

WINNING THE WAR AGAINST ASTHMA & ALLERGIES

[美] ELLEN W. CUTLER 著

哮喘的非药物治疗

王 璇 译



辽宁教育出版社

I(TP)[®] International Thomson Publishing

R562.2
KTL
C-1

哮喘的非药物治疗法

[美] ELLEN W. CUTLER 著

王 琬 译

辽宁教育出版社

I ① P[®] International Thomson Publishing

2005/06

版权合同登记 06 - 1999 年第 180 号

图书在版编目(CIP)数据

哮喘的非药物治疗 / [美] 卡特洛 (Cutler, E. W.) 著; 王琰译. - 沈阳: 辽宁教育出版社, 1999. 10

书名原文: Winning the War against Asthma & Allergies

ISBN 7 - 5382 - 5735 - 7

I. 哮… II. ①卡… ②王… III. ①变态反应病 - 治疗 - 新技术 ②哮喘 - 治疗 - 新技术 IV. R593. 105

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 07828 号

COPYRIGHT © 1997 by International Thomson Publishing Inc.

ALL RIGHTS RESERVED. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or any information storage and retrieval system, without permission, in writing, from the Publisher.

本书中文简体字版由 International Thomson Publishing Inc. 授权辽宁教育出版社独家出版, 未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

总发行人/俞晓群

出版发行/辽宁教育出版社

地 址/沈阳市和平区十一纬路 25 号

邮 编/110003

责任编辑/韩梅 王文斌

封面设计/曹太文

印 刷/沈阳新华印刷厂

规 格/787 × 1092 毫米 1/32

印 张/11.25

版 次/1999 年 10 月第 1 版

印 次/1999 年 10 月第 1 次印刷

定 价/28.00 元

愿将此书献给我的父亲里奥纳多·瓦格纳和

母亲克劳瑞阿以表怀念

致 谢

我谨以我至诚的心对下面在本书创作中给予至高无价的支援的人们表示感谢。

塔谟路佩斯 (Tamalpais) 疼痛诊所全体人员，在研究与创立多项变态反应治疗所用的专门食谱方面，自始至终给予了帮助，致使这些食谱尽其可能准确无误。

包括 Ariana Garfinkel, Debra Cutler D.C., Sangeet Duchane 和 Fran Massimino 等在内的许多人对研究、编辑和安排本书书稿方面给予了很大帮助。

Dr. Steve Bock 为本书写了前言，他的材料是有创新精神的，对本书书稿至关重要。我与我的病人和我的家族成员一起工作多年，是他们给了我学习与研究这么多治愈疾病手段的机会，并让我分享了他们全心全意的精神，致使我能够竭尽全力从事服务工作。

我的儿子阿融 (Aaron) 许多夜晚陪我在办公室里、在家里工作，总是给我鼓励和爱。我的女儿凯布瑞路 (Gabrielle) 使我能够学会并发现了医治儿童和急性病症的新方法，在写完书稿后她对我说：“妈妈，你写这本书我非常骄傲。”对于我那令人惊奇的、可爱的患病丈夫应予特殊感谢，为了写这本书，他牺牲了一年半中多少个亲密的时刻，永远在现场伴我。最后，帮助我完成了本书草稿。谢谢你，斯蒂芬，我爱你。

戴威·纳姆布垂派德 (Devi Nambudripad) 博士，变态反应消除法的奠基人和纳氏消除变态反应技术 (NAET) 的发明

者。她是一位不平常的女性。她使成千上万的人真正永久地恢复了健康和无限的生活能量。她那无休止的对她的学生和病人的奉献精神是我工作灵感的恒定的来源。她自己的病愈，导致纳氏消除变态反应技术（NAET）的发明，在变态反应与慢性病的领域里，给了全世界一个惊人的突破。哮喘病人对他们毕生的痛苦挣扎和用药的传统疗法有了一个变通的有效疗法。没有一天过去我不赞扬戴威·纳姆布垂派德的工作的，感谢她教给我的一切。这本书是我对她工作的奉献，是对她为医疗界所做出的贡献的感谢。我相信她应该获得诺贝尔奖，被公认为超凡的人。

最后，还有 **Claire Lussier-Pogue**，她是使这本书得以完成的人。她总是有见解，有无休止的灵感，有动机和有奉献精神。她总是出现在我需要帮助的地方，一点也不迟疑，她正是我常常希望有的那位姐妹。我把“战胜……丛书”奉献给她，我从心里感谢她。

前言

我很高兴对卡特洛的这本书《哮喘的非药物治疗法》做出评论。

我们现在的医疗保健系统已在分解；技术演变得越来越广泛。传统医疗方法的用药治病正在使病人花费越来越多的钱，即便如此，他们并不感到很好。我们也看到了目前有一连串增多的免疫方面的问题在发生，如癌、自身免疫病症、变态反应、慢性疲劳、哮喘等等。

