

<<守護細胞的海鮮素食療法>>

图书基本信息

书名：<<守護細胞的海鮮素食療法>>

13位ISBN编号：9789861362823

10位ISBN编号：9861362827

出版时间：2011-3-29

出版人：如何出版社有限公司

作者：濟陽高穗

页数：184

译者：王昱婷

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>

## <<守護細胞的海鮮素食療法>>

### 前言

【自序】 癌症治療的最佳對策：現代醫療合併飲食療法 擔任消化器官外科醫師的這三十年間，我動過四千例以上的手術，其中有兩千例是消化器官癌的手術。

我在擔任東京都立荏原醫院外科部長任內，調查了至二〇〇二年止，所執刀的一千四百例手術病人的五年生存率。

結果令人愕然。

其中有五二%的病人五年後安然生存，但剩下四八%的病人不幸過世，儘管手術很成功，但卻在五年內因癌症復發而死亡。

這個驚人的結果讓我感受到，對某些癌症而言，手術、抗癌劑（藥物療法）以及放射線療法，其治療效果有極限。

我從以前就不斷地思索打破外科治療限制的方法。

十三年前，我遇到了一個經由改變飲食使癌症病況改善的例子。

這促使我對癌症病狀與飲食、營養、代謝有著怎樣的關聯性，產生了極大的興趣想要一探究竟。

揭開這個契機的，是十三年前的一位肝癌病人。

這位患者的情況，手術並無法完全根除癌細胞，僅切除了部分病灶，體內仍殘留有多處病灶就結束手術。

我判斷這位病人只剩下幾個月的生命。

在病患家屬強烈要求下，我同意讓病患出院在家療養。

不過，聽說患者回家之後，在太太堅定的意志和行動力之下，開始了徹底的飲食療法。

飲食療法概述如下：一天吃十種的蔬菜和水果，並且一天吃一次菇類、海藻（海帶等）、蜂蜜和納豆。

結果如何了呢？

經過一年半後，手術殘留的癌細胞完全消失了。

託這位患者之福，我理解到，即使是惡性癌、晚期癌，都可依靠營養、代謝飲食療法來改善病況，甚至很可能治癒。

之後，我開始了提高晚期癌症患者治癒率的研究，並且鉅細靡遺的詳閱國外和日本國內，與飲食療法相關的書籍和文獻資料。

在歐美，有一種超過百年歷史的葛森療法。

葛森療法是十分嚴格的飲食療法，明確地指示必須吃哪些食物，不能吃哪些食物。

一天要喝十三次二〇〇到三〇〇cc的蔬菜汁、做兩到三次的咖啡灌腸……有不少的限制。

在我進行飲食與營養、代謝的研究時，有幸與在大阪府八尾市開業，已累積五十年飲食療法經驗的甲田光雄醫師交換意見。

甲田醫師的飲食療法，是以食用無農藥、有機栽培的糙米和生吃蔬菜為主。

幫助了許多不同症狀的癌症患者恢復健康並且重新回到社會，聽聞到這項訊息，許多人從日本各地前來向甲田醫師求診，可說對社會極具貢獻。

甲田療法與葛森療法幾乎相同。

? 禁止攝取動物性蛋白質與油脂。

? 限制鹽分攝取量。

? 攝取大量的蔬菜及水果。

甲田療法則是喝綠蔬菜汁及蔬菜泥。

? 補充大量水分。

甲田療法一天要喝一、五公升的柿葉茶，葛森療法則是一天喝十三次蔬菜汁。

? 攝取胚芽及富含維他命B的食物。

另外，罹患大腸癌且癌細胞轉移肝臟的精神科醫師星野仁彥，則是運用在美國已有非常多成功案例的葛森療法，加以調整後，以蔬食療法自我治癒成功。

我很榮幸有機會與星野仁彥醫師互相切磋飲食療法，並且共同發表論文。

## <<守護細胞的海鮮素食療法>>

為何光靠我們每天吃的食物，就可以治療癌症？

不只消化器官癌症，許多的癌症病例都顯示，罹癌的原因與我們吃的食物有關，反向思考，食物可以治癒癌症也是理所當然的。

現代人所吃的食物，幾乎都使用化學肥料、農藥、防腐劑、化學添加物等。此外，還有攝取過多油脂、動物性蛋白質和脂肪的問題。過量攝取這些食物會使我們的細胞代謝惡化，身體平衡被破壞自然就會生病了。

