

<<活着就是为了逆转人生>>

图书基本信息

书名：<<活着就是为了逆转人生>>

13位ISBN编号：9787122118417

10位ISBN编号：712211841X

出版时间：2011-8

出版时间：化学工业出版社

作者：中华爱肝网 编

页数：134

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<活着就是为了逆转人生>>

### 前言

全民肝炎科普宣传活动 中国肝炎防治基金会 主办 中国肝炎防治基金会于1998年8月22日经中华人民共和国民政部批准成立，是面向国内外公众募捐，具有独立法人地位的全国性公募基金会。

其宗旨是：积极募集资金与物资，开展公益活动，推动中国肝炎防治事业，提高全民族健康素质。

中华爱肝网 承办 中华爱肝网是公益肝病专业门户网站。

自2006年建网以来，秉承“对患者和社会负责”的宗旨，坚持传播严谨的健康资讯，提供科学的患者就医引导和服务，搭建医患交流平台。

主要通过肝病防治知识整理、推荐“肝病战友”优秀博文、肝病专家访谈、电子资讯期刊赠阅、网站在线咨询、专家在线答疑、无偿为广大医生和患者搭建交流平台、结合时事制作相应专题、组织丰富而有意义的活动、进行肝病患者资助等活动，被中国肝炎防治基金会授予“患者之家”称号，已成为肝病“战友”充满阳光和关爱的精神家园。

## <<活着就是为了逆转人生>>

### 内容概要

对于广大乙肝患者来说，往往不是困于乙肝，而是苦于对乙肝相关知识的无知。本书汇集了部分乙肝“战友”治病、抗病的心路历程，讲述了他们的抗争和坚持，深入浅出地讲了自己在防治、康复过程中的心得体会和要领。有些内容对患者还有实际的指导意义，并邀请了知名肝病专家对部分文章进行了点评。对于乙肝患者来说，既要坚持就医治疗，也要从心理上积极应对，提升治疗的效果，仍然可以快乐生活。善待乙肝，就是善待自己。

## <<活着就是为了逆转人生>>

### 书籍目录

第一部分 乙肝是我的病，不决定我的命在心里播种太阳 内外兼修，坚持行动 坚持航行是人生的姿态  
大难不死，必有后福 把乙肝写进青春纪念册 愿为瓦全 因为有爱，所以坚持 苦难母爱，我奋进的方向  
失望，绝望与希望活着，并将勇敢地活下去 第二部分 正确对待乙肝，扬起生命之帆活着，过有意义的生活  
断剑雄心 接受不可改变的，改变所能改变的 我的“心肝宝贝” 生命的华彩，在打磨之后 “忘掉”乙肝  
爱和家庭让我坚持 谢谢你，老公 坚持，只因明天会更好 第三部分 养护肝脏，我有一手老调长“谈”，吐故纳新  
好习惯成就好身体 平和地面对自己 重塑自我，柳暗花明 微笑着照顾病人 养肝“四方” 穴位按摩，保健肝脏  
谨防乙肝并发症 第四部分 关注肝纤维化，乙肝就不可怕情丝万缕 直面乙肝 路途漫漫，匀速前进  
把握时机，悬崖勒马 相遇与改变 生命中飞扬的喜悦 倒数生命，逆转人生附录：慢性肝病自然史图示

## &lt;&lt;活着就是为了逆转人生&gt;&gt;

## 章节摘录

活着，过有意义的生活在我还不了解乙肝的时候，它就毫无预警地侵蚀了我的肝。2000年入学体检时，抽完血后，我突然眼前发黑什么都看不到了，医生告诉我可能是贫血，但随后的检查结果告诉我不是贫血那么简单。