变通医学领域用各种各样的生物学疗法，如饮食处理方法、解毒、营养药理学、酶疗法、顺势疗法、中医、针灸、按摩和“身心”技术等等不一而足在治病。所有这些都是对构成人身的平衡或失衡（疾病）的所有因素进行评估而工作的。有许多种方式来评估一个人的这块“地体”，也就是说这块土壤或化学变化的领地，它构成了我们本身，并且先天就安排我们对紧张、疾病、感染、化学毒素或变态反应有敏感性。

卡特洛医生对治疗哮喘的探索的成就给变态反应的困境开辟了一块新的解决的领域。它不仅识别出了那些侵害人的物质，并给人体消除了对某一或某些物质的反应。病人因而能继续以更好地运行其机能的方式过着他或她的生活，包括饮食在内。

她表现出她在生态学领域里掌握的学识很渊博。她为你勾画了一张图，让你了解到如何看待你可能把自己暴露给什么东西，这东西又如何可以不利地危害你的身体，特别是出

现的那些变应性的和哮喘病的症状。

变态反应能表示出每个人各种不同的状态。有一种情况，这种变态反应表示一种警告：此人正严重地暴露于很多物质（在我们这种环境中，这种事我们大家都常见）。在另外一种情况下，变态反应表示我们的身体正在负荷过重，我们的免疫系统正在涨满。又有一种情况，可以是这样：我们有一种感情问题溢出而流入身体的症状中去。

卡特洛医生把运动学和电针刺的检验方法和临床生态学领域的知识融合一起，并和酶疗法、针灸术和身体能量学并行，以此来医治变态反应的哮喘病人。她强调化学物质和其他环境中的物质的作用和它们对每个人的影响。

我的一位病人曾到卡特洛医生处看病。此前她曾用过各种不同药物医治她的哮喘病。她对许多不同的物质都有变应性，虽然经过用无数传统的抗哮喘药物治疗，哮喘病依然严重。但现在她的健康状态大为改善，大多数药品已弃而不用，能够吃那些过去不能吃的食物了，并且可以和此前曾不能接触的东西相接触了。她变得更有知识，也更有力量来处理她的变态反应症了。我感觉卡特洛的这本书是对治愈疾病宝库的一项非常重要的补充。这是一个生物学疗法（不用有毒性的药品而工作），它把一个人的愈合的能量开拓出来，并且作为人生旅途上的一项继续教育的过程而发挥其作用，它是所有为之祝贺的医生们梦寐以求的一个疗法。我欢迎它。

医学博士斯蒂芬·保克

(Steven Bock, M.D.)

病患者是为下列变应原所害，例如香水中的甲醛，新衣服，地毯和塑料物品；自来水中的氯与氟化物；汽车尾气中的碳氢化合物；干洗衣物中的三氯乙烯；还有天然物质如纺织物，花粉，牛奶，羽毛，酵母，真菌；牙齿的汞合金；病毒；细菌；甚至还有情感。

本书分成六个主要部分。第一部分——变态反应，第二部分——哮喘，第三部分——纳氏消除变态反应技术（NAET）疗法，第四部分——辅助疗法，第五部分——病例研究，第六部分——资料查询导览。第十一章提出有引证纳氏消除变态反应技术（NAET）和酶疗法治疗结果的病例史。我建议读者在阅读第一章以前先读读此章，因为它是本书导言的补充，并能帮助你重视为什么本书所提出的信息内容对所有哮喘与变态反应病人应该成为必读之物。

第一至三章解释变态反应的类型，来源与病因，并概要写出各种变态反应的检测与治疗 and 包括纳氏消除变态反应技术（NAET）在内的技术进展。还包括一种可挽救生命的、详尽的紧急自助疗法和一种肌肉反应检测方法。

第四至七章综述哮喘病的症状及引发哮喘病人病症为数甚多的变应原，这些变应原包括有食物，激素，腺体，维生素，真菌，病毒，细菌，冷，潮湿，霉菌，花粉，尘埃，动物，水杨酸盐类，化学物质，代谢失衡，遗传因素，阿司匹林，避孕药，疫苗以及皮质类固醇治喘药物吸入剂等。一旦变应原被诊治者用纳氏消除变态反应技术确定出来，这种引发疾病的变应原就能被除掉，从此再不会成为问题了。

第八章讲的是为哮喘病人建立一个全无变态反应环境的一整套指导事项。一旦人们进行了完善的纳氏消除变态反应技术（NAET）疗法之后，这些建议中的大部分就不需要再遵从照办了。但是，直到这些变态反应被根除之前，本章内容

