

“ I am strong, because I know my weaknesses.”

“ฉันแข็งแกร่ง เพราะฉันรู้จักจุดอ่อนของตัวเอง”



ผู้ป่วยมะเร็งจะเลือกจังหวะใดเริ่มการรักษาด้วยยาจีน



ยาจีน นอกจากได้มาจากพืชสมุนไพรทั้งที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ และที่เพาะเลี้ยงขึ้นมาแล้ว ยังรวมถึงตัวยาที่ได้จากสัตว์วัตถุ ธาตุวัตถุ ปัจจุบันยาจีนมีกระบวนการผลิตที่ทันสมัย และได้พัฒนาเป็นยาสำเร็จรูปหลายรูปแบบ ทั้งที่เป็นยาเม็ดแคปซูล ยาผง ยาเม็ดลูกกลอน ยาน้ำ ยาฉีด กระทั่งเป็นยาทา เป็นพลาสติกเตอร์ยา เพื่อสะดวกต่อการใช้

การรักษาโรคด้วยยาจีนนั้นต้องใช้ระยะเวลาพอสมควร โดยเฉพาะโรคมะเร็งซึ่งมีความสลับซับซ้อนของกลุ่มอาการมาก ต้องใช้ยาจีนที่เป็นยาตำรับซึ่งรวมตัวยาหลายหลาก มีสรรพคุณหลายด้าน เพื่อเข้าบำบัดรักษาแบบองค์รวมประสานกับการฟื้นฟูเฉพาะส่วน จึงจะทำให้ประสิทธิภาพการรักษาเด่นชัด

สำหรับการเลือกใช้ตัวยาตัวเดียวหรือสมุนไพรเพียงตัวเดียวเพื่อบำบัดรักษานั้น ส่วนมากจะแก้ได้เพียงบางกลุ่มอาการโรค เช่น ไอ้ก็แก้ไอ ท้องผูกก็แก้ท้องผูก เป็นต้น ตัวยาบางอย่างก็มีสรรพคุณเพียงขับร้อนถอนพิษหรือสลายก้อน แต่ไม่สามารถฟื้นฟูเซลล์ที่สึกหรอ หรือไม่สามารถทำลายหรือยับยั้งเซลล์มะเร็งได้ สุดท้ายผู้ป่วยก็ไม่บรรลุจุดประสงค์ในการรักษาหรือต้านโรคมะเร็ง แต่อาจสูญเสียโอกาสที่ดีไปอย่างน่าเสียดาย



ยาจีนช่วยเสริมประสิทธิภาพการผ่าตัด เพราะช่วยให้ผู้ป่วยมีสุขภาพที่แข็งแรงพร้อมรับการผ่าตัด **ยาจีนช่วยบรรเทาผลข้างเคียงจากพิษของเคมีบำบัดและรังสีรักษา** ช่วยให้ผู้ป่วยสามารถยืนหยัดรับการรักษานานจนครบกระบวนการ เพราะยาจีนจะช่วยขับร้อนถอนพิษ ปรับสีเลือด ค้ำจุนเจ็งซี่ บำรุงไต บำรุงม้ามและกระเพาะอาหาร เป็นต้น ผู้ป่วยบางรายอาจไม่เหมาะที่จะผ่าตัด หรือรับเคมีบำบัดและรังสีรักษาไม่ได้ การใช้ยาจีนจะมีบทบาทบรรเทาอาการของโรค เช่น ช่วยให้อาเจียนอาหาร ช่วยลดอาการปวด ลดอาการบวม

ช่วยเสริมประสิทธิภาพภูมิคุ้มกัน เพื่อให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

หลายท่านเข้าใจผิดคิดว่ายาจีนเหมาะจะใช้กับผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายเท่านั้น หรือคิดว่าจะใช้ยาจีนก็ต่อเมื่อไม่มีทางเลือกอื่นแล้ว แต่ความเป็นจริงแล้ว เมื่อผู้ป่วยผ่านขั้นตอนการรักษาแผนปัจจุบัน สุขภาพผู้ป่วยก็ถูกทำลายจนสะสมสะสมแล้ว ภูมิคุ้มกันของร่างกายก็ตกต่ำอย่างไม่น่าเชื่อ เมื่อผู้ป่วยมาเริ่มใช้ยาจีนช่วงนี้ทำให้ต้องใช้เวลามากขึ้น เพื่อจัดการสภาวะการขับพิษของร่างกาย ปรับสมดุลของอินหยาง การต้านและยับยั้งเซลล์มะเร็งให้ได้ ตลอดจนการฟื้นฟูเซลล์ที่สึกหรอ บำรุงร่างกายเสริมภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง ดังนั้น การเริ่มใช้ยาจีนอาจกล่าวได้ว่ายิ่งเร็วยิ่งดี และควรใช้ยาจีนควบคู่ไปกับการรักษาแผนปัจจุบันหากสามารถทำได้

ช่วงเวลาที่เหมาะสมจะใช้ยาจีน

- ผู้ที่กำลังรอผลการตรวจชิ้นเนื้อ
- ผู้ที่ต้องการเพิ่มประสิทธิภาพการรักษาวិธีหลัก
- ผู้ที่ต้องการลดผลข้างเคียงจากการรักษาวิธีหลัก
- ผู้ที่ไม่สามารถรับการรักษาวิธีหลัก หรือผู้ป่วยอายุมากเกินไป
- ผู้ที่ไม่ต้องการรับการรักษาวิธีหลัก
- ผู้ที่ได้รับการรักษาวิธีหลักครบแล้ว และต้องการลดโอกาสเสี่ยงการเกิดซ้ำของโรค
- ผู้ที่มีความเสี่ยงการเกิดมะเร็งสูง เนื่องจากมีประวัติคนในครอบครัวเป็นมะเร็ง
- ผู้ที่มีปัญหาด้านระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย

