

Tian Xian Family

ครอบครัวเทียนเซียน

www.feidathai.com

"We write our own destiny. We become what we do."

"ตัวเราเองที่กำหนดพรหมลิขิตและเราจะเป็นในสิ่งที่เราได้กระทำ"

-- Madame Chiang Kai-Shek --



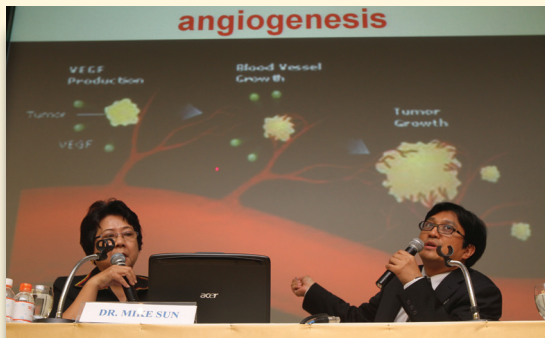
เกิดซ้ำและแพร่กระจายปัญหาใหญ่ผู้ป่วยมะเร็ง

สมุนไพรจีนแก้ได้

ปัญหาใหญ่ของการรักษามะเร็งทุกยุคสมัย คือ การเกิดซ้ำและการแพร่กระจาย ตามสถิติโดยเฉลี่ยแล้วผู้ป่วยมะเร็งมีการเกิดซ้ำของโรคภายใน 5 ปี ถึงร้อยละ 50 และในจำนวนผู้ป่วยมะเร็งที่เกิดโรคซ้ำ มีอัตราการเสียชีวิตถึงร้อยละ 90 แม้เป็นมะเร็งระยะแรกก็อาจเกิดการเกิดซ้ำของโรคได้ หรือแม้แต่ว่าจะตัดก้อนมะเร็งไปแล้วก็ยังเกิดแพร่กระจายของโรคได้ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น?

เหตุแห่งปัญหา

1. เซลล์มะเร็งมีความสามารถในการสร้างเส้นเลือดใหม่เพื่อหล่อเลี้ยงตนเอง (Angiogenesis) ได้ตั้งแต่ขนาดเพียงประมาณ 0.2 เซนติเมตร ซึ่งยากแก่การตรวจพบ โดยเส้นเลือดใหม่ที่สร้างขึ้นจะเข้าสู่เซลล์ข้างเคียงเพื่อดึงสารต่างๆ มาหล่อเลี้ยงเซลล์มะเร็ง และชักนำเซลล์มะเร็งให้ไหลผ่านหลอดเลือดเล็กๆ นั้น กระจ่ายไปสู่ส่วนอื่นของร่างกาย



2. มีเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง (Cancer Stem Cell) ซึ่งสามารถแตกตัวเป็นเซลล์

มะเร็งที่มีลักษณะดื้อยา เคมีบำบัดใช้ไม่ได้ผล เซลล์มะเร็งที่ไม่ได้ถูกทำลายจึงแพร่กระจายออกไป

การป้องกันการเกิดซ้ำและการแพร่กระจายของโรค เป็นปัญหาหลักที่ผู้ป่วยและแพทย์ผู้รักษาย่อมจะละเลยไม่ได้ แต่จะป้องกันการเกิดซ้ำและการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งได้อย่างไร

1. จัดพฤติกรรมความเคยชินเดิมที่ไม่ดี อาทิ ความคิดแง่ลบ อารมณ์ ความเครียด การสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ดื่มน้ำตาลน้อย โปรตีนต่ำ น้ำมันน้อย เกลือน้อย แป้งขัดขาวน้อย หลีกเลี่ยงเนื้อแดง อาหารแปรรูป
2. ปรับปรุงด้านโภชนาการ โดยรับประทานน้ำตาลน้อย โปรตีนต่ำ น้ำมันน้อย เกลือน้อย แป้งขัดขาวน้อย หลีกเลี่ยงเนื้อแดง อาหารแปรรูป
3. หลีกเลี่ยงสารเคมีต่างๆ
4. ดูแลสุขภาพด้วยยาสมุนไพรจีน เพราะหลักฐานจากทดลองและ

การทดลองทางคลินิกพบว่า ยาสมุนไพรจีนมีประสิทธิภาพ ขจัดอนุมูลอิสระ ขจัดเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็งป้องกันการเกิดซ้ำ ยับยั้งการแพร่กระจายและการสร้างเส้นเลือดใหม่ ปรับประสิทธิภาพภูมิคุ้มกัน

ความแตกต่างของยาจีนกับยาเคมี

- 1) ยาเคมีเข้าไปทำลายเซลล์มะเร็งโดยตรง จึงเกิดอาการแสดง อาทิ เป็นไข้ ร่างกายเกิดปฏิกิริยาต่างๆ และยังทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำ
- 2) ยาจีนจะชักนำให้เกิดภาวะกำหนดการตายของเซลล์มะเร็ง (Apoptosis) ทำให้เซลล์มะเร็งฆ่าตัวตาย ไม่ใช่ฆ่าเซลล์มะเร็งโดยตรงจึงไม่ทำให้สภาวะแวดล้อมในร่างกายเป็นพิษ

