

跳出中医看中医，站在普通人、病人和西医的角度看中医，经历了一个从对中医不屑一顾、到用怀疑和批评的态度看中医、再到从中医身上看到希望、在明确的疗效面前对中医口服心服的过程。

外行 看中医

——普通人眼里的中医治病
WAIHANG KANZHONGYI

这是一本给病人读的书
这又是一本给医务人员看的书
这又是一本给普通人看的书

李延伦 著



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

外行看中医

——普通人眼里的中医治病

WAIHANG KAN ZHONGYI

PUTONG REN YANLI DE ZHONGYI ZHIBING

李延伦 著

黄衍强 审



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京



图书在版编目 (CIP) 数据

外行看中医：普通人眼里的中医治病 / 李延伦著. —北京：
人民军医出版社，2014.11

ISBN 978-7-5091-7580-4

I. ①外… II. ①李… III. ①中医治疗学 IV. ①R242

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第257725号

策划编辑：崔晓荣 文字编辑：邱 雷 责任审读：周晓洲

出版发行：人民军医出版社

经销：新华书店

通信地址：北京市100036信箱188分箱

邮编：100036

质量反馈电话：(010) 51927290；(010) 51927283

邮购电话：(010) 51927252

策划编辑电话：(010) 51927288

网址：www.pmmp.com.cn

印、装：北京华正印刷有限公司

开本：850mm×1168mm 1/32

印张：4.875 字数：95千字

版、印次：2014年11月第1版第1次印刷

印数：0001—4000

定价：18.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书，凡有缺、倒、脱页者，本社负责调换

不一样的风景 (序)

从事了大半辈子中医，治愈了成千上万的病人，对中医理论的理解越来越深入，而对中医在医疗行业 and 患者当中的地位却越来越困惑。困惑之一，在华夏大地存在了数千年的中医国粹屡遭非议，历史上多次出现存废之争；困惑之二，我国提倡了这么多年的中西医结合，中西医结合的成果却并不令人满意，以西医为主的医院不甚了解中医，而以中医为主的医院却越来越西化；困惑之三，患者总是在走投无路的情况下才想起中医，有责任心的中医大夫无论多么知名都要一边看病、一边普及中医理念。

国人的科学素养、健康素养亟待提高，医学知识更需普及。在医学知识中，中医中药知识比西医西药知识的普及更加紧迫。而这背后的原因，是大学培养的西医人才比中医人才多得多，宣传普及西医的人就比宣传普及中医的人多得多；西医以生理学、生物学、化学、物理学为基础理论，所有的人



在中学阶段都学过，即使没有学医，也都知道一点。中医中药知识则不然，随着国学教育的淡化，缺少了社会基础和氛围。

《外行看中医——普通人眼里的中医治病》这本书，从很多方面解决了这么多年困扰着人们的问题。

本书作者李延伦先生曾是一位秉性耿直的职业军人，在解放军第148医院从事宣传工作多年，以前接触的基本都是西医，对中医的了解并不多。退出现役后，经朋友介绍在淄博延强医院兼职文化工作，接触到纯正的中医，亲眼看到许多癌症病人经中医治疗后活了下来，重获新生；感受到祖国传统医学的深刻魅力，并由此对中医产生了浓厚兴趣，开始审视中医、审视患者、审视社会。从“外行人”的视角探究中医世界的奥秘。

“不识庐山真面目，只缘身在此山中。”站在山外看山，能看到生活在山中的人看不到的风景。在朋友眼里，他是个比医师还“明白”的非医务工作者，周围的朋友得了什么病，必先咨询他，并让他推荐医院和医师。正如他自己所言：“一辈子工作在医院，一辈子没有当过医师；一辈子疾病缠身，一辈子都没把自己当成病人。”特殊的经历造就了他，也造就了他对医务工作者和病人的特殊认识和感情。

作为一名有良知的军人和医院工作人员，李延伦先生把这些年来对中西医的理解总结整理出来，让饱受疾病之苦的人增加对疾病的重新认识，让那些在突如其来的疾病面前不知道怎么正确选择就医的人正确选择医生，这是功德无量的善举。

这是一本给病人读的书。作者和每一位普普通通的人一样，跳出中医看中医，站在普通人和病人的角度看中医，经历了一个从对中医不屑一顾，到用怀疑和批评的态度看中医，再

到从中医身上看到希望、在明确的疗效面前对中医口服心服的过程。

这又是一本给医务人员看的书。作为医师，大多专注于疾病、专注于医药、专注于学术，很难做到站在普通人和病人的角度去思考问题、站在西医的角度去思考中医。这本书，正好补上了这一课，很多过去不解的问题在这里有了答案，使以后的医疗和研究工作具有更强的针对性。