ปัจจุบันยาจีนได้มีกระบวนการผลิตที่ทันสมัย ได้พัฒนาเป็นยาสำเร็จรูปหลายรูปแบบ การเลือกใช้ยาสำเร็จรูปควรต้องตรวจสอบจากกระบวนการผลิตว่าได้มาตรฐาน GMP หรือไม่ ผ่านการทดสอบทางห้องปฏิบัติการและการทดลองทางคลินิกมาหรือไม่ ที่สำคัญต้องใช้ยาให้เหมาะสมกับอาการของโรค ซึ่งต้องปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเท่านั้น

บทความโดย แพทย์จีน มาลิน ปิยะชินวรรณ

(พบและปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญการรักษามะเร็งด้วยยาจีนฟรีที่ครอบครัวเทียนเซียน ทุกวันพฤหัสบดี-ศุกร์ โทร.02-264-2217-9)

ติดต่อครอบครัวเทียนเซียน :

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

☎ 02-264-2217-9

✉ info@feidathai.com

🌐 www.feidathai.com

📘 www.facebook.com/tianxianfamily

“มะเร็ง” ทำลายมิตรภาพไม่ได้



ฉบับนี้ครอบครัวเทียนเขียนขอให้กำลังใจเป็นพิเศษสำหรับผู้หญิงที่ต้องต่อสู้กับโรคมะเร็งทุกท่าน ขอให้รู้ว่าท่านไม่ได้อยู่คนเดียว โปรดหันไปมองรอบข้าง มะเร็งไม่สามารถทำลายความรัก ความหวัง ความศรัทธา หรือความเชื่อมั่น และมะเร็งไม่สามารถฆ่ามิตรภาพระหว่างคนที่ท่านรักและคนที่รักท่านได้

ด้วยความปรารถนาดี

ภาวนา จู๋

ควรได้รับวิตามินจากไหน?



แหล่งของวิตามินควรพิจารณาจากแหล่งธรรมชาติ ได้แก่ จากผักผลไม้ เป็นหลัก โดยเน้นความหลากหลายของพืชผักและผลไม้ต่าง ๆ กรณีที่มีภาวะไม่สามารถรับประทานได้ หรือมีความจำเป็นต้องการวิตามินตัวใดมากเป็นพิเศษ อาทิ อยู่ในภาวะที่ต้องการเสริมวิตามินบี 12 และกรดโฟลิก เป็นต้น จึงค่อยพิจารณาวิตามินในรูปแบบเม็ดมารับประทาน แต่พึงระลึกไว้เสมอว่า วิตามินแบบเม็ดนั้นส่วนใหญ่มีเข้มข้นสูงมาก จึงถูกจัดอยู่ในหมวดของยา การได้รับยาเป็นเวลานานต่อเนื่องก็ถือเป็นอันตรายเช่นกัน พบว่าวิตามินที่มักพบการตกค้างและอาจส่งผลให้ร่างกายโดยเฉพาะตับทำงานหนัก คือ วิตามินที่ละลายในไขมัน ได้แก่ วิตามินเอ ดี อี เค

วิธีดื่มน้ำให้ได้สุขภาพดี

- แก้วที่ 1 เวลา 6:30น. เพื่อขับพิษช่วยให้สวยงาม
 - แก้วที่ 2 เวลา 8:30น. เพื่อเสริมร่างกายให้สุขภาพแข็งแรง
 - แก้วที่ 3 เวลา 11:00น. เพื่อขจัดความเมื่อยล้าให้รู้สึกผ่อนคลาย
 - แก้วที่ 4 เวลา 12:50น. เพื่อขจัดไขมันสะสมช่วยลดความอ้วน
 - แก้วที่ 5 เวลา 15:00น. เพื่อความสดชื่นมีชีวิตชีวา
 - แก้วที่ 6 เวลา 17:30น. เพื่อช่วยย่อยและการดูดซึม
 - แก้วที่ 7 เวลา 22:00น. ถอนพิษ ขับสิ่งสกปรก ช่วยย่อย
- เพิ่มการไหลเวียนโลหิต



น้ำตาลคืออาหารโปรดของเซลล์มะเร็ง



หนังสือชื่อ “ป้องกันมะเร็งอย่างไร” ในญี่ปุ่น บอกไว้ว่า เมื่อเลือดไหลผ่านเซลล์มะเร็ง กลูโคสประมาณ 57% จะถูกเซลล์มะเร็งบริโภคไป และจากวารสารโภชนาบำบัดคลินิก (American Journal of Clinical Nutrition) ยังบอกไว้ว่า การดื่มเครื่องดื่มหวานเพียงวันละ 2 ถ้วย จะทำให้ความเสี่ยงการเกิดมะเร็งตับอ่อนเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้ที่ไม่ดื่มถึง 90% ซึ่งโดยทั่วไปแต่ละวันคนเราควรได้รับปริมาณน้ำตาลประมาณเพียง 50 กรัม นอกจากนี้ การย่อยสลายน้ำตาลของร่างกายยังต้องอาศัยวิตามินและเกลือแร่ต่าง ๆ ดังนั้น อาจเป็นเหตุให้ ผู้ที่บริโภคน้ำตาลมากขาดวิตามินและเกลือแร่ ก่อเป็นปัญหาด้านโภชนาการได้