ทำไมยาจีนสามารถรักษามะเร็งได้

การรักษามะเร็งแผนหลักในปัจจุบันพบปัญหาใหญ่ 3 ประการ ได้แก่

- 1) ปัญหาผลข้างเคียง มีผู้ป่วยจำนวนมากรับไม่ได้ ยังทำให้ภูมิคุ้มกันของผู้ป่วยยิ่งต่ำลง ดังนั้นมะเร็งจึงเกิดซ้ำได้ง่าย
- 2) ยาเคมีบำบัดเมื่อใช้กับร่างกายผู้ป่วยแล้ว หากเกิดมะเร็งซ้ำ ยานั้นไม่สามารถใช้ได้อีก เพราะเกิดการดื้อยาแล้ว
- 3) ยาเคมีมีผลต่อเซลล์มะเร็งบางชนิดเท่านั้น แต่ไม่ได้ผลต่อเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง ดังนั้นจึงเกิดมะเร็งซ้ำได้ง่าย

เหตุผลที่ยาจีนสามารถรักษามะเร็ง และยังใช้ร่วมกับยาเคมี การรักษาแบบอื่น อาทิ ผ่าตัด ฉายรังสี ได้ เนื่องจากสามารถแก้ปัญหา 3 ข้อข้างต้นนั่นเอง



ติดต่อครอบครัวเทียนเซียน :

เลขที่ 213/5 อาคารโศกนาถาเวอร์ ชั้น 6 ถ.สุขุมวิท 21 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110

(02)-264-2217-9

info@feidathai.com

www.feidathai.com

www.facebook.com/tianxianfamily

Tian Xian Family
ครอบครัวเทียนเซียน
www.feidathai.com

สวัสดีปีใหม่ 2555 ค่ะ



ตลอดปลายปี 2554 ประเทศไทยต้องต่อสู้กับปัญหาน้ำท่วมเกือบทั่วประเทศ ดิฉันขอแสดงความเสียใจแก่ผู้ที่ต้องสูญเสียและเดือดร้อน ขอให้คนไทยทุกคนผ่านคืนวันที่ยากลำบากนี้ไปได้โดยเร็ว ด้วยความมีจิตใจที่ดีงามของคนไทย ดิฉันเชื่อว่าทุกอย่างจะผ่านพ้นไปได้ด้วยดี พร้อมทั้งจะก้าวไปข้างหน้าในปี 2555 นี้ อย่างมั่นคงแข็งแรง

ติดต่อขอรับ "Tian Xian Family" ฟรี ได้ที่ 02-264-2217-9 หรือ info@feidathai.com

มาเป็นครอบครัวเดียวกันกับเราสิคะ...

ขอให้สุขภาพที่ดีจงมีแก่ทุกท่าน

ภาวนา จู

อาหารช่วยการงอกใหม่ของเส้นผม

เมื่อทำเคมีบำบัดผู้ป่วยมักประสบปัญหาผมร่วง โปรดยากังวล เพราะเมื่อเสร็จสิ้นการรักษาแล้วผมท่านจะงอกใหม่สวยงาม เรามีเคล็ดลับอาหารบำรุงผมมาฝากดังนี้

1.เบต้าแคโรทีน ช่วยให้เส้นผมแข็งแรง ไม่ขาดง่าย ไม่แตกปลาย มีน้ำหนัก และมันเงางาม พบมากในพวกผักผลไม้ที่มีสีเขียวจัด แดง เหลือง ม่วง

2.วิตามินซี ช่วยให้ร่างกายดูดซึมแร่ธาตุที่จำเป็นต่อเส้นผม เช่น เหล็ก สังกะสี ได้ดีขึ้น พบมากใน มะขามป้อม เชอรี่ ฝรั่ง ส้ม

3.วิตามินอี ช่วยในการซ่อมแซมรากผมที่เสียหาย มีมากใน ข้าวกล้อง ถั่ว งา และเมล็ดพืชทุกชนิด

4.สังกะสี เป็นสารจำเป็นสำหรับการสร้างโปรตีนทั่ว



ร่างกาย พบใน อาหารทะเล จมูกข้าวสาลี ตับ เมล็ดฟักทอง และไข่

5.เหล็ก เป็นสารจำเป็นในเม็ดเลือดแดง ถ้าเลือดน้อยรากผมจะได้รับอาหารไม่เต็มที่ พบใน ตับ น้ำต้มกระดูก เนื้อสัตว์ ผักง้วน

6.วิตามินบี และบี 12 จำเป็นสำหรับการไหลเวียนของเลือด และการสร้างเม็ดเลือด วิตามินบีพบมากใน ถั่ว ผัก ผลไม้ วิตามินบี 12 พบมากใน กะปิ น้ำปลา ตับ ไข่

7.ไบโอติน ช่วยป้องกันผมหงอก และป้องกันต่อมไขมันหนังศีรษะอักเสบ พบใน ข้าวกล้อง ไข่แดง ตับ ไต ถั่วเหลือง

8.กำมะถัน ช่วยเชื่อมการเกาะเกี่ยวกันของเส้นโปรตีนที่มาประกอบกันเป็นเส้นผมยาวๆ พบใน กะหล่ำ ถั่วเมล็ดแห้ง ไข่ ปลาทะเล เป็นต้น