这又是一本给普通人看的书。作者特殊的身份和经历，使他成了中西医之间的桥梁、医师和患者之间的纽带、医务人员与普通百姓之间的红娘，其看问题的视角有时广阔、有时独特，异于一般人，既有一定的广度，又有一定的深度。本书将知识性、趣味性、史料性及现实性融合在一起，具有较强的可读性和实用性，相信每一位读者都会从中得到启发。

淄博延强医院院长 黄衍强

2014年1月30日

前 言

中医起源于我国古代，自三皇五帝始，以《黄帝内经》为标志，我国就有了以中草药为主体的传统医学记载。中医护佑了中华民族数千年，在其他古老文明相继衰亡的情况下，中华民族虽然历经劫难、饱经沧桑，却薪火相传、繁衍至今。然而，就是这样一门国粹之学，也和中华民族的际遇一样，饱经争议，其存废之争，有历史可查的就多达六次。

历史发展到今天，有人崇拜中医、有人迷信中医、有人怀疑中医、有人诋毁中医。在西方医学占据支配地位的今天，中医处于一种相对尴尬的历史地位。很多关心中医的有识之士开始反思，但不是失于偏颇，就是艰涩难懂，难以形成系统。更由于中医传承的特殊性，中医还常常被一些别有用心的人所利用，故弄玄虚、制造神秘，使得本就备受争议的中医是非不断。本书的编写，就是在这种历史背景下应运而生。



作者通过亲身经历，以通俗易懂的语言，严谨的科学态度，站在一个外行人的立场，跳出中医看中医，从普通人和病人的角度看中医，客观解读现实生活中的医学现象。从中、西医两方面重新审视中医的地位和作用，客观公正地评价现实中存在的医患关系，评述当代中医文化现象，重点解读发病率逐年增高的癌症及其在医疗工作中存在的不良观念及治疗上的偏差，追溯中医治疗癌症的历史，解读“治未病”这一中医对抗癌症的优势，打消了人们谈癌色变的恐惧感，揭开了很多患者面对癌症不是被吓死就是被迫接受过度治疗的真相，同时对饮食、锻炼及情绪等各方面对人们身体的影响进行了梳理和剖析。难能可贵的是，本书的最后，还专门为患者在择医中遇到的问题 and 如何正确选择医院和医师进行了探讨。

这是一本内行人想做不想说，外行人想说难以说，知情人想说不愿意说的杂论，是一个行走在中西医之间的非医学人士揭示的行业公开内幕，是中西医专业人士、患者及普通人都需要了解医学边缘书。

本书的编写，参考了近年来中西医专业人士的前瞻性观点和论述，得到了淄博延强医院黄衍强院长的鼎力支持和帮助，吸收和筛选了该院在中医治疗肿瘤、血液病方面的成功经验及案例，在此一并给予感谢。

李延伦

2014年1月28日

目 录

引言 / 1

一半是病人 一半是医师 / 1

行走在中西医之间 / 3

癌症患者的无奈 / 4

白血病患者自述 / 6

活着就是王道 / 8

反思西医 / 12

还有几人使用传统诊断 / 12

西医四诊 / 14

“三素一汤”治疗方式 / 16

管好“三素一汤” / 19

什么情况需要输液 / 21

意外事件开启化疗时代 / 22

值得反思的治疗手段 / 26

硬的不行来软的 / 27

走近中医 / 30

中医寻踪 / 30

民族文化符号 / 33



中医是与非 / 36

中医治病的特点 / 39

中医别称 / 41

中医与“适者生存” / 44

中医的优势 / 46

别把偏方当中医 / 48

莫让“神医”败坏中医 / 50

警惕中药奢侈品化 / 53

越来越多的癌症 / 55

逐年增加的发病率 / 55

癌症是可控的慢性病 / 56

慢性病多是自己造成的 / 58

抗癌新认识 / 62

三类人更要防癌 / 65

防癌要知己知彼 / 66

正确对待病情和选择治疗 / 69

误解让癌症更可怕 / 71

治癌不可重病轻人 / 73

过度治疗与“癌症” / 75

我的生命我做主 / 77

中医治疗肿瘤 / 80

3500年的历史沉淀 / 80

不要拒绝中医 / 85

带瘤也能长期生存 / 88

减轻放化疗毒副作用 / 90

辨证治疗的原则 / 92
理性对待肿瘤 / 94
癌是气血河流中的岩石 / 96
不要走投无路才想到中医 / 98
选择中西医的理由 / 99
小病在身 大病在心 / 101
“治未病”是中医抗癌的优势 / 103
衣烂从小补 病从浅中医 / 105
对病人的关怀要适度 / 108
药物之外的治疗 / 111
儒道思想与养生文化 / 111
养生保健当诸法兼备 / 114
肿瘤患者食疗原则及饮食调配 / 116
别让传言扰乱生活 / 119
癌症与运动疗法 / 122
治未病不能少了中医传统功法 / 125
以和悦人生调和七情 / 128
稳定情绪是养生的要诀 / 130
中医心理疗法 / 132
笑疗 / 134
和谐是良医 / 136
爱是大药王 / 137
后记 / 139
患者应该如何择医 / 139