10 อาหารล้างพิษ

1. มันเทศ มีเส้นใยสูงดีต่อการบีบตัวของกระเพาะอาหารและลำไส้
2. ถั่วเขียว ช่วยขับร้อน ขับพิษ ช่วยขับปัสสาวะ ขับขึ้น
3. ข้าวโอ๊ต ช่วยหล่อลื่นลำไส้ ช่วยการขับถ่าย
4. ลูกเดือย ช่วยปรับอาการบวม น้ำ โรคอ้วน
5. ข้าวฟ่าง (Millet) มีเส้นใยที่มีคุณภาพ ช่วยในระบบย่อยอาหาร
6. ข้าวกล้อง อุดมด้วยเส้นใย ปรับลำไส้ช่วยการขับถ่าย
7. ถั่วแดง ช่วยเพิ่มการบีบตัวของกระเพาะอาหารและลำไส้
8. แครอท ช่วยแก้ไข้ปัญหาท้องผูก
9. ชานเหยา (Shan Yao : สมุนไพรชนิดหนึ่ง) ช่วยลดการสะสมของไขมันใต้ผิวหนัง
10. มะระ ช่วยจัดสารพิษในร่างกาย



Activity 2012 กิจกรรมต้านมะเร็ง

อาหารระหว่างการรักษา: มะเร็ง

มกราคม

ครอบครัวเทียนเขียนเปิดหลักสูตรทำอาหารระหว่างการรักษา มะเร็ง ประกอบด้วย สูตรช่วยในการหมุนเวียนของพลังงาน และเลือดในอวัยวะภายใน สูตรเพิ่มพลังงานสำหรับผู้เปื้อ้อาหาร และสูตรช่วยเสริมโปรตีนเพิ่มเม็ดเลือดขาว ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกได้ใช้อาหารปรับปรุงคุณภาพชีวิตของตนเอง



ทางเลือก..ทางรอดชนะมะเร็ง

มีนาคม



ดร.ไมค์ ซุน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญการรักษามะเร็งด้วยแพทย์แผนจีน ชาวไต้หวัน รับเชิญครอบครัวเทียนเขียน ร่วมส่งเสริมความรู้ด้านมะเร็งสู่ประชาชน ในการบรรยายเรื่อง “ทางเลือกทางรอดชนะมะเร็ง”



จัดขึ้นที่ห้องประชุม อาคารเฉลิมพระบารมี ๓. เพชรบุรีดิติตใหม่ กรุงเทพฯ

ชี่กง...เพื่อสมดุลร่างกายนำใจไกลมะเร็ง

พฤษภาคม

ครอบครัวเทียนเขียนร่วมกับชมรมฟีนฟูสุขภาพผู้ป่วยโรคมะเร็ง เปิดอบรมชี่กงแบบอู๋จินซี ซึ่งเป็นชี่กงเลียนแบบท่าสัตว์ได้แก่ กวาง นก



ลิง เสือ หมี ทั้งนี้ชี่กงช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของร่างกาย ปรับสมดุลภายใน ช่วยให้ห่างไกลโรค



ใส่ใจดูแลมะเร็ง..ระบบทางเดินอาหาร

มิถุนายน

ครอบครัวเทียนเขียน จัดกิจกรรมใส่ใจดูแลมะเร็งระบบทางเดินอาหาร บรรยายความรู้โดย แพทย์จีน มาลิน ปิยะชินวรรณ ผู้เชี่ยวชาญการดูแลสุขภาพด้วยแพทย์แผนจีนและแพทย์ทางเลือก นอกจากนี้มีการสาธิตอาหารที่เหมาะสมกับสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็งระบบทางเดินอาหาร พร้อมมอบคู่มือด้วย



ใช้ยาจีนอย่างไรรักษาการรักษามะเร็งให้ได้ผล

กุมภาพันธ์

ที่ห้องประชุมอาคารเฉลิมพระบารมี ๓. เพชรบุรี-ดิติตใหม่ กรุงเทพฯ ครอบครัวเทียนเขียน นำโดยแพทย์จีน มาลิน ปิยะชินวรรณ ผู้เชี่ยวชาญการดูแลสุขภาพด้วยแพทย์แผนจีนและแพทย์ทางเลือก จัดบรรยายเรื่อง “ใช้ยาจีนอย่างไรเสริมการรักษามะเร็งให้ได้ผล” โดยยาจีนสามารถปรับสมดุลของ Yin-Yang ที่เลือด อวัยวะ ลมปราณ และเสริมภูมิคุ้มกัน ซึ่งแพทย์จีนเชื่อว่าภูมิคุ้มกันเป็นสิ่งที่จะต้องให้ความสำคัญมากสำหรับการรักษามะเร็ง (พจ.มาลิน เข้าให้คำปรึกษาฟรีทุกวันพฤหัสบดี ที่ครอบครัวเทียนเขียน)