เมื่อเป็นมะเร็งจะมีการตรวจรายการต่าง ๆ มากมายทั่วร่างกาย จุดประสงค์เพื่อชี้ชัดว่าเป็นมะเร็งชนิดใด ระยะไหน ต้องรู้แม้กระทั่งความรุนแรงของเซลล์มะเร็ง ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ในการวางแผนการรักษาและป้องกันการกลับมาเป็นซ้ำ

ระดับของมะเร็ง (Cancer grade)

โรคมะเร็งจะถูกระบุว่าเป็นเกรดใดเกรดหนึ่ง โดยดูจากผลตรวจชิ้นเนื้อ เกรดต่ำ หมายถึง การเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็งช้า เกรดสูงการเจริญเติบโตของโรคมะเร็งจะเร็วกว่า

เกรดต่าง ๆ ของมะเร็งมีดังนี้

- เกรด 1 (Grade I) : เซลล์มะเร็งที่มีลักษณะคล้ายเซลล์ปกติ และไม่ได้มีการเติบโตอย่างรวดเร็ว
- เกรด 2 (Grade II) : เซลล์มะเร็งมีลักษณะไม่เหมือนเซลล์ปกติ และเจริญเติบโตเร็วกว่าเซลล์ปกติ
- เกรด 3 (Grade III) : เซลล์มะเร็งมีลักษณะผิดปกติ และอาจเจริญเติบโตแพร่กระจายมากขึ้น

ระยะของโรคมะเร็ง (Cancer stage)

หมายถึงขนาดของก้อนเนื้อ และจำนวนในการกระจายไกลจากอวัยวะที่เกิดจุดแรก

ระยะของมะเร็งแบ่งได้ดังนี้

- ระยะ 0 (Stage 0) : คือระยะเริ่มแรก (in situ) อยู่บนชั้นของเซลล์ปกติ ยังไม่แทรกเข้าไปในเนื้อเยื่อปกติ
- ระยะ 1 (Stage I) : ขนาดก้อนเล็กกว่า 2 เซนติเมตร และยังไม่แพร่กระจาย
- ระยะ 2 (Stage II) : ขนาดก้อนอยู่ระหว่าง 2-5 เซนติเมตร มีหรือไม่มีเข้าต่อมน้ำเหลือง และยังไม่แพร่กระจาย
- ระยะ 3 (Stage III) : ขนาดก้อนใหญ่กว่า 5 เซนติเมตร หรือขนาดอื่น ๆ หรือกระจายสู่ต่อมน้ำเหลืองบริเวณใกล้เคียง
- ระยะ 4 (Stage IV) : มะเร็งขนาดต่าง ๆ อาจส่งผลกระทบต่อต่อมน้ำเหลืองหรือไม่ก็ได้ แต่มีการแพร่กระจายไปยังอวัยวะที่ไกลออกไปจากจุดเดิมอย่างชัดเจน

**Grade
และ
Stage
ของมะเร็ง**

การติดตามผลการรักษามะเร็ง

มะเร็งเป็นโรคที่มีโอกาสเกิดขึ้นซ้ำสูง เพื่อดูการพัฒนาของโรคและปัญหาสุขภาพอื่น จึงต้องมีการติดตามผลหลังการรักษาอย่างใกล้ชิด ในช่วงแรก และค่อย ๆ ห่างออกไปหากไม่พบปัญหา อย่างไรก็ตามหากผู้ป่วยกังวลต่ออาการที่เกิดขึ้นก่อนถึงกำหนดนัด ควรแจ้งให้แพทย์ทราบอย่ารอจนถึงวันนัดถัดไป