不只是年輕人，很多人經常吃速食和市售便當。在超市及便利商店販賣的加工食品，為了長時間保存，一定會使用很多添加物。像這樣，把營養價值低、含有農藥和添加物的食物吃下肚，不生病才奇怪。這就是常吃這些食物的人，普遍虛弱和免疫力低的主因。

我的恩師中山恒明教授經常這樣對我說：「濟陽君，醫師不能只思考如何把病治好。要能引發患者本身的自癒力，才稱得上是醫師。你一定要以此為戒來幫助病人。」

恩師教導我的這句話，在我苦思為何光靠手術和藥物治療，再怎樣都無法提升癌症治癒率時，片刻不曾忘懷。

當我了解到，利用營養、代謝飲食療法，能提高病患的免疫力並治癒癌症之後，我開啟了另一扇研究癌症新治療法的大門。

恩師所言的「提升免疫力」、自古以來即為替代療法的「飲食療法」，以及醫學上公認的「手術、藥物療法」，這三種治療法在我腦中合併成一體。

此後，我為了不讓患者的免疫力降低，在進行腫瘤切除手術後，使用抗癌劑和放射線治療時都盡可能只取最低劑量，同時配合施行營養、代謝飲食療法，晚期癌症患者的治癒率因此成功提升。

話雖如此，實際上仍有各種難關必須克服。實行飲食療法，患者必須有堅定的意志力才能做到，是強迫不來的。加上營養、代謝療法保險並不給付，對患者而言是一大負擔。更重要的是，要有人幫忙做這些飲食給患者食用。

現在，在手術完成後我都會向病人說明飲食的重要性。但現實是，要實行飲食療法確有其難度，我也只能對堅信「食物可以治癒癌症」的患者，指導如何實行這個營養、代謝療法。

人體非常奧妙。許多一天抽上四十根香菸的老菸槍，也不一定得肺癌。然而，偏食的人、蔬菜和水果都不吃、攝取過量動物性蛋白質和油脂的人，卻一定會產生某種疾病。這是當然的。

消化器官是將吃進嘴巴裡的食物分解後，再將營養素送往所需要的器官的工廠，這個工廠罷工的話，等著工廠產品的人（器官）不只會感到困擾，甚至可能失能。

就像好的材料可以產出好的製品一樣，吃進有益的食物，身體就能獲得好的營養素，人體就能維持良好的生命機能，當然每天都能活力充沛。會不會形成癌症體質，取決於我們所吃的食物。

我的營養、代謝飲食療法目前還算不上完成度百分之百的療法，但卻能帶給晚期癌症患者生存的希望。

病痛纏身，藥物不離的活到百歲，和健康的長命百歲，同樣的生命長度，生活卻有如天堂與地獄。擁有健康的身體，即使到了七十歲，也能夠學習新的事物，積極的歌詠人生。意氣風發的年紀，若有健康的身體，工作效率更可不斷提升。

在本書中，我將分享各種例子，並用淺顯易懂的方式，為大家說明如何才能遠離癌症，對於已罹患癌症的人，也可從這些例子當中了解治療的對策。

## <<守護細胞的海鮮素食療法>>

### 內容概要

為什麼台灣的罹癌率持續攀升？  
為什麼罹患過敏症的人口不斷增加？  
你是否拿健康開玩笑，正在進行著自身的人體實驗？  
正確、均衡的飲食是最好的醫藥！  
擁有好細胞，是健康的第一道防線！  
培育好細胞，請用濟陽醫師的「海鮮素食療法」！  
嚴守以海鮮蔬食為主的「濟陽式營養·代謝療法」來正確飲食，保持充分而良好的休息，促使身體循環代謝正常，有效提升免疫、恢復細胞自癒力，打造出活力充沛不生病的體質。