对变态反应患者，尤其是哮喘病人，仍是非常有帮助的。

第九到十一章详尽地叙述了因此而改变了许多哮喘病人生活的这一项革命性祛除变态反应的技术。设想一下，假如你的儿子或女儿不经任何警戒性的预示而就突然引发了威胁生命的这种疾病的发作，使他们不能呼吸或是呼叫帮助，这将如何？在儿童时期患哮喘对父母来说是一场终生的恶梦。然而我每天都会看到有苦于哮喘症状的儿童，在这里经过这种疗法最后能把他们转变为正常、健康而哮喘全无的孩子。那些父母们，当他们的生活和他们的孩子生活完全好转之时，细心观察着，并经常问我纳氏消除变态反应技术（NAET）现在为什么不是治疗变态反应及哮喘的主流方法呢。

这三章也列出了为许许多多不同哮喘病人所议定的最常用的治疗方案，也包括儿童与婴儿的在内。

第十二章讨论有关体力问题和纳氏消除变态反应技术（NAET）对运动，能量水平，睡眠习惯和心理健康的作用等问题。

除了呼吸疾患之外，大多数哮喘病人看来都患有消化不良，包括便秘，腹泻，胃气胀以及使人烦躁难受的腹部综合征。他们很多都是糖不耐受和淀粉不耐受的人，缺乏各种体内化学反应紧急需要时的、支持生命的各种酶。这些酶的作用是以蛋白质、脂肪和碳水化合物来建造我们的身体；没有它们的帮助，维生素与矿物质就不能行使其机能。在已发现的5000多种酶当中，有四种是在生的食物中发现的食物酶和二十二种由胰腺产生的消化酶，其他均为代谢酶，它们涉及身体各种系统，并能帮助维持免疫系统的健康。

我曾向霍华德·路米斯（Howard Loomis）博士学习，了解了酶。他和爱德华·霍维尔（Edward Howell）一起是酶疗法首要的先驱者之一。他们的研究在研究营养以及其对哮喘和其

他不健康的慢性病症的意义方面开创了一个令人兴奋的崭新局面。按照爱德华·霍维尔的见解，由于消化不良的结果，所有哮喘病人都有酶缺乏症，最终则会危及免疫系统的机能。第十三章是对酶疗法完整的纵览，包括它如何应用，为什么它对哮喘病人是很重要的和为什么适宜的消化并利用食物对健康与活力是至高无上的。

第十四章提出用纳氏消除变态反应技术（NAET）是怎样治愈各种各样病痛的一系列病例研究。

第十五章是资料查询导览，有下列各项需要内容：适用的纳氏消除变态反应技术（NAET）的疗法，针对变应原的饮食指导，对不同酶缺乏症和食物不耐受症的食谱，专业术语词汇表，从事纳氏消除变态反应技术（NAET）治疗的医生姓名与地址表及其他保健医生和哮喘病人需要的重要信息资源。专业术语第一次在本书出现时是以黑粗字体印出的。本书在因特网上有我们的网址（<http://www.allergy2000.com>），其项目有：研究新发现，“专家咨询”专栏，最新纳氏技术（NAET）培训的从业医生表和其他。

本书所提供的知识，可用来帮助你识别并消除哮喘的真正病因以便降低死于哮喘的危险性；并可使你能把自己不看成是一位标准的哮喘或变态反应症患者，而看成是一位具有独特的生物化学结构，变态反应和需要帮助的普通人。大多数的哮喘病人被告知，哮喘是一种慢性病，他们不得不终生与之战斗。而这本书表明一旦致病的变态反应被消除，哮喘可以治愈，不是不可思议地和瞬间见效地治愈，而是合情合理地永久性治愈。

每位哮喘病人应该能够过着一个正常而不吃药的生活。如果你是一位哮喘病患者，希望战胜疾病，防止你的孩子和所爱的人也得此病，就读一读本书，以便发现你如何才能获

得最好的健康并如何才能战胜疾病。如果你是一位为病人的哮喘和变态反应治病的保健开业医生，这本书将介绍给你一种会使你医术革命的创新方法。

当我们步入 21 世纪的时候，哮喘病逐渐上升的发病率反映出我们环境和食物中的污染物在增加，大部分是由于维生素、矿物质和其他营养素吸收不良而引起的正常营养在衰退，也反映出生产削弱并抑制免疫系统的药物在使用上呈指数增长。同时，新世纪的曙光正预示着治疗慢性病不用药的变通疗法有新的觉醒。人们对现今医学成就的幻想破灭了，正在要求有使他们身心有生气的，并能促进而不是压抑他们本身所有的治愈疾病力量的疗法。我们都需要有一个能恢复控制和负担我们自己的健康的时机。这本书提出了关于哮喘的症状与病因的新的理解，并赋人以力量，用一种变通的创新方法，战胜哮喘，现在和永久。