ชนิดของมะเร็ง	วิธีการตรวจติดตาม	ติดตามผลหลังการรักษา
มะเร็งลำไส้ใหญ่	* ตรวจร่างกายโดยแพทย์ * ตรวจเลือดค่า CEA * ซีทีสแกน อัลตราซาวด์บับ หรือตรวจส่องกล้องเพื่อดูลำไส้ส่วนที่เหลือ หรือการกลืนแป้ง * ตรวจพิเศษอื่น เช่น เอ็กซเรย์ปอด	* 3 ปีแรก ควรตรวจเลือดค่า CEA ทุก 3 เดือน และทุก 6-12 เดือน ต้องตรวจโดยการสแกน หรือตรวจพิเศษอื่น * หากเลย 3 ปีแล้ว ระยะเวลาตรวจห่างออกไปเป็น 6-12 เดือน
มะเร็งกระเพาะอาหาร	* ตรวจร่างกายโดยแพทย์ * ส่องกล้องตรวจกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กส่วนต้น, ส่องกล้องอัลตราซาวด์ * ซีทีสแกน * ตรวจเลือดทั่วไป ไม่มีผลเลือดเฉพาะสำหรับมะเร็งชนิดนี้	* หากผ่าตัดรักษา 1-2 ปีแรก พบศัลยแพทย์ทุก 3 เดือน หากไม่มีปัญหาเลื่อนเป็นพบทุก 6 เดือน * หากรับเคมีบำบัดหรือรังสีรักษา 1-2 ปีแรก พบแพทย์ที่รักษาทุกเดือนและเลื่อนห่างออกไปหากไม่มีปัญหา * กรณีที่โรคกลับมาอีกครั้งรักษาด้วยเคมีบำบัด อาจยังพบแพทย์ทุก 3 เดือน ในช่วง 2 ปีแรก * หลังจากปีที่ 2 พบแพทย์ปีละ 1-2 ครั้ง
มะเร็งปอด	* ตรวจร่างกายโดยแพทย์ * เอ็กซเรย์ช่องอก * ซีทีสแกน, อัลตราซาวด์ * ตรวจเลือดทั่วไป ไม่มีผลเลือดเฉพาะสำหรับมะเร็งชนิดนี้	* ปีแรก พบแพทย์ทุก 3 เดือน * ปีที่ 2 พบแพทย์ทุก 4 เดือน * ปีที่ 3-4 พบแพทย์ทุก 6 เดือน * ปีต่อไปพบแพทย์ปีละครั้ง
มะเร็งตับ	* ตรวจร่างกายโดยแพทย์ * ตรวจเลือดค่า AFP * ซีทีสแกน, อัลตราซาวด์, เอ็กซเรย์	* หากผ่าตัดรักษา พบศัลยแพทย์เดือนละครั้งช่วง 3 เดือนแรก จากนั้นพบทุก 3 เดือน * มะเร็งตับนัดตรวจตามอาการผู้ป่วยและวิธีการรักษา อาจพบแพทย์ทุกเดือนช่วง 6 เดือนแรก จากนั้นพบทุก 3 เดือน
มะเร็งเต้านม	* ตรวจร่างกายโดยแพทย์ * แมมโมแกรม * ตรวจเลือดค่า CA 15-3 * ตรวจพิเศษอื่น อาทิ เอ็กซเรย์ช่องอก, ซีทีสแกน, อัลตราซาวด์บับ, สแกนกระดูก	- พบแพทย์ตามชนิดการรักษา ดังนี้ * พบแพทย์เคมีบำบัดและศัลยแพทย์ทุก 3-6 เดือน ในช่วง 3 ปีแรก จากนั้นตามแต่แพทย์นัด * ทำแมมโมแกรมเป็นประจำแม้จะได้รับการรักษาแล้ว รวมถึงเอ็กซเรย์ช่องอกและตรวจเลือดเป็นประจำแม้ยังไม่มีความผิดปกติเพื่อดูการแพร่กระจาย * หากใช้ยามืออักษิเฟนควรให้ความใส่ใจรายงานปัญหาการมีเลือดออกจากมดลูก ทุกครั้งที่พบแพทย์
มะเร็งปากมดลูก	* ตรวจร่างกายโดยแพทย์ * ตรวจสเมียร์เทสต์ (แป็บสเมียร์, ดินเพรพ) หรือตรวจคอลโปสโคปี (Colposcopy) ซึ่งเป็นการตรวจเนื้อเยื่อผิวของปากมดลูก ช่องคลอด ปากช่องคลอด และทวารหนัก ด้วยกล้อง * เอ็กซเรย์, ซีทีสแกน, เอ็มอาร์ไอ * ตรวจพิเศษอื่น อาทิ อัลตราซาวด์บับ	* ปีแรก พบแพทย์ทุก 1-3 เดือน * จากนั้นหากไม่มีปัญหา พบแพทย์ทุก 6 เดือนอีก 2 ปี จากนั้นพบปีละครั้ง

หมายเหตุ : ข้อมูลข้างต้นอาจแตกต่างกันไปตามสภาพร่างกาย ระยะเวลาและการรักษาของแต่ละคน

สมุนไพรจีนกับการรักษามะเร็ง (Chinese Medicine and Cancer Care)

วันที่ 24 กันยายน 2554



ครอบครัวเทียนเทียน ร่วมจัดงาน “สมุนไพรจีนกับการรักษามะเร็ง” ในวันที่ 24 กันยายน 2554 ที่ผ่านมา เพื่อให้ความรู้แก่ประชาชนในการเลือกใช้สมุนไพรจีน อันเป็นแพทย์ทางเลือกที่เป็นกระแสที่ได้รับความนิยมในกลุ่มผู้ป่วยโรคมะเร็ง

วิทยากรบรรยายเป็นแพทย์ผู้เชี่ยวชาญการรักษามะเร็งด้วยแพทย์ทางเลือกและแพทย์แผนจีนจากไต้หวัน คือ ดร.ไมค์ ชุน ซึ่งท่านมาอธิบายถึง ข้อมูลโรคมะเร็งที่ทุกคนต้องรู้และเข้าใจถูกต้อง สาเหตุหลักของการแพร่กระจายของมะเร็ง สาเหตุหลักของการเกิดซ้ำของโรคมะเร็ง เรื่องจริงที่ว่าแม้ตรวจติดตามโรคเป็นประจำบางครั้งยังไม่สามารถหลีกเลี่ยงการกำเริบของโรคได้ หลังการรักษาเราควรปฏิบัติอย่างไร และเรื่องของการใช้สมุนไพรจีนอย่างไรเพื่อสนับสนุนการรักษาและการป้องกันการเกิดซ้ำของโรค