ทฤษฎี...ปรับสมดุลอวัยวะ

พฤษภาคม

ครอบครัวเทียนเขียนเปิดสอนหลักสูตรทฤษฎีซึ่งเป็นการนำ ทด คลึง บำบัดแบบจีน โดยเชิญ แพทย์จีน เจิน เล้า ถึงจากสมาคมศาสตร์การแพทย์แผนจีนในประเทศไทย มาเป็นวิทยากร เนื้อหาการสอนเน้นการใช้ทฤษฎีเพื่อปรับสมดุลอวัยวะ ตลอดจนการแก้ไขปัญหสุขภาพของผู้ป่วยมะเร็ง



หยุด ! มะเร็งในผู้หญิง...เป็นไปได้

มิถุนายน

ดร.ไมค์ ซุน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญการรักษามะเร็งด้วยแพทย์แผนจีน รับเชิญครอบครัวเทียนเขียนอีกครั้ง เพื่อให้กำลังใจและให้ความรู้แก่ผู้หญิงที่เป็นมะเร็ง ในงาน “หยุดมะเร็งในผู้หญิงเป็นไปได้” นอกจากการบรรยายในงานมีการจัดกิจกรรมความรู้ 10 สุดยอดอาหารสำหรับผู้หญิง อีกด้วย



ผู้สนใจขอสูตรอาหารระหว่างการรักษา, 10 สุดยอดอาหารสำหรับผู้หญิง และข้อมูลอื่นอยู่อย่างใดเมื่อเป็นมะเร็งระบบทางเดินอาหาร ติดต่อรับฟรี Tel.02-264-2217-9

มะเร็ง นรีเวช

มะเร็งนรีเวชเป็นมะเร็งที่เริ่มต้นในอวัยวะสืบพันธุ์สตรี สัญญาณเตือน อาการ และปัจจัยเสี่ยงของมะเร็งทางนรีเวชแต่ละอวัยวะแตกต่างกัน **มะเร็งนรีเวชที่พบบ่อย**เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ มะเร็งปากมดลูกพบเป็นอันดับหนึ่ง ตามมาด้วยมะเร็งรังไข่ มะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก มะเร็งเนื้อมดลูก มะเร็งตัวมดลูก และมะเร็งปากช่องคลอดตามลำดับ ส่วนมะเร็งท่อนำไข่ และมะเร็งช่องคลอดพบได้น้อยมาก

ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อมะเร็งนรีเวช

ผู้หญิงทุกคนมีความเสี่ยงเป็นมะเร็งนรีเวชทั้งสิ้น ซึ่งโดยทั่วไปความเสี่ยงจะเพิ่มขึ้นตามอายุ ในสหรัฐอเมริกาพบว่า แต่ละปีมีผู้ได้รับวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งนรีเวชประมาณ 71,500 คน และมีประมาณ 26,500 คน เสียชีวิตจากมะเร็งกลุ่มนี้

สัญญาณเตือนของโรคมะเร็งทางนรีเวช

อาการและอาการแสดงดังตารางข้างล่างมีความสัมพันธ์กับมะเร็งทางนรีเวช อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยมะเร็งนรีเวชไม่ได้มีอาการเดียวกันทุกคน และบางครั้งอาการนี้ยังยากที่บ่งชี้ได้ เพราะเป็นอาการที่อาจเป็นสาเหตุหรือเกี่ยวข้องกับโรคอื่น ดังนั้น จึงเป็นเหตุผลสำคัญที่ต้องให้ความสนใจใส่ใจต่อร่างกาย และรู้สิ่งที่ผิดปกติไป

อาการแสดง	มะเร็งปากมดลูก	มะเร็งรังไข่	มะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก / มดลูก	มะเร็งช่องคลอด	มะเร็งปากช่องคลอด
ผิดปกติที่ช่องคลอด มีเลือดออก	●	●	●	●	
ปวดบริเวณช่องเชิงกราน		●	●		●
ปวดช่องท้อง หรือปวดหลัง		●			
ท้องบวม		●			
สุขนิสัยการขับถ่ายเปลี่ยนไป		●		●	
คันหรือแสบบริเวณช่องคลอด					●
มีการเปลี่ยนแปลงของสีหรือผิวที่บริเวณปากช่องคลอด อาทิ มีผื่น ฝ้า หรือหูด					●

ควรปรึกษาแพทย์เมื่อ :

- เลือดออกผิดปกติจากช่องคลอด นอกเวลาประจำเดือน หลังจากมีเพศสัมพันธ์ หรือ หลังวัยหมดประจำเดือน
- มีอาการอย่างหนึ่งอย่างใดดังข้างต้นเป็นเวลา 2 สัปดาห์ หรือนานกว่า เป็นเรื้อรังไม่หาย

สัญญาณเตือนมะเร็งที่ผู้หญิงไม่ควรละเลย

นอกจากมะเร็งนรีเวชแล้วผู้หญิงยังมีสถิติมะเร็งหลายชนิดในอัตราที่สูงพอกับผู้ชาย ซึ่งร่างกายอาจส่งสัญญาณเตือน ได้แก่ น้ำหนักลดโดยไม่ทราบสาเหตุ ท้องอืด ท้องโต เต้านมเปลี่ยนแปลง กลืนลำบาก เลือดออกผิดปกติ ปวดท้องและมีอาการซึมเศร้า อาหารไม่ย่อย การเปลี่ยนแปลงในปาก ความปวด ต่อมเหงื่อเปลี่ยนแปลง มีไข้ อ่อนแรง ไอเรื้อรัง