顺势疗法	28
强化脱敏的酶疗法 (EPD)	29
蜜蜂花粉	29
脊柱按摩医疗	29
针刺疗法	30
纳氏消除变态反应技术 (NAET)	30
急症治疗	31

第二部分 哮喘：预兆体征，症状，病因， 呼吸性疾病和预防措施

第四章 哮喘和哮喘患者的定义	35
哮喘的发病率：克莱尔 (Claire) 的故事	35
什么是哮喘	38
哮喘的预兆体征	39
哮喘的先驱病症	41
哮喘复合症状	41
与哮喘有关的疾病	44
第五章 哮喘的遗传与环境的病因	48
遗传	48
感染原	48
食入原	54
汞合金	55
吸入原	57
环境变应原	65
大气条件	68
注射原	69
第六章 哮喘的代谢性病因	70
食物变态反应	70
形成酸性与碱性的食物	84
消化不良	85
维生素与矿物质缺乏症	85

运动	135
----------	-----

第三部分 纳氏消除变态反应技术 (NAET)

第九章 明确纳氏消除变态反应技术 (NAET) 的意义	139
斯蒂夫 (Steve) 的故事	139
发现纳氏消除变态反应技术 (NAET) 背后的故事	142
我的第一次和纳氏技术 (NAET) 接触	144
什么是纳氏消除变态反应技术 (NAET)	145
纳氏消除变态反应技术 (NAET) 是怎样工作的	147
电磁能通路 (经络)	148
体内能量 (内功)	150
电磁场	151
纳氏消除变态反应技术 (NAET) 疗法的描述	154
自我治疗	154
第十章 纳氏消除变态反应技术 (NAET) 治疗的程序方案	156
基础的变态反应	156
第十一章 纳氏消除变态反应技术 (NAET) 疗法: 不同类型	
哮喘的不同治疗程序	165
轻症哮喘	165
中等程度的哮喘	168
严重的哮喘	173
运动诱发的哮喘	185
儿童和婴儿的哮喘	185
夜间哮喘	186
战胜哮喘: 治愈的征程	187
第十二章 精力	189
能量水平	189
解毒作用	191
运动	192
骨骼排位	192
酵母菌, 细菌, 真菌和寄生虫	192

睡眠 193

精神健康 194

第四部分 辅助疗法

第十三章 酶疗法 197

 有关酶的个人经历 197

 什么是酶 200

 酶的功能是什么 201

 我们为什么需要酶 203

 酶的种类 206

 治疗的用途 208

 酶和免疫系统 209

 酶和抗氧化剂的价值 217

 腹部触诊和 24 小时尿分析 218

第五部分 病例研究

第十四章 纳氏消除变态反应技术 (NAET) 疗法和酶疗法 225

 病例研究 225

 遗传 225

 念珠菌，真菌和霉菌 226

 感染原：细菌，病毒，免疫和寄生虫 227

 联合治疗 229

 消化不良：糖和蛋白质不耐受 230

 食物颜料和添加剂 231

 药物 232

 吸入物：尘埃 232

 吸入物：化学物质及猫和动物的头垢 234

 吸入物：花粉，化学物质，香水和烟 235

 吸入物：墙纸的挥发气味 235

 维生素缺乏和抗氧化剂 236

 酶缺乏 237

食物：巧克力	238
基础的变应原	239
基础的变应原：糖	240
食物：小麦	241
环境：建筑物病	242
烟	242
接触物：羽毛	243
情感	244
激素	244
器官和腺体	245

第六部分 资料查询导览

第十五章 资料查询	249
纳氏消除变态反应技术 (NAET) 疗法规则	249
纳氏消除变态反应技术 (NAET) 疗法 25 小时的限制事项	250
关于纳氏消除变态反应技术 (NAET) 自我治疗的补白	252
基础的变应原	252
其他变应原	255
含有主要变应原的食物和用品	281
不含玉米，小麦或牛奶的药品	295
与重点饮食有关的特殊食谱	298
复合碳水化合物不耐受的食谱——左下象限	299
脂肪不耐受的食谱——右上象限	301
蛋白质不耐受的食谱——右下象限	303
糖不耐受的食谱——左上象限	306
避免念珠菌和酵母菌饮食食谱	308
含有草酸和尿酸的食物	311
形成酸和形成碱的食物	313
哮喘病人最常见的感染原	315
脊椎疗法	317
食管裂孔疝软组织疗法	317

EMDR 技术：治疗方法的一项新突破	318
纳氏消除变态反应技术 (NAET) 的从业医生	321
其他各项信息资源	334
有关人士对卡特洛医生和《战胜哮喘和变态反应》 一书的评论	336