ผู้สนใจขอรับเอกสารการบรรยายได้ที่ 02-264-2217-9



ธรรมะปฏิบัติ เอาชนะ การเจ็บป่วย

เรื่อง “มะเร็ง” ที่เกิดขึ้นกับข้าพเจ้า ถือเป็นเรื่องเกิดขึ้นตามฟาลิซิดหรือเป็นวิบากกรรมก็สุดแต่ใครจะทราบได้ จู่ๆ ประมาณเดือนพฤศจิกายน 2549 ก็เดินตกท่อขาขวาบาดเจ็บห้อยเลือด ก็รักษาแต่เนื้อหนังภายนอกไม่ได้ใส่ใจเลือดเสียภายในที่ถูกเนื้อดีหุ้มไว้จนโตขึ้น สุดท้ายกลายเป็นมะเร็งเนื้อเยื่อที่เรียกว่า “ซาร์โคมา” ใน 5 ปีต่อมา

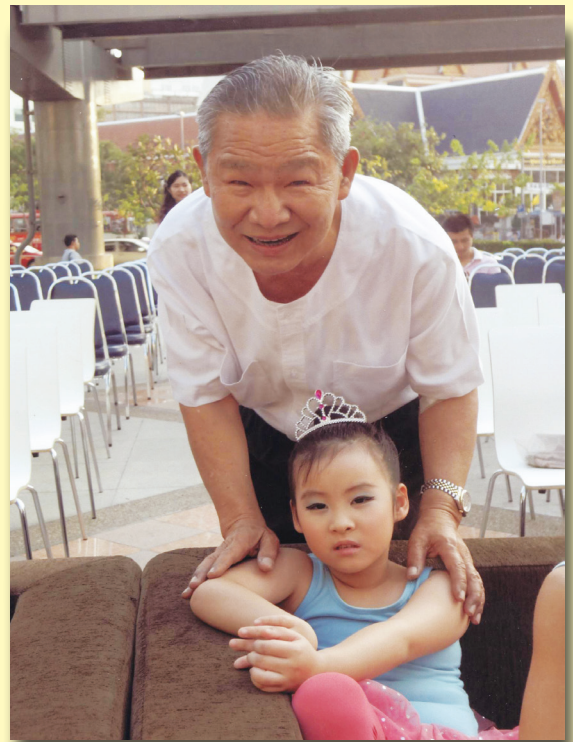
มะเร็งบริเวณต้นขาขวาของข้าพเจ้ายาวประมาณ 10 เซนติเมตร เริ่มทำการรักษาด้วยการฉีดคีโมเมื่อ 29 มิถุนายน – สิงหาคม 2552 หลังจากนั้นผ่าตัดในวันที่ 7 ตุลาคม ปีเดียวกัน โดยเอากล้ามเนื้อขาออก 1 มัด พร้อมเปลี่ยนหัวเข่า และต้องรับการฉีดคีโมอีกรอบ ตั้งแต่ตุลาคม – พฤศจิกายน 2552 ซึ่งทรมานมากหลายครั้งแทบจะอยู่ต่อไม่ไหว หมอก็ไม่รับรองว่าจะหายขาด และแล้วเมื่อวันที่ 16 เมษายน 2553 ก็ตรวจพบว่าเซลล์มะเร็งได้วิ่งไปที่ปอดทั้งสองข้างด้วยขนาด 1.82 เซนติเมตร ผ่านไปอีก 7-8 เดือน พฤศจิกายน ปีนั้น ก้อนมะเร็งก็โตขึ้นอีกเป็น 2.8 เซนติเมตร จึงตกลงใจว่าจะรับคีโมใหม่อีกครั้ง การทำคีโมของข้าพเจ้าครั้งหลังสุดนี้ได้ผลดี เพราะใช้น้ำเกลือเย็นชียนควบคู่ไปด้วย เข้ารับเคมีบำบัดได้อย่างต่อเนื่อง 10 กว่าครั้ง แม้ว่าอายุ 72 ปีแล้ว

ผลสรุปจากการเจ็บป่วย ข้าพเจ้าเข้าใจดีว่าเป็นผลสืบเนื่องจาก ผลบาป-ผลบุญ ซึ่งผลบุญยังคงมีมาก ธรรมะปฏิบัติที่ได้ในครั้งนี้ พุดได้คำเดียวว่า ปลงเสีย เพราะ เกิด แก่ เจ็บ ตาย มันไม่มีใครหนีพ้นทุกรูปทุกนามต่างต้องเผชิญแล้ว แต่ “ฟาลิซิด” อยู่ที่ว่าเมื่อรู้แล้วจะเลือกปฏิบัติอย่างไรให้มันตายช้าหน่อย ได้ด้วยวิธีใดอยู่ที่เฝ้าใจและจงมีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ

ข้าพเจ้าคิดเสมอว่าชีวิตนี้สั้นเหลือเกิน เริ่มต้นจาก 0 เป็นวัน จนอายุเกิน 6 รอบ ผ่านเรื่องราวมากมาย ในระหว่างการรักษาข้าพเจ้ายังใช้เวลาว่างอ่านหนังสือธรรมะ ฟังธรรมะจากผู้บรรยายธรรม ทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจว่าการเตรียมตัวตาย กับการเตรียมตัวไปหาหมอนั้นต่างกัน คือ การเตรียมตัวหาหมอเราจะได้พบเมื่อไร และยืดหยุ่นได้ตามความจำเป็น แต่การเตรียมตัวตายเราไม่ทราบว่ามาถึงเมื่อไร มาอย่างไร และเรายืดหยุ่นหรือเลื่อนไม่ได้เลยถ้าถึงเวลาที่ต้องตาย แต่จากการปฏิบัติธรรมะ ทำให้ทราบว่าเราต้องเตรียมตัวตายทุกขณะ ต้องรักษาใจไม่ให้หลง มีสติกำหนดรู้ สุดท้ายเราจะจากไปอย่างมีความสุข และทุกวันนี้ข้าพเจ้าก็อยู่กับมะเร็งอย่างมีความสุข

ข้าพเจ้าคิดทบทวนเรื่องสัพเพหระที่เกิดขึ้นมาตลอดช่วงเวลาของชีวิต เขียนเป็นหนังสือมาแล้ว 9 เล่ม เป็นทั้งประวัติชีวิต ประวัติการเจ็บป่วย การรักษา ดูแล พร้อมเรื่องธรรมะ และหากมีโอกาสก็จะเขียนต่อไปเรื่อยๆ

**ผู้สนใจสามารถติดต่อขอรับหนังสือซึ่งเขียน
โดยคุณไพโรจน์ เอื้อบุญกุล ได้ฟรี!
ที่ครอบครัวเทียนเขียน Tel.02-264-2217-9**



คุณไพโรจน์ เอื้อบุญกุล
เกิด มีนาคม 2481
ที่อยู่ กรุงเทพมหานคร
มะเร็งเนื้อเยื่อ (ซาร์โคมา)

ผลงานหนังสือ



**“...สรุปได้คำเดียวว่าวิถีชีวิตที่ผ่านมา
ไม่เที่ยงแท้ แต่ละเรื่องราวเกิดดับไปเรื่อยๆ
ไม่มีอะไรที่เที่ยงแท้ยั่งยืน จงปลงเสียเถิด”**

กินไม่ได้...?

“ทำอย่างไรให้เพียงพอ”



สาเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยมะเร็งรับประทานอาหารได้น้อยลง

1) เบื่ออาหาร มักพบได้เสมอในผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาด้วยการฉายรังสีและเคมีบำบัดจากภาวะอ่อนเพลีย อาการจะค่อยๆ ดีขึ้นเมื่อการรักษาครบแล้ว

2) การรับรสเปลี่ยนไป อาจรู้สึกขม

ในปากตลอดจนการรับรสต่างๆ ผิดไปจากเดิม สาเหตุจากเยื่อในช่องปากและต่อมรับรสถูกรบกวนจากการรักษา

3) คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย

ท้องผูก มักพบบ่อยในช่วงแรกๆ ของการรักษาด้วยเคมีบำบัด และการฉายรังสี เมื่อการรักษาครบถ้วนแล้ว อาการจะค่อยๆ ดีขึ้นภายใน 6-8 สัปดาห์

4) ความเจ็บปวด ปวดท้อง แน่นท้อง มีทั้งเกิดจากโรคเอง และผลข้างเคียงของการรักษา ควรปรึกษาแพทย์เพื่อให้ยาระงับความเจ็บปวดและยาช่วยย่อย

5) ความเชื่อในเรื่องอาหารแสลง ยิ่งแต่งดอาหารที่มีประโยชน์และจำเป็นต่อร่างกาย ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้ป่วยยิ่งขาดอาหารเพิ่มขึ้น

6) อารมณ์ อาการซึมเศร้า ท้อแท้ หดหู่กำลังใจ ทำให้เบื่ออาหาร อาหารไม่ย่อย

อาหารต้องได้ทั้ง “ปริมาณ” และ “คุณภาพ”

- **ปริมาณ** ต้องมีปริมาณที่เพียงพอ ถ้าร่างกายผอมลงแสดงว่ารับประทานอาหารน้อยไป
- **คุณภาพ** มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความสำคัญและจำเป็นในการนำไปใช้ประโยชน์ต่อร่างกาย ในหนึ่งวันควรจะได้รับประทานเท่าไร ขึ้นอยู่กับความต้องการของแต่ละคน เช่น ในระหว่างการรักษาดังกล่าวต้องการสารอาหารมาก ควรพยายามรับประทานให้ได้มาก สารอาหารจะได้ไปซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ร่างกายไม่อ่อนเพลีย สามารถรับการรักษาต่อไปจนครบตามแผนการรักษาของแพทย์



เคล็ดลับการรับประทานอาหารให้เพียงพอกับความต้องการ

1) ถ้าได้รับยาแก้คลื่นไส้อาเจียน ควรรับประทานยาก่อนอาหารประมาณ 30 นาที และแม้ไม่มีอาการคลื่นไส้ก็ควรใช้ยาตามปกติ เพราะจะได้ผลดีกว่ารอให้เกิดอาการจึงจะใช้ยา