*** อาการข้างต้นอาจไม่ใช่สัญญาณของมะเร็ง แต่วิธีการเดียวที่จะทราบว่าใช่หรือไม่ คือ ต้องไปพบแพทย์ ***





โดย : อีดิท ชือ (Edith Shih)
เกิด 20/04/1952 ประเทศไทย

ฉันเป็นคนร่างกายอ่อนแอ ป่วยง่าย แพ้ง่ายตั้งแต่เกิด ภูมิคุ้มกันร่างกายไม่ดีมาก มักจะเป็นลมหากต้องยืนเข้าแถวตอนเช้าที่โรงเรียน เป็นเวลานาน แต่แม้ว่าสุขภาพฉันแย่งขนาดนี้ ฉันก็ไม่เคยคิดจะแก้ไข พฤติกรรมที่ไม่ดีของตนเอง

เป็นมะเร็งครั้งแรกรักษาด้วยการผ่าตัดเท่านั้น

ฉันไม่รู้รู้สึกเครียดมากตอนเป็นมะเร็งปากมดลูกครั้งแรกเมื่อปี 1998 ช่วงนั้นฉันอาศัยอยู่ที่อเมริกา หมอที่นั่นบอกว่าต้องตัดมดลูกออกทั้งหมด แต่จากคำแนะนำของสูตินรีแพทย์และผู้หญิงหลายคนที่ตัดมดลูกออก ทำให้ฉันรู้ว่าจะมีผลกระทบต่อระบบฮอร์โมนร่างกายก่อให้เกิดความไม่สบายตัวหลายอย่าง ดังนั้นฉันตัดสินใจตัดเฉพาะก้อนมะเร็งออกเท่านั้น

เป็นมะเร็งครั้งที่สองฉันจึงได้เริ่มเปลี่ยนแปลงตัวเอง

หลังผ่าตัดมะเร็งครั้งแรก ฉันคิดว่าร่างกายดีแล้วจึงไม่คิดที่จะดูแลตัวเองเลย ใครจะรู้ว่าฉันจะพบกับฝันร้ายในเวลาอีกไม่นาน เพราะปีถัดมาฉันถูกตรวจพบว่าเป็นมะเร็งเต้านม สายตาของหมอที่มองมาอย่างสงสาร ทำให้ฉันได้ตระหนักว่านี่ฉันเป็นผู้ป่วยมะเร็งจริง ๆ ฉันไม่สามารถละเลยตัวเองได้อีกแล้ว เพื่อไม่เกิดครั้งที่สามและสี่ ฉันจึงตัดสินใจเปลี่ยนแปลงตัวเองเป็นครั้งแรกในชีวิต

หมอที่อเมริกาแนะนำให้ฉันผ่าตัดเต้านมออกหมดหรือตัดเฉพาะก้อน จากนั้นต้องรับเคมีบำบัดและฉายรังสี ฉันเลือกผ่าตัดเฉพาะก้อนและเลือกแค่ฉายรังสี เพราะฉันเห็นผู้ป่วยที่ได้รับเคมีบำบัดล้วนมีความทรมาน ฉันถามหมอว่าทำไมฉันต้องเคมีบำบัด หมอตอบมาสั้น ๆ 2 คำคือ “เพื่อป้องกัน” แต่ฉันไม่ต้องการทรมานเพียงเพื่อการป้องกัน ซึ่งไม่รับรองผลที่แน่นอนอะไรเลย ถ้าฉันจะป้องกันมะเร็งฉันต้องเลือกทางด้วยตัวเอง

ออกกำลังกายสม่ำเสมอช่วยฉายรังสีช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกัน

กิจวัตรประจำวันช่วงฉายรังสีของฉัน คือ ตื่นนอน 7 โมงเช้า ออกไปเดินเล่นแถวบ้าน ฉันไม่ออกกำลังกายหักโหมแต่ฉันทำสม่ำเสมอทุกวัน อาบน้ำอุ่นหลังออกกำลังกายเพื่อช่วยให้เลือดลมไหลเวียนดีสดชื่น และใช้น้ำยาเทียนเทียน ร่างกายฉันแข็งแรงภูมิคุ้มกันดี

“ขอบคุณมะเร็ง 2 ครั้ง ที่ทำให้ ฉันแข็งแรงกว่าเดิม”

ขับรถไปโรงพยาบาลเองตลอดการรักษา 7 สัปดาห์ ในขณะที่ผู้ป่วยบางคนต้องนั่งรถเข็นหรือต้องนอนเตียงตั้งแต่สัปดาห์ที่ 3 ฉันเห็นเจ้าหน้าที่ผู้รักษาเองยังต้องใช้อุปกรณ์เพื่อป้องกันตัวเองจากรังสี ฉันนึกขึ้นว่าแม้แต่คนสุขภาพดียังกลัวขนาดนี้ แล้วผู้ป่วยล่ะ??? ดังนั้นฉันจึงเอาใจใส่ดูแลตัวเองอย่างดีระหว่างรักษา แทนที่จะไปทำหลังรักษาซึ่งอาจจะสายเกินไป

กิจวัตรเพื่อสุขภาพหลังการรักษา

มะเร็งเหมือนโคลนที่อุดตันท่อระบายน้ำ ต้องล้างโคลนออกจากท่อนก่อนแล้วค่อยใช้น้ำสะอาดล้างอีกที จากนั้นรักษาน้ำไว้ท่อก็จะสะอาดตลอดไป ดังนั้น เมื่อการรักษาเสร็จสิ้นฉันยังคงดูแลสุขภาพเพื่อรักษาท่อระบายน้ำของฉันให้สะอาดเสมอ แน่ใจว่าความเคยชินไม่ดีที่สะสมมาหลาย 10 ปี ย่อมต้องใช้เวลา ฉันจึงใช้เวลากว่า 7 ปี เพื่อปรับปรุงตัวเอง ตอนนี้ฉันรับประทานผักหลากหลาย เต้าหู้ ธัญพืช 5 ชนิด และถั่วต่าง ๆ ทุกวัน