引言

一半是病人 一半是医师

一辈子工作在医院，一辈子没有当过医师；一辈子疾病缠身，一辈子没把自己当成病人。

特殊的经历造就了特殊的我，也造就了我对医师和病人的特殊认识。

在朋友眼里，我是个比医师还明白的非医务工作者，得了什么病，必先咨询我，并让我推荐医院和医师。每当遇上这种情况，如果发现病人患的是疑难病，我并不直接给他推荐医院和医生，而是向他说出我对疾病的理解和由此而得出的求医途径，让病人自己去选择。

然而，让病人去选择，对他们来说是一件很难的事情，否则人家也不会咨询我这个在医务圈混的“半瓶子醋”；让病人自己去选择，却又是对自己和对病人负责的最好办法。因为，只要是算得上疑难病，十有八九是没有明确治疗办法的。而在当今，这些病往往是“办法最多”的，各种媒体大小广告应有尽有。因为疑难，病人就要试一试，病人要试，医家就能赚得钵满盆盈，而病人的病情往往就是在这样“试一试”的过程中

人财两空——病没治好，钱却没了，最终可能人也没了。

即使是个别病人病情和治疗手段都很明确，也不能防止因医师认知上的片面而给病人造成的伤害。我本人就是一个受害者。

20世纪90年代，我因“皮肤划痕症”查血发现嗜酸细胞高，后被医师诊断为嗜酸细胞肉芽肿。虽然只是偶见个别淋巴结肿大，却也没有其他症状出现。给我看病的医师也算得上是位名医了，但在治疗时用了大量激素，嗜酸细胞当时下来了，体重却因此上去了。当嗜酸细胞再次上来时，就要根据体重继续加大激素的用量。后来才得知，单纯性“皮肤划痕症”一般无需治疗，不治即可自愈。一位同事后来也得了这样的病，当医师建议她住院治疗时，断然拒绝，后来自己就没事了。而我，却因此付出了一生的代价。

几年之后，我已经从部队调到这所医院，从事机关工作。正当事业如日中天之时，却发现自己得了激素后遗症——股骨头无菌性缺血坏死。更为遗憾的是，这是一种疑难病，医院里的医师分成了两派，一派主张做自体血管植入及滑膜切除手术，另一派认为那是临时措施，只能暂缓疼痛，不能从根本上解决问题，不如先找中医保守治疗，发展到后期直接做人工关节置换。

在这种情况下，不得不有病乱求医，每天在报纸上搜索各种广告，什么办法总想试一试。依靠自己的人脉，还做过介入治疗、中医治疗甚至放疗。然而，最终也没能逃脱人工关节置换的噩运。

做为一名曾经的部队医院工作人员，我开始对医疗、医师、医术、医德等诸方面进行思考，对越来越唯利是图的西医、个别依靠神秘来维系生存的中医进行思考。然而，病人还是病人，医师还是医师。我没能摆脱做病人的命运，也没能挣脱半瓶子醋医师的命运。

行走在中西医之间

命运注定要让我在医疗行业干一辈子。因为股骨头缺血性坏死，在事业如日中天，年龄还不到四十岁的时候，我便从部队医院退出了现役，成了一名地地道道的部队退役“老干部”。成了老干部后，仍被部队医院回聘，负责宣传工作，同时受朋友之邀，为一家中医门诊做宣传顾问。

这时候，正是民营医院开始崛起，医院宣传工作逐渐受到重视的时候。得知我退出现役的消息，在朋友的积极推荐下，有几家医院找到了我，聘我去做文字工作。说实话，在我的思维中，民营医院良莠不齐，医术医德皆需规范，打心眼里瞧不上民营医院。然而，关注医疗卫生行业，尤其是了解和研究如火如荼的民营医院发展和整个社会的医疗动态，已经成了我生活的一部分。在这种情况下，我精心挑选了两家医院做兼职，一家以西医为主，一家以中医为主。

服务于民营医院后，我发现，这是一块医疗行业里的新大陆。通过对民营中医院、民间中医的了解，使我对中医产生了浓厚兴趣，对博大精深的祖国传统医学越来越迷恋，对中医的传承、传播，以及对真正的中医师的人格魅力有了深入了解，

