

缺氧型高血压

——高血压革命

陈志明 著



清华大学出版社

缺氧型高血压

——高血压革命

陈志明 著

清华大学出版社
北京

内 容 简 介

本书作者创造性地提出缺氧型高血压的新概念,指出高血压形成的根本原因是“血压不足”,对主流医学观念提出挑战。作者发现降压西药设计存在先天性的缺陷,只适合“救急”。据大量文献报道,若患者长期服用降压西药,有引发心力衰竭、肾衰竭、癌症的风险。作者借鉴中医草本治病思路,提出逆转高血压的治本之道,对防治缺氧型高血压很有帮助。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话: 010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

缺氧型高血压: 高血压革命 / 陈志明著. — 北京: 清华大学出版社, 2017
ISBN 978-7-302-48540-7

I. ①缺… II. ①陈… III. ①缺氧-肺性高血压-防治 IV. ①R544.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第240809号

责任编辑: 罗 健
封面设计: 陈志明
责任校对: 刘玉霞
责任印制: 沈 露

出版发行: 清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦A座 邮 编: 100084

社总机: 010-62770175 邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者: 北京嘉实印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 145mm×210mm

印 张: 6.125

字 数: 80千字

版 次: 2017年11月第1版

印 次: 2017年11月第1次印刷

印 数: 1~5000

定 价: 35.00元

产品编号: 075361-01

更名再版自序

5年前，当《只用降压药，找死！》这本书出版后，我的电子邮箱每天都收到许多人的询问信，我的网页因为访问者太多而瘫痪，网速也变得像乌龟一样慢，虽然有读者质询、责难、怀疑书中的观点，但绝大多数读者都是鼓励的、赞同的、感慨的，也有读者询求解决方案，甚至有中国台湾省卫生行政管理部门相关人员找我去质询问话，他最后还鼓励我多用这类科学的方法改进现有的无奈环境！特别令人感动的是，有位中医师读后认为这本书的观念值得所有中医师分享和参考，于是自掏腰包向出版社买下7300本书并赠送给中国台湾省所有开业的中医师朋友！除了向所有的读者说声谢谢之外，我能做的只有进行更深入的研究，以回馈所有关心我的人。

这些年来，我从事心血管、子宫内膜、偏头痛、高血压、神经退化、肿瘤等相关研究工作，有很多科学研究证据显示这些慢性疾病其实都源于慢性缺氧这个“祸因”。由于许许多多的原因，使人体细胞获取氧气能力大打折扣，使细胞从原本1个分子葡萄糖可以产生38个ATP（adenosine triphosphate，三磷酸腺苷，为细胞代谢的能量单位），退化到只产生十几个ATP，甚至几个ATP。细胞没“钱”，器官组织也渐渐不正常，身体的病症自然就越来越多，难怪我们会嗜吃、会肥胖、会疲倦、会抑郁、会酸痛、会衰老！

2016年8月，我对近年来的研究成果进行了总结，出版了两本有关缺氧的书，以后我所有的研究工作都将在这两本书的架构下做更深入的探讨。血压的健康与医疗革命的“野火”，我曾经在5年前点燃过一次，管人者（中国台湾省卫生行政管理部门）、执行者（医师）、被执行业者（病人）的“高血压观念”都被触

动，他们开始有了新的想法及做法，这是我梦寐以求的事，也算对得起我天堂里的老爸了。

这本书是《只用降压药，找死！》一书的延续，我已经将其中一些不足的解决方案删除掉，同时将更多、更好的解决方案呈现给有需要的读者。祝愿天下所有的人都健康快乐！

陈志明

2017年3月于新西兰

自序：

“医药奴隶的同胞们，革命吧！”

这是我写的第二本有关医药观念革命的书，第一本书是针对女人的特殊肿瘤，这本书是对一半以上的老年人都有的问题——高血压进行革命！不过在此我必须先声明：我是一位从事医药研究的科学家，不是激进分子，更不喜欢和政治有瓜葛。只不过当许多事实不断地被扭曲，并且使广大老百姓受到伤害时，我所能做的就只有用科学的方式进行“高血压革命”啦！