乙肝，我大脑一片空白，记不得医生具体都跟我说了些什么，但无外乎是严重了，传染了，打针了，吃药了。

医生的描绘让我觉得倍加恐怖，恐怖得让我觉得人生变得狰狞。

妈妈把我领回了家，从此吃饭都是专用碗筷，并且开始了漫长的治病路程。

全家到处打听治疗乙肝的偏方，不管多远妈妈都会马上赶去讨教并帮我买回来。

看着妈妈那期待的眼神，形形色色的苦药，我都是一口就咽下去。

终于，一直乖顺的我忍不住，酸甜苦辣一起涌上心头，各种想法在心中冲突交织。

都说男儿有泪不轻弹，可当时只有眼泪是我无言的表达，这一场号啕大哭是爆发。

哭过了，就好了。

隔段时间我就会去医院验血，然后拿回一些带有很多加号和数字的单子，有时我会幻想哪次带回来的单子能发生奇迹，很遗憾，奇迹从没有发生。

新的化验单上列满了价格不菲的药物，拿一次药就是爸爸一个月的工资。

真心疼，这么贵的药，我坚持吃，却似乎没什么效果。

得病后的生活再艰难也还得继续，只记得那时的我就像生活在一个与世隔绝的小房间里，不敢也无力走出去，学业与就业的压力时时围绕着我。

我抑郁、悲观、消沉，对生活缺乏年轻人该有的激情，虽然在心里也一直告诉自己要努力。

毕业了，终于找到了工作，面试通过了，终于可以像个男子汉那样努力奋斗、报答父母了，却被告知有乙肝而不能录用。

独自一人拖着行李回家，年老的父母还要安慰我，说没关系，在中国差不多每10个人中就有一个是乙肝病毒携带者。

我知道他们在我面前都很看得开，可是他们内心的隐痛我能感觉得到。

我也故作坚强，告诉他们我没关系。

随后一个人躲进房间，我自责、自厌，我比任何人都更讨厌我自己。

终于，在一家小工厂找到了工作。

我开始努力做事，想多赚点钱，为以后打算，但是复查结果却总是不尽如人意。

我开始了漫长的治疗，隔天一针，那时候真可以称得上是千疮百孔。

没完没了地吃药，还要向同事编织各种谎言以便偷偷往医院跑。

即使是这样，我始终还是抱有希望，生存的希望。

这份信念支撑着我和全家人。

生理上的痛苦并不算什么，心灵上的打击却让我几欲丧失坚持下去的勇气。

一次家庭聚餐，我碰过的东西，大家都不敢再用。

我感觉自己就像是瘟疫一般被隔离了。

我找不到为自己辩护的理由，我也不怨任何人，其实他们又何错之有，我只是觉得内心一片冰凉，被歧视、被冷落的痛楚若来自亲人，我只能选择沉默，因为我不知道还能做什么。

我也曾想过用自己的真诚去打动别人，也曾劝说自己要乐观、豁达，但一次又一次的失败为我带来的是忧郁和敏感。

这种情绪与日积月累的失败往往摧残一个人的意志与进取心，从根本上腐蚀动摇一个人生存下去的勇气。

爱情、就业、未来也是一片茫然。

这种茫然我想大多数病友都曾经或正在经历，我想告诉大家，不要放弃，无论如何都要坚持好好活下去。

能遇见现在的女朋友，我很庆幸。

## <<活着就是为了逆转人生>>

在告诉她我的肝病之前我也曾犹豫很久，但她并没有因此而嫌弃我。

她关心我也理解我，在她的陪伴下我体验到了传说中的幸福。

父母也为我高兴，比起别的父母他们付出了更多，自从我得病之后他们就一直为我担心。

我也认识了很多“战友”，“战友们”彼此间的鼓励与关怀让我重新拥有了渴望的友情。

我觉得生活还是美好的，要时时充满希望。

如今，当我试图穿过长长的十年岁月，去触及那段漫长路程时，我还会微微心痛。

我多想去安慰那个在被子里瑟瑟发抖的羸弱少年，多想告诉那时的自己，无须自责，你并没有错，更不是有罪之人，你不曾在生活中亏欠与慢待了哪一天与哪一个人，但岁月确实就这样阴郁地流淌了整整十年。

也想过结束，可我知道，我走了，父母不会更幸福，如果有一天自己离开了这个世界，留下的只能是无尽的悔恨。

人活一世，至少要证明自己。

活着或许艰难，世界或许无情，不曾因为少了谁而停止转动，我也许不优秀，但我至少可以选择去适应，而且要努力让自己去适应，不能只记得曾经的不如意。

我哭过，累过，怨过，伤神过，甚至恨过，尤其是每次在医院等待结果的时候，那种被审判的诚惶诚恐更是挥之不去。

但，这些都不重要，重要的是，一路走来，纵使命运之神放弃了我，纵使全世界放弃了我，我终于学会不放弃自己。

因为乙肝，我失去了很多。

可因为乙肝，我体验了另一种生活。

得失之间，乙肝让我学会了坚强，学会了不抛弃、不放弃。

也许我的人生色彩不那么绚烂，但很真实，我会带着乙肝及乙肝教会我的继续谱写自己的精彩和壮美。

（白云）P42-45

<<活着就是为了逆转人生>>

编辑推荐

乙肝是我的病，不决定我的命； 接受不可改变的，改变所能改变的； 接纳乙肝，善待自己； 坚持航行是人生的姿态； 活着，过有意义的生活； 生命的华彩，在打磨之后！  
全民肝炎科普宣传活动 中国肝炎防治基金会 主办 中华爱肝网 承办

<<活着就是为了逆转人生>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>