ฟังเสียงจากร่างกายเราเอง

ทุกคนมีร่างกายที่แตกต่างกัน และเรารู้จักตัวเองดีที่สุด โปรดฟังเสียงจากร่างกายของเราเอง อย่างเช่นร่างกายของฉันค่อนข้างมีสภาวะเป็นกรด ฉันจึงเริ่มรับประทานเนื้อสัตว์น้อย และระมัดระวังของหวาน สิ่งมหัศจรรย์ที่เราจะพบหลังการเปลี่ยนแปลงตัวเอง คือ ร่างกายเราจะขจัดของเสียโดยธรรมชาติ หลังจากขจัดของเสียร่างกายจะฟื้นฟูแข็งแรงขึ้น และสร้างระบบป้องกันโรคให้เรา จากที่ฉันเคยแพ้อาหารหลายอย่าง และนอนหลับไม่ลึกตื่นง่าย ตอนนี้ฉันรับประทานอาหารได้มาก นอนหลับดี ขับถ่ายคล่อง

ขอบคุณมะเร็งที่ทำให้ฉันแข็งแรงกว่าเดิม

ตอนนี้ฉันเป็นคนแข็งแรง ไม่มีใครมองออกว่าฉันเป็นมะเร็งถึงสองครั้ง ถ้าจะให้วิจารณ์ตัวเองในอดีตที่ผ่านมา ฉันเป็นคนชอบการแข่งขัน โมโหง่าย ชอบความสมบูรณ์แบบ เหล่านี้ได้สร้างความกดดันให้อย่างมาก แต่ตอนนี้ฉันได้เปลี่ยนแปลงตัวเองไปแล้ว

หากกล่าวถึงยาจีนรักษามะเร็ง ตามประสบการณ์ของฉันมันไม่ใช่แค่การรักษาพื้น ๆ ตามอาการ แต่เป็นการรักษาองค์รวม ขอให้ผู้ป่วยดูแลทั้งร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ และใช้ยาจีนผสมผสานการรักษาแผนปัจจุบัน สุดท้ายขอขอบคุณมะเร็ง ที่ทำให้ตอนนี้ฉันสุขภาพดีกว่าเดิม

บัญญัติ 5 ประการ

โดย : ดร.ไมค์ ชุน

“สำหรับผู้ป่วยมะเร็ง”



มะเร็งคือโรคของทุกส่วนในร่างกาย เพื่อบรรลุผลการรักษาที่ดีที่สุด ดร.ไมค์ ชุน แพทย์ผู้เชี่ยวชาญพิเศษ การรักษามะเร็งด้วยแพทย์จีนบูรณาการแพทย์ปัจจุบัน ได้นำบัญญัติ 5 ประการ สำหรับผู้ป่วยมะเร็ง ดังนี้

1. เจริญอาหาร การเจริญอาหาร คือ หิวเมื่อถึงเวลาที่ควรหิว รับประทานได้เพียงพอตามที่ร่างกายต้องการในแต่ละวัน โดยควรรับประทานอาหารจากธรรมชาติตามฤดูกาล ไม่มีสารพิษเจือปน มีสีตามธรรมชาติ หลีกเลี่ยงการปรุงอาหารโดยการทอด ปิ้งย่าง ควรนึ่งหรือต้ม ไม่ควรปรุงรสมากโดยเฉพาะน้ำตาล เพราะน้ำตาลเป็นอาหารที่ดีของเซลล์มะเร็ง

ปัจจุบันอาหารมีการเสริมฮอร์โมน (IGF1) กันมาก เช่น ในฟาร์มปศุสัตว์ เมื่อเรารับอาหารเหล่านี้ก็จะได้รับฮอร์โมนกระตุ้นมาก แม้แต่ผลิตภัณฑ์นมจากสัตว์ ดังนั้น หากอายุมากกว่า 18 ปี ควรเปลี่ยนการดื่มนมสดเป็นการรับประทานโยเกิร์ตธรรมชาติ

นักวิจัยด้านยีนพบว่า สาเหตุที่ทำให้คนเราแก่เร็วเนื่องจากน้ำตาล นอกจากนี้ น้ำตาลยังเร่งการเจริญเติบโตของมะเร็ง ให้เปลี่ยนเป็นรับประทานน้ำตาลฟรุคโตสแทน เช่น น้ำผึ้ง น้ำตาลอ้อย อย่างไรก็ตามต้องรับประทานแต่น้อย ผลไม้ก็เลือกประเภทหวานน้อย รสเปรี้ยว น้ำตาลมากเร่งให้มีไขมันพอกตับได้อีกด้วย