我35岁放弃职业建筑师的工作，从头开始学习、研究生物医学，在这漫长的十几年中，有个问题始终困扰着我：为什么我父亲长年坚持服用降压药，最后仍然在62岁时死于心肌梗死！多年来，我做了大量科学实验并且深入追踪研究，直到最近几

年，我才恍然大悟，原来现有的主流医学的观念、方法，甚至政策、制度，都存在不少的问题及偏差。如果再不彻底“革命”，不知道还有多少人将因此不明不白地并发癌症、心力衰竭、心肌梗死、肝衰竭、肾衰竭而折寿丧命！

我认为最根本的原因是东西方的文化差异！两千多年前引领西方文化的古希腊人深信二分法哲理，即非黑即白，非好即坏，他们处理国与国、人与人、事物与事物之间的关系都采用这种思维方式。这是科学能够快速发展的基础，也是西方医学的根本观念。每当医师看见病菌感染、毒瘤肿块、发炎、发热、器官衰竭、头痛、脚痛等现象，往往习惯性采用直接的“消去法”。不但西医外科的各种“刀”是如此，西医内科的“诊”也是如此，最重要的是，几乎所有的“西药”也是在这种观念指导下被研发生产出来的！

换句话说，为何会发生高血压，以及高血压是

否像头痛、发热一样，是身体某部分所发出的一个征兆并不重要，只要想办法直接让血管扩张，把水分抽掉，使血压降低，就完成“医学任务”了。现在世界上所有的降压药都是在这种观念指导下研发出来的。在二分法哲理指导下，在西医的眼里，来找他的人不是健康的就是生病的，没有所谓的亚健康。因此依照医学院所教的、中国台湾省卫生行政管理部门所规定的标准，只要血压大于某一数字，不管你的血管如何无声地“哀号”和“反抗”，只用降压药，而且终生不断！

高血压这“征兆”被认定是一种疾病之后，降压药就成了全世界使用量最大的药物。六十多年来，中国台湾省这种医疗制度，除了造福医药单位，使它们生意兴隆之外，也让很多使用者患上癌症、肾衰竭、心力衰竭等更“高档消费”的疾病。当然“大有作为”的中国台湾省行政管理部门对此“贡献很大”，尤其是中国台湾省行政管理部门效仿西方，强制施行全民健

康保险制度（其实应称为全民医疗保险），将人民的“健康权”托付给中国台湾省的医师来执行，动机不错，但结果不但造成中国台湾省的“财政黑洞”，而且奇怪的是，中国台湾省的患者人数急增，全民健康保险制度实施3年后，光是高血压就诊人数就飙升了56倍，同期癌症就诊人数也飙升了近83倍，肾衰竭率也是“世界第一”。各位如果想知道2011年后中国台湾省的“灾情”，烦请翻翻内文吧！

科学的本质是探究事物的真理，这是我放弃有趣又蛮赚钱的建筑师工作，而到国外从大学一年级读到博士的热忱和动力所在。我后半生的任务就是探求心血管病的根源和防治策略，这是我的宿命。一个游子如果能够因父亲的死而完成此目标的话，他将不再是个游子！我经过深入研究，发现形成高血压的真正原因主要是心脏出问题了。高血压是一种“征兆”，它是身体发出的警报，它告诉我们心脏出了毛病。当我和我的研究团队将研究成果应用在动物和人体身上之后，

部分解决了现有降压药存在的问题。几个月前，重要的国际研究成果刚刚发表，解决了我多年的困惑，我才敢大胆地起草这项“高血压革命纲领”！

新观念的导入需要有新的科学研究成果支撑，为了不让读者雾里看花，在我的书中，我除了对有些研究平铺直叙之外，其余部分尽量以故事化、拟人化的方式表达。在书中，我引用了很多科学文献，以示负责，在书后附上一百八十多篇文献供医生及读者参考。另外就像我以往出版的书附了很多的插图一样，这次我也画了九十多幅插图，相信能让读者更容易了解高血压及降压药的“庐山真面目”！