## <<守護細胞的海鮮素食療法>>

### 作者簡介

濟陽高穗 日本消化系外科名醫，懸壺40年，救人無數。  
祖先為明朝末年從中國渡海到日本，侍奉九州・都城島津家的藥師。  
自幼家學淵源、耳濡目染，立志成為癌症治療醫師。  
1970年畢業於千葉大學醫學院之後，任職於東京女子醫科大學消化器官疾病中心。  
1973年，以國際外科學會交換研究員之身分，前往美國德州大學外科教室（師事J. C. 湯普森教授）留學，研究消化道荷爾蒙。  
2003年擔任都立大塚醫院副院長。  
2007年兼任千葉大學醫學院臨床教授。  
2008年，擔任三愛醫院醫學研究所所長，Towarm小江戸醫院院長。  
同年11月開始擔任西台健康中心院長。  
代表著作《這樣做，讓癌症消失》《吃掉癌症》。  
濟陽醫師師承中山恒明醫師，中山醫師係享譽世界的食道癌和胃癌權威，著名日劇《白色巨塔》為表現外科醫療現場真實性，即慕名邀請中山教授指導演員外科手術之手勢演出。

## <<守護細胞的海鮮素食療法>>

### 書籍目錄

自序 癌症治療的最佳對策：現代醫療合併飲食療法 005第一章 晚期癌的治療實例，讓我驚覺到食物的力量執刀兩千例手術後，我發覺光靠正統醫療無法治癒癌症 018所有癌症中「消化器官癌」占半數 024多重器官（四種癌症）癌病人，半年治癒實例 026合併使用化學療法和飲食療法，可大幅提升生存率 031靠飲食療法治癒攝護腺癌 037第二章 代謝異常會引發癌症為何代謝異常會引發癌症？ 046細胞癌化的機制 048使檸檬酸循環正常化可治癒疾病（癌症） 051攝取過多鹽分會導致胃癌 056避免胃癌的方法 061水是重要的健康食物 065脂肪過剩是致癌的根源 068鹽與油脂的二重奏 070反式脂肪酸會引發代謝障礙 071動物性蛋白質的致癌性不容小覷 073解開世界性的飲食療法．葛森之謎 075生病和治病，都是自癒力的問題 078營養．代謝療法將是未來醫療的基礎 081第三章 罹患癌症的人，通常飲食不均衡美國人的癌症死亡率在下降中 086納粹的戰鬥餐是現代文明病的根源 089為什麼日本人的飲食生活會改變？ 092疾病是由每天的飲食所決定 093身體有形成生活習慣病的傾向 095建立正確的飲食態度 098中小學生的「飲食」造成貧弱體質 101第四章 生蔬食可提高自癒力眼睛是外科醫生的命，減鹽避免白內障 106糙米蔬食已是世界的潮流 109食物與疾病間無法切割的關係 111糙米蔬食驚人的功效 113食物可以醫好過敏、富貴手！ ？ 119牛奶與雞蛋真的會危害健康嗎？ 121了解食物過敏的元凶 124食品的生產履歷愈加重要 127積極攝取乳酸菌，是健康的第一步 129益生菌與益菌生的重要性 134蘋果果膠可阻止癌症發生 136蘿蔔是防止「癌症」及「血栓」的強效食物 139長壽也是一種技能 140綠蔬菜汁是不可缺的魔法健康飲料 143早晨的果汁是黃金 145具有優異抗氧化活性的檸檬是長壽保證 147維他命C的血管強化作用 149可增強免疫力的菇蕈類 151第五章 吃繩文飲食，健康活到一百歲人類自古就是草食動物 158繩文飲食是健康的代名詞 161繩文人都吃些什麼呢！ 163繩文人吃的鮭魚含有豐富的蝦紅素 165海鮮素食是健康長壽飲食 169繩文至今仍被食用的牡蠣是健康食品 172恢復傳統的飲食 174我推薦的新繩文飲食 176結語 飲食療法是難治疾病的終極療法 181

## &lt;&lt;守護細胞的海鮮素食療法&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 晚期癌的治療實例，讓我驚覺到食物的力量 合併使用化學療法和飲食療法，可大幅提升生存率 到目前為止的經驗中，依賴手術和化學療法的癌症病人，免疫力不僅無法提升，就連要恢復、變得有精神也相當困難。