2. ขยับร่างกาย การขยับร่างกายแบ่งเป็น 7 ทาง คือ

1. ศีรษะ ขยับเหวี่ยง
2. ปาก ขยับเสมหะ น้ำลาย อาเจียนสิ่งไม่ดีออก
3. กระเพาะอาหาร ย่อยอาหาร สารพิษ เพื่อขับของเสียผ่านลงไปสู่ลำไส้ใหญ่
4. ลำไส้ ขยับออกมาช่วยย่อย และขับผ่านออกสู่ลำไส้ใหญ่ไปกับอุจจาระ
5. ลำไส้ใหญ่ ขยับอุจจาระ
6. ไต ขยับปัสสาวะ
7. ตา, หู, จมูก ขยับน้ำตา น้ำมูก ขี้หู

การขยับร่างกายอุจจาระที่ดี ควรดื่มน้ำอุ่น 1 แก้ว หลังตื่นนอนเช้า ขยับร่างกายช่วง 05:00น. – 07:00น. อุจจาระที่ขับออกมาเป็นลำ น้ำหนักเบา ลอยน้ำ กลิ่นไม่เหม็นมาก สีจางไม่เข้ม เช็ดก้นแล้วไม่มีเศษอุจจาระเหลือติดกระดาษเช็ด จึงถือว่าขยับร่างกายดี อุจจาระไม่เหนียวติดโถส้วม

กดชักโครกทั้งได้ง่าย ให้เวลาขยับประมาณ 3 นาที หลังขยับร่างกายรู้สึกโล่งเบา ควรขยับอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง แต่หากรับประทานอาหารหลายมื้อ อาจขยับร่างกายมากกว่า 1 ครั้งได้ แต่ต้องเป็นลำไม่เหลว การขยับร่างกายสัมพันธ์กับโรคมะเร็งอย่างมาก เพราะในลำไส้ของเรามีเซลล์ภูมิคุ้มกันมากกว่า 50% การขยับร่างกายไม่ดีแสดงถึงระบบภูมิคุ้มกันที่ไม่แข็งแรง และหากภูมิคุ้มกันไม่แข็งแรง คงเป็นไปได้ที่โรคมะเร็งจะดีขึ้น

การขับปัสสาวะที่ดี การขับปัสสาวะมีความสำคัญมาก คนเราสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ถ้าขาดน้ำ 7-10 วัน แต่หากไม่ปัสสาวะเลยภายใน 3 วัน ปัสสาวะก็จะเป็นพิษต่อร่างกาย ควรปัสสาวะ 6-7 ครั้งต่อวัน แต่เมื่อนอนแล้วไม่ควรลุกขึ้นมาปัสสาวะ จึงไม่ควรดื่มน้ำก่อนนอน ควรดื่มน้ำเรื่อยๆ ตลอดวัน

3. นอนหลับดี

โดยปกติแล้วผู้ป่วยมะเร็งควรนอนหลับช่วง 21:30น.-05:00น. เพราะช่วง 20:00น.-07:00น. ร่างกายจะหลั่งสารเมลาโทนินซึ่งสำคัญมากต่อการกระตุ้นภูมิคุ้มกัน โดยจะหลั่งมากที่สุดในช่วงเวลา 23:00น.-03:00น. ดังนั้นจึงควรหลับสนิทในช่วงนี้ และไม่ควรเปิดไฟนอนเพราะจะรบกวนการหลั่งเมลาโทนิน

หากตื่นมาในช่วงเวลากลางคืนดังข้างล่างนี้ อาจหมายถึงปัญหาสุขภาพ

- มักตื่นช่วง 24:00น. ต้องระวังเป็นนิ่วในถุงน้ำดี
- มักตื่นช่วง 01:00น.-03:00น. ต้องระวังปัญหาเกี่ยวกับตับ
- ช่วง 03:00น.-04:30น. นอนหลับไม่สนิท มีอาการไอ มักมีปัญหาระยะเกี่ยวกับปอด (ผู้ป่วยมะเร็งปอดมักไอช่วงนี้)
- ผู้หญิงที่มักนอนไม่หลับบวกรับมีอาการท้องผูกเป็นประจำเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูก

4. มือ-เท้า อบอุ่น โดยต้องมีความอุ่นตลอดทั้งมือและเท้า ไม่กลัวหนาว

5. ความรู้สึกทางเพศ ในทางแพทย์แผนจีนนั้นสมรรถภาพทางเพศเกี่ยวข้องกับประสิทธิภาพการทำงานของไต ดังนั้น หากร่างกายแข็งแรงได้ดี ควรมีความรู้สึกทางเพศตามธรรมชาติ อาทิ เพศชายมีอวัยวะเพศชูชันในตอนเช้า เพศหญิงหัวนมตั้งชันเมื่อถูกกระตุ้น เป็นต้น

ผู้ป่วยมะเร็งโปรดให้ความใส่ใจกับหลักการข้างต้น หากสุขภาพของเราสามารถบรรลุเป้าหมายเหล่านี้ ย่อมหมายถึงสุขภาพที่สมบูรณ์ และภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง



ต้านมะเร็ง...ด้วยอาหาร

สุดยอดเมนูสำหรับผู้หญิง

ซูปฟักทองส้ม

ส่วนประกอบ :

ฟักทอง	300	กรัม
หอมหัวใหญ่สับละเอียด	1	ถ้วย
เนย	1	ช้อนโต๊ะ
แป้งสาลี	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำสต็อกผักหรือไก่	1-2	ถ้วย
นมสด	1	ถ้วย
น้ำส้มคั้นประมาณ	1	ถ้วย
เกลือ พริกไทย สำหรับปรุงรส		
ผักตกแต่งจาน		

วิธีทำ :