在此由衷感谢单国玺先生、纪政女士、黑幼龙先生、余光中教授，还有罗志民先生、谢志鸿博士、林文彬先生、江启靖先生等人的支持。在本书撰写期间，还得到中兴大学曾志正教授、台北医学大学谢明哲教授、台中中山医学大学翁国昌教授、魏正宗教

授、王世雄先生、谢日鑫先生、涂木林先生、黄阿双女士等人的鼓励和指导。当然最后还得感谢我的家人的支持，他们和我一起共度精彩人生，是他们促成我写这本书！

陈志明 博士

2012年初春

目 录

第一章	高血压革命	1
	一、引言	2
	二、降压药：救人？害人？	3
第二章	原因革命：高血压的根本原因——血压不足	9
	一、自杀还是自救？	11
	二、偏远地区的民生用血？	19
	三、不氧，不活！	25
	四、血压的构成	31
	五、老旧的心脏泵	35
	六、阻塞的“橡皮血管”	40
第三章	观念革命：A、B、C、D降压药—— 把治标当成治本	47
	一、降压药类别——A、B、C、D	48
	二、降压药的治疗策略	49
	（一）降压救命丹，还是降压慢性毒药？	55
	（二）降压药造成癌症的原因	60
	（三）降压药造成心力衰竭的原因	74
	（四）降压药造成肾衰竭的原因	88

(五) 中国台湾省的肾透析率世界第一 100

第四章 | 方法革命 107

- 一、“救急”与“救穷” 108
 - (一) 从“标本兼治”开始 108
 - (二) 活源强本 110
 - (三) 人体三阶段 112
- 二、曙光初现——古老的素材，新的科技 115
 - (一) 有助于缺氧型高血压的一般食物 116
 - (二) 有助于缺氧型高血压的维生素及
矿物质 126
 - (三) 有助于缺氧型高血压的植物萃取物 129

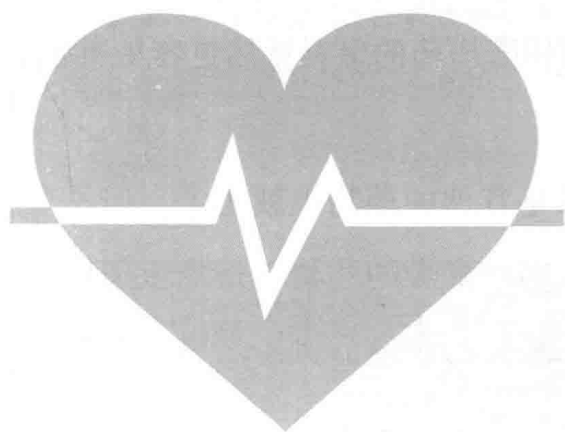
第五章 | 治本之道 137

- 一、从“心”做起，强本生“力” 138
- 二、天地之间，浩然正“气” 140
- 三、上善若水，以柔克“刚” 144
- 四、降低直接危害（脑卒中、
心肌梗死、心力衰竭）的发生 146

五、降低间接危害	
(癌症、肾衰竭、肝炎) 的发生	149
第六章 后记：“天行健，君子以自强不息”	153
参考文献	159

第一章

高血压革命





一、引言

2010年初夏，一篇医学统计研究论文在国际上最权威的医学期刊上公开发表之后^[1]，就像一架装满油的飞机撞上医学界的白色巨塔一样，对整个医药界及患者产生了巨大的影响！原来这篇研究论文报道中长期服用降压药的患者竟然更容易患癌症！

如果是其他的药物也就罢了，但是众所皆知，目前人类使用量最大的药物就是降压药！因为患者一旦开始使用降压药来降低血压之后，大概这辈子都甭想摆脱它的控制了，如果患者两三天忘记服药，患者的血压就会急速飙升至原点甚至更高。没有一位高血压患者敢拿自己的生命开玩笑！可是如今却发现它有致命的缺点——致癌以及引发肾衰竭和心力衰竭！