结构的大分子胶体,小分子真溶液和离子,在溶胶和凝胶之间互相变换用以储存和输送代谢物质。膜层结构含有内质网和其他细胞器,进行代谢合成。此外,细胞质中还有分泌颗粒、色素

粒、糖原和脂滴等内涵物。

③细胞核是细胞内遗传信息的储存、复制和转录的主要场所。一般圆球形或椭圆形,也有不规则的。借助于双层多孔的核膜与细胞质分隔。核内含有核液、染色体和核仁。

细胞核位于细胞的中央,其中含有作为遗传基础的脱氧核糖核酸(DNA),DNA 犹如一个“模子”,能把本身具有的一切特点,准确无误地传给新生成的下一代细胞,就是所谓的“复制”(译音“克隆”)。

人体由 60 兆个这样的细胞的集合和分化组成的。可分成五个层次。

第一,细胞层次:脑细胞、免疫细胞、神经细胞等;

第二,组织层次:肌肉、骨骼、血液、体液等;

第三,器官层次:心脏、胃、肾、肝、脾、肺等;

第四,系统层次:消化系统、呼吸系统、神经系统等;

第五,人的生命体。

可见,细胞是人的结构和功能基本单位,都是构成生命的基本单位,所有的生命活动都是由细胞及其产物完成的。人体细胞平均以 200 天为一周期更新,除神经细胞外,大约每 6~7 年就要全部更新成新的细胞。可以这样说,生命就是每一个细胞不断产生和灭亡的新陈代谢的过程。新陈代谢是生命的基本特征,维持人体的生长、繁殖、运动等生命活动的总称。通过代谢,人体同环境不断地进行物质、能量和信息的交流。其方向和速度受着各种因素的调节,以适应人体内外环境的变化。人体从食物中摄取养料,从空气中吸入氧气,转换自身的组成物质,并储存能量等,这些被称为“同化作用”(或“组成代谢”)。反之人体将自身组成物质分解以释放能量或排出体外,称为“异化作用”(或“分解代谢”)。新陈代谢是在酶的作用下

完成的具有复杂的中间过程。如葡萄糖在生物体内氧化成为水和二氧化碳,要经过许多化学变化,这些中间过程的总称为“中间代谢”。人体正常生理活动,就是由各种内在因素和环境条件进行交流的合成代谢、分解代谢、中间代谢组成的新陈代谢来完成的。

新陈代谢是在细胞核中的遗传信息控制下进行的。遗传信息为脱氧核糖核酸(DNA)中的核苷酸特定序列所编码。通过复杂的机理,DNA的信息转录给核糖核酸(RNA)。随后,RNA的信息转译成组成蛋白质的特定的氨基酸的序列。酶是一种具有催化性的蛋白质,DNA的遗传信息通过RNA控制了蛋白质的合成,并从而通过酶控制着细胞内的基本生化过程。DNA对蛋白的物异性控制成为对代谢进行调节的关键。

新陈代谢显现的各种特征,不是生命活动中各种化学、物理过程的机械的相加,本质上是系统的效应,是系统的属性。新陈代谢是最基本的生命活动过程,其他各种生命活动,从对环境的反应到繁殖,直到人的思维活动都是以新陈代谢过程为基础的。细胞癌变失去控制,新陈代谢停止,生命也就停止。从这个角度来看,生命的动力源来自人体内细胞的正常新陈代谢程度。

然而人在成长的过程中,诸多因素可直接或间接导致细胞受损,例如宇宙磁力、紫外线、工业污染与某些药物及BP机、手机的电磁辐射和核辐射;空气、水与食物中的有害化学物质;致病菌类及其代谢产物的侵害;生活工作节奏加快,过重的心理压抑导致人体内分泌系统的代谢失调,自由基增加。特别是人类进入21世纪,现代化工业生产造成的环境污染日益严重,生活工作节奏急速增快,细胞受损伤情况越来越重,人们对食品的要求除了营养和感官享受外,又增加了调节生