2) ควรรับประทานอาหารครั้งละน้อยๆ แต่บ่อยครั้ง จากเดิม 2-3 มื้อ เพิ่มเป็น 4-6 มื้อ ต่อวัน รับประทานเมื่อรู้สึกหิว แม้ไม่ใช่มื้ออาหาร หรือระยะที่ทุเลาจากอาการปวด

3) ไม่ควรดื่มน้ำก่อนรับประทานอาหาร ควรดื่มหลังรับประทานอาหารแล้วประมาณ 15-30 นาที

4) ควรรับประทานอาหารอ่อน อุ่นๆ แต่ถ้าเป็นอาหารประเภทของเย็นก็รับประทานเย็น อาหารอ่อนที่นุ่ม จะช่วยให้การรับประทานง่ายขึ้น เช่น ไอศกรีม เยลลี่

5) หลีกเลี่ยงอาหาร หวานจัด และไขมันสูง

6) ขณะรับประทาน ควรเคี้ยวช้าๆ ให้ละเอียด

7) รักษาความสะอาดช่องปากและฟัน อมบ้วนปากบ่อยๆ ด้วยน้ำอุ่น หรือเคี้ยวเกลือเล็กน้อยก็ได้

8) เพิ่มอาหารว่างระหว่างมื้อและหลังอาหารทุกมื้อ โดยควรเป็นผลไม้ หรือเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพที่มีคุณค่าอาหารสูง

9) เลือกอาหารที่ชอบมารับประทาน ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนรายการอาหารบ่อยๆ

10) จัดบรรยากาศให้รื่นรมย์น่ารับประทาน มีการสังสรรค์ในหมู่ญาติ หรือเปลี่ยนแปลงบรรยากาศไปรับประทานนอกบ้านบ้างเป็นครั้งคราว

11) หากรู้สึกเบื่ออาหารมากรับประทานอาหารไม่ได้ ควรปรึกษาแพทย์ เพื่อให้คำปรึกษาหรือให้ยาที่ทำให้เจริญอาหารหรือช่วยย่อย



ต้านมะเร็ง...ด้วยอาหาร

สาหร่ายวุ้น

ส่วนประกอบ :

สาหร่าย	1	ผล
วุ้นวุ้น	2-3	กรัม
น้ำตาลทราย	2-3	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ :

1. ตัดสาหร่ายออกแล้วคว้านเมล็ดสาหร่ายออก นำสาหร่ายใส่ลงในชามแล้วใส่วุ้นวุ้น น้ำตาลทรายลงไปตรงกลางสาหร่าย

2. จากนั้นนำสาหร่ายที่ตัดไว้มาปิดสาหร่ายไว้แล้วนำไปนึ่งหรือตุ๋นในหม้อจนสาหร่ายนุ่มใสทั้งลูก ใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมงหรือจนกว่าวุ้นวุ้นและน้ำตาลทรายละลาย ปิดไฟ นำมารับประทานทั้งน้ำและเนื้อ

เคล็ดลับ : สาหร่ายที่ใช้ตุ๋นควรมีรสหวานจึงจะอร่อย ถ้าไม่มีชนิดเปลือกสีเหลืองหนา ให้ใช้สาหร่ายเปลือกสีเขียวจะอร่อยกว่าเปลือกสีเหลืองอ่อน

ประโยชน์ : สูตรนี้ช่วยบรรเทาอาการไอเรื้อรังได้ แต่ห้ามผู้ป่วยที่มีเสมหะปนเลือดรับประทาน



พายไข่ใส่ปวยเล้ง

ส่วนประกอบ :

ไข่ไก่	5	ฟอง
ปวยเล้ง	50	กรัม
แครอทหั่นเป็นลูกเต๋า	เล็กน้อย	
นมสด	1/2	ถ้วย
เกลือ ซีอิ๊วขาว พริกไทย	อย่างละเล็กน้อย	

วิธีทำ :

- นำผักปวยเล้งเด็ดเฉพาะใบล้างให้สะอาดลวกในน้ำเดือดประมาณ 2 นาที แล้วใส่ในน้ำเย็นจัดเพื่อให้ผักยังเขียวอยู่ บีบให้แห้ง หั่นเป็นชิ้นเล็ก
- แครอทหั่นเป็นลูกเต๋าล้างให้สะอาด ลวกให้นิ่มลงเล็กน้อย
- ตอกไข่ใส่ชามตีให้พอเข้ากันใส่นม นำแครอทและปวยเล้งที่เตรียมไว้ใส่ผสมให้เข้ากัน ปรุงรสด้วยเกลือ พริกไทยขาวป่นเล็กน้อยพอหอม
- เตรียมกระทะก้นแบนใส่น้ำมันเพียงเล็กน้อย นำส่วนผสมลงทอด เกลี่ยผักให้เรียงสวยงาม ส่วนผสมข้างต้นทอดเพียงครั้งเดียวเพื่อให้ได้พายที่หนาพอทอดให้ด้านนอกพอเหลืองทั้งสองด้าน
- ตัดเป็นชิ้นเรียงลงในจานจัดให้สวยงาม รับประทานร้อน ๆ

เคล็ดลับ : ควรใช้กระทะเคลือบที่อาหารไม่ติดก้นกระทะ ใส่น้ำมันเพียงเล็กน้อยเท่านั้น เพื่อให้ไข่ด้านนอกสีเหลืองสวย

ประโยชน์ : สูตรนี้มีสารอาหารหลากหลายทั้งโปรตีนจากไข่ แครอทจากแครอท ธาตุเหล็กจากปวยเล้ง



Chinese Medicine war on Cancer !!!