这促使我沉下心来，专心做起了中医宣传普及工作。

说实话，无论在什么单位工作，我的原则是决不做违背良心的事，决不写夸大其辞的文章，更不会因一己之见而误导患者。

行走在中西医之间，我开始了对中西医的比较。虽然不是医师，因为工作需要，却要比专科医师更全面、更具体地了解 and 掌握现代医学发展趋势，以及所在医院的特色项目、仪器设备、技术水平、学术水平及医务人员情况。因为如此，在我眼里的医学，也就有了“山外看山”的整体效果。有时候我想，我更像是一个对专科难精通的问诊接待员，只可以回答别人的咨询，自己却看不了病。

我突然发现，过去自己一直持不认可态度的中医给我敞开了一扇大门，吸引着我重新认识、重新发现。

癌症患者的无奈

2010年，一位朋友年逾古稀的母亲查出了肺癌。在医师让其做某项检查的时候，朋友和我说起这件事，并问我他该怎么办。当时我对他说：“查，不如不查。”我给出的理由是，如果没有患癌，查则白白花钱，如果真有癌症，查出来不如查不出来。因为癌症是世界上公认的不治之症，很多人在没有查出来之前，活蹦乱跳地活在这个世界上，而一旦查出了癌，精神立即垮蹋，变成了“病人”。

朋友肯定不会听我的话。查出的结果是确定患了癌症。

朋友急了，立即托医师找门子给母亲做切片活检。这时

候，我又对他说：“做不如不做，早做不如晚做。”建议他先不要着急，毕竟病不是一天得的，治疗也不在乎这几天。应该先冷静下来，一是让自己有个清晰的思路，权衡一下利弊，同时不让母亲产生怀疑。

朋友还是没有听我的话，连续几天带母亲找医师做体检，一边在没人的时候唉声叹气、偷偷掉泪，一边在母亲面前强颜欢笑。

母亲几次问他，自己是不是得了癌症，他都想方设法搪塞了过去。他对我说，母亲这几天很慈祥，和平时一样，就是很少说话。我对他说，这就说明她已经知道了自己的病情，在你极力想瞒着她时，她也在极力用自己的镇定来缓解你的紧张。朋友问我下一步该怎么办，我对他说：“治，不如不治。”

在说出这句话的时候，我立即想到了我的“冷血”，不得不对我的结论作了很多解释。既然癌症目前是世界性的难题，国家三令五申不让医院和药厂发布能治愈癌症的广告，就说明癌症确实是不治之症。现在大多数医院采取的治疗方法，是用大剂量的化疗药物或者放射线来杀灭癌细胞，但同时也杀死了正常的细胞组织。很多病人在没有治疗之前身体和精神都很好，而在治过之后精神和身体马上垮了下来，加速了死亡。

我还对他说：“现在摆在你面前的是个两难的命题。治，最大的可能加速死亡；如果不治，心又不甘，总认为会有奇迹，而且花了钱才能心安。”

朋友还是决定为母亲做相对损害小些的局部放射治疗。朋友再问我做二万一疗程的三维放疗好呢，还是做二千一疗程的

普通放疗好。我说：“无论做哪种治疗，只要能够得到心安就好。”在我看来，现在无论怎么说，当事人都要选择最好的治疗。做这些，一是尽孝心，二是做戏。可能说这话更冷血了一点，而又是真话。此时此刻，作为孩子，明知道希望渺茫，但还是要去做。一是求得自己心安，不留遗憾；二是要做给周围的人看，不让外人说这孩子不孝、对长辈的病不闻不管。

做人很无奈。明知道花了钱费了力还最有可能加速病人的死亡，却又不得不去做。

如我所预料，治疗的结果是老人几个月后去世了。

白血病患者的自述

湖南长沙的郭先生，在初中二年级时得了白血病，这是他在和我闲聊时说的故事——

在没患病之前，我们家算是比较富裕的家庭，自从我得了白血病，殷实的家庭很快被掏空。我被刚刚检查出白血病时，财大气粗的父亲还信誓旦旦，说不怕花钱，几万、几十万的往医院拿钱。三个月后，家里的存款被掏空了，而我的病非但没好，还越来越见不到治愈的希望。

一次又一次的化疗，那些滴在地上能腐蚀地板的化疗液体，不仅让我指甲发黑，血管变得如塑料管般硬，且“杀敌八百，自伤一千”。

化疗在杀死癌细胞的同时也将自身免疫力摧残到最低，曾经有一段时间，我的血常规中多项指标已检验不出。而每回去医院，病友们都如感冒挂水般，黑压压整排整排虚弱地坐着。