1. หั่นฟักทองเป็นชิ้นเล็กบาง พักไว้
2. ผัดหอมหัวใหญ่กับเนย ใช้ไฟอ่อน จนหอมหัวใหญ่สุกสีเหลือง โรยแป้งสาลีและผัดเร็วๆ ระวังอย่าให้ไหม้
3. เติมน้ำสต็อกลงไปทีละน้อย ผัดให้เข้ากัน ใส่ฟักทองที่หั่นไว้และน้ำสต็อกที่เหลือจนหมด ต้มไฟอ่อนๆ จนฟักทองนิ่ม วางพักไว้สักครู่
4. นำฟักทองที่ได้ไปปั่นจนละเอียด เทกลับใส่หม้อ ปรุงรสด้วยเกลือ พริกไทย รอให้เดือด และใส่นมสด ต้มต่ออีกสักครู่ ยกลงพักให้เย็น ก่อนรับประทานใส่น้ำส้มคั้น ตกแต่งด้วยเนื้อและเปลือกส้ม พาร์สลีย์ ให้สวยงาม



ปลาแซลมอนลอบเลมอน

ส่วนประกอบ :

เนื้อปลาแซลมอน (หนักประมาณ 120-150 กรัม)	2	ชิ้น
มะเขือเทศลูกเปลือกบีบเม็ดออกหั่นสี่เหลี่ยมใหญ่	4-5	ลูก
มันฝรั่งขนาดปานกลาง	2	หัว
กระเทียมบดสับหยาบ	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันมะนาว	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันมะกอก	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำร้อน	1	ถ้วย
เกลือ พริกไทยดำ สำหรับปรุงรส ผักตกแต่งจาน		

วิธีทำ :

1. โรยเกลือพริกไทยบนเนื้อปลาให้ทั่ว ใส่กระเทียม น้ำมันมะกอก น้ำมันมะนาว คลุกให้เข้ากันเบาๆ หมักเนื้อปลาไว้ประมาณ 1-2 ชั่วโมง (ควรแช่เย็นไว้) เมื่อได้เวลานำปลาลงทอด พอเนื้อปลาเริ่มตึงตัวจึงใส่มะเขือเทศ ค่อยๆ เติมน้ำร้อนลงไปพอปริ้ม ใช้ไฟอ่อน ปิดฝาไว้ประมาณ 5-10 นาที
2. มันฝรั่งปอกเปลือกหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม ต้มสุกประมาณ 50 เปอร์เซ็นต์ แล้วลงคลุกในน้ำมันที่แช่ปลาซึ่งเหลืออยู่ให้ทั่ว ใสไฟจนสุกเหลืองออกสีน้ำตาลนิดๆ
3. เปิดฝาทะเยาะน้ำมันฝรั่งลงไปข้างปลา ค่อยๆ กลับข้างปลา ถ้าน้ำมันวอด เติมน้ำร้อนลงไปทีละน้อยปรุงรสด้วยเกลือ พริกไทย ชิมรส ตักขึ้นใส่จานตกแต่งด้วยผักที่เตรียมไว้



เกร็ดความรู้

ปลาแซลมอนอุดมด้วยโอเมก้า 3 ซึ่งเป็นที่รู้กันดีว่ามีคุณสมบัติชะลอการรุกรานของมะเร็ง

ข้อมูลจริงของ...ยาจีนแผนโบราณ..สู่ยาต้านมะเร็งที่ทั่วโลกยอมรับ

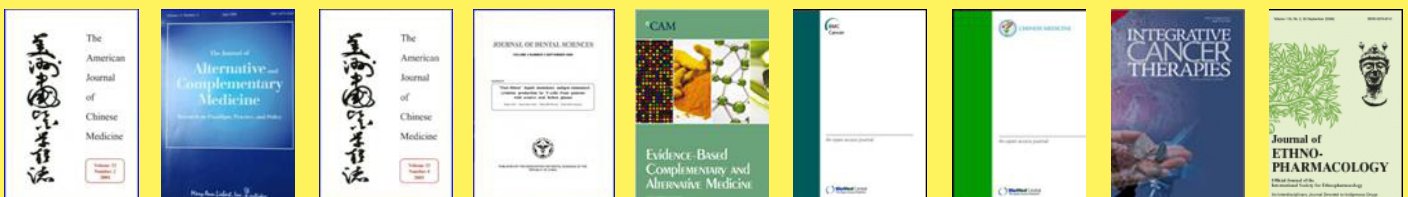
พจนานุกรมยาและสารานุกรมยาเลขที่ C-88275 ของสถาบันมะเร็งแห่งชาติสหรัฐอเมริกา ได้บันทึกประสิทธิภาพทางยาของ THL-P (ยาน้ำเทียนเซียน) ไว้อย่างเป็นทางการ



ในเว็บไซต์อย่างเป็นทางการของสถาบันสุขภาพแห่งชาติสหรัฐอเมริกา ได้ประกาศและรับรองอย่างเป็นทางการ เกี่ยวกับการทดลองยาน้ำเทียนเซียนทางคลินิกในมนุษย์

ในเว็บไซด์ของศูนย์ข้อมูลเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติสหรัฐอเมริกา ได้บันทึกการศึกษาเกี่ยวกับยาน้ำเทียนเซียนไว้หลายรายการ

วารสารทางการแพทย์รวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับ "ยาน้ำเทียนเซียน"



ติดต่อรับข้อมูล ได้ที่ Tel.02-264-2217-9