จากความเข้าใจผิดสู่การยอมรับ...

ยาจีนก้าวเข้าสู่ยุคใหม่ กับสงครามการต่อสู้มะเร็ง

เปรียบพร้อมด้วยหลักฐานทางการแพทย์เป็นข้อมูลทางวิทยาศาสตร์
ใน 20 หัวข้อการวิจัย

- 1.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนมีผลปรับสภาพภูมิคุ้มกัน
- 2.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนมีผลทำลายเซลล์มะเร็ง
- 3.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งและทำให้เกิดภาวะกำหนดการตายของเซลล์มะเร็ง
- 4.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง
- 5.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งการเกิดขึ้นซ้ำและการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็ง
- 6.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งการสร้างเส้นเลือดใหม่เลี้ยงเซลล์มะเร็ง
- 7.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งการแพร่กระจายของเนื้องอกทั้งในและนอกร่างกาย
- 8.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนเพิ่มภูมิคุ้มกันต้านมะเร็ง

การวิจัยหัวข้อ 1-8

Advisor Professor / Yang Zhao-Xiong, Ph.D. คนบดี (คนที่ 8)

คณะแพทยศาสตร์ National Taiwan University

ผู้ทำแผนวิจัย Wang Won-Bo, Ph.D., ปรินซิพาลเอกด้านจุลชีววิทยา
Purdue University USA

Sun Andy, Ph.D., ปรินซิพาลเอกด้านวิทยาภูมิคุ้มกัน
National Taiwan University

Chia Jean-San, Ph.D., ปรินซิพาลเอกด้านวิทยาภูมิคุ้มกัน
National Taiwan University

- 9.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งโมเลกุลที่มีความจำเพาะ (Molecular Targets) ของมะเร็งหลายชนิด และมีผลต่อเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง ครั้งที่ 1
- 10.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งโมเลกุลที่มีความจำเพาะ (Molecular Targets) ของมะเร็งหลายชนิด และมีผลต่อเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง ครั้งที่ 2
- 11.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งโมเลกุลที่มีความจำเพาะ (Molecular Targets) ของมะเร็งหลายชนิด และมีผลต่อเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง ครั้งที่ 3
- 12.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งโมเลกุลที่มีความจำเพาะ (Molecular Targets) ของมะเร็งหลายชนิด และมีผลต่อเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง ครั้งที่ 4
- 13.) การวิจัยยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งโมเลกุลที่มีความจำเพาะ (Molecular Targets) ของมะเร็งหลายชนิดและมีผลต่อเซลล์ต้นกำเนิดมะเร็ง ครั้งที่ 5

การวิจัยหัวข้อ 9-13

ผู้ทำแผนวิจัย Lai Gi-Ming, M.D.

ศูนย์มะเร็ง Wan Fang Hospital, Taiwan R.O.C.

ผู้ทำการวิจัย Yao Chih-Jung, Ph.D. Formosa Cancer Foundation

Yeh Chi-Tai, Ph.D. National Health Research Institutes

Yan Jiann-Long, Ph.D. National Health Research Institutes

14.) การศึกษา Pre-Clinical ยาน้ำเทียนเซียนต่อการยับยั้งเซลล์มะเร็งระบบทางเดินอาหาร

15.) การศึกษาทั้งในและนอกร่างกาย ยาน้ำเทียนเซียนยับยั้งเซลล์มะเร็งลำไส้ใหญ่

16.) การศึกษา Pre-Clinical ยาน้ำเทียนเซียนกระตุ้นเซลล์ภูมิคุ้มกันชนิดที่ (T-cell)

การวิจัยหัวข้อ 14-16

ผู้ทำแผนวิจัย / Yeh Chi-Yuan, M.D.

ผู้อำนวยการศูนย์มะเร็ง Tung's Taichung MetroHarbor Hospital

17.) การศึกษายาน้ำเทียนเซียนด้านเนื้องอก

ผู้ทำแผนวิจัย / Yamazaki Noriyuki, Director of New Drug Development
Research Center Inc. Hokkaido, Japan

18.) การศึกษายาน้ำเทียนเซียนเหมาะใช้รักษามะเร็งและการเกิดขึ้นซ้ำ

ผู้ทำแผนวิจัย / Deng Wen-Bing, Ph.D. ปรินซิพาลเอกด้านชีววิทยามะเร็ง
Harvard University, USA

19.) การศึกษาความเป็นพิษของยาน้ำเทียนเซียน

ผู้ทำแผนวิจัย / Animal Diseases Diagnostic Center,
National Chung Hsing University

20.) การศึกษายาน้ำเทียนเซียนยับยั้งไวรัสตับอักเสบบี

ผู้ทำแผนวิจัย / Pharmacological Study, Institute of Biotechnology and
Pharmaceutical, Industrial Technology



สอบถามงานวิจัยทุกฉบับ
ได้ที่ 02-264-2217-9