年輕時擁有基本的免疫力，就算是六到七小時長時間的手術也捱得過去。但如果是高齡者，免疫力本來就比較弱，光是依靠抗癌劑等化學療法，生存率很難提升。

現在的癌症治療主要是以多科整合治療為主。手術之後，使用抗癌劑和放射線療法等各種可以消除癌細胞的療法，但效果有限。

進行多科整合治療時，當身體反應不適，就會暫停治療，之後再重啟治療，如此不斷的反覆進行。治療有效果就再好不過，若沒效的話，病人就只能等死。

抗癌劑的使用有其標準規範，不大量使用的話是沒有效果的。可是，使用抗癌劑不僅淋巴球會大量減少，骨髓造血功能也會疲弱，當然就形成貧血狀態，免疫功能降低，恢復能力自然變弱了。

由於放射線治療無法持續兩個月以上，所以抗癌劑的劑量會增加。如此一來，有三分之一以上的病人會併發肺炎等副作用而死亡。

有一位病人在經過胃部腫瘤切除手術第十年，因為癌細胞轉移到脊椎，無法行走下，坐在輪椅上緊急住院。

這位病人在五十歲時動了胃部手術，一直很有精神的每個月一次往返醫院回診檢查，但卻突然出現腳麻痺現象。

做MRI核磁造影檢查（參見33頁左圖）發現，第九和第十節胸椎有癌細胞轉移，並且壓迫到脊髓內的神經叢而引起麻痺現象。

我先幫這位病人注射類固醇消腫，再追加放射線治療，改善麻痺狀況的同時也指示病人必須改變飲食習慣。

實際上，能夠做的治療幾乎沒有，除了飲食療法外別無他法了。

兩個月後，病人可以下床走路，三個月後就出院了。

飲食的內容是，每天要喝無農藥有機栽培的綠蔬菜汁二 cc，和吃糙米蔬食、水果、豆腐、納豆、海帶、海藻、菇類等食物。

持續進行飲食療法的期間內，可以看見病人一天比一天有精神。

第二個月再做檢查，其復原情況相當不錯，於是開始走路復健。

由於病人非常努力做復健，很快就能自行走路，再經過一個月之後，就出院回家療養了。

之後每個月回診兩次，一年半左右病人的背部已能挺直，跟平常人一樣的走路。

可以肯定的，能治好癌症的並不是醫師，而是病人本身的自癒力，所以，會使淋巴球減少、免疫力降低的抗癌劑和放射線劑量，我都盡可能使用最低程度的必要量。

為了讓病人保有免疫力，大多數的病例，在抗癌劑的使用上，我都像調味般的只用很少的劑量。

對於癌末病人，通常醫師會建議接受安寧療護，安寧療護的目的不在對抗癌症，而是讓病人可以有尊嚴、盡量免除疼痛之苦，只施予止痛和麻藥，好讓病人能夠平靜祥和的臨終。

一位六十四歲的癌症病人，在某癌症中心，因食道癌已無法進行切除手術，施予一個月的抗癌劑治療後，結果導致腎臟功能不全。

無計可施下，經由介紹，轉院到我所任職醫院的安寧病房。

這位病人一轉進來，就從安寧療護醫師那裡轉診到我這裡諮詢。

我即時進行診療後，發現病人的腎臟功能不全狀況若能有所改善，就可進行飲食療法。

因此非常謹慎的投予點滴和利尿劑。

這樣做之後，一個禮拜內腎臟功能有所改善，因此，馬上進行了營養・代謝療法。

進行營養・代謝療法兩個月之後，病灶縮小了七五%顯示已部分緩解（PR），因為改善顯著，因此同年初春就出院回家療養。

## <<守護細胞的海鮮素食療法>>

附帶一提，完全治癒的情況是一 %完全緩解（CR）消失。

在家自行療養之後，隔年的正月，可能是因為症狀改善而鬆懈，病人開始吃起喜愛的鮪魚腹肉，喝了溫熱的清酒，也中斷了營養．代謝療法。

因為這樣疾病於是捲土重來，四個月後就過世了。

這個令人遺憾的例子，讓我深切感受到指導飲食療法的重要性，以及身為醫師的不慎。



<<守護細胞的海鮮素食療法>>

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>