



大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

為何大腸癌將成為頭號殺手？（下篇）

（本文曾刊載於二零零七年十月八日大公報 B11）

相信大家都認識「家樂」這個牌子。家樂牌全穀食品的創始人 J. H. Kellogg 是一位腸胃科的手術醫生，他在美國密歇根州曾經開設一間有九百張床位的療養醫院，當時歐洲各國的達官貴人都不遠千里到他的療養院治病。家樂醫生處理過四萬多位腸胃病人，他的治療方法以高纖維的食物、適量的運動以及洗腸為主，加上一點點物理治療例如按摩等。Kellogg 醫生發現，四萬位病人經過這樣的治療處理後，只有 20 位病人需要採用手術切腸來治療。

擁護洗腸的醫生

而現代醫療完全沒有從家樂醫生的經驗中學習到東西，治療腸胃疾病一直是以食藥及手術為主要治療手段，不但危險而且費用昂貴。自 1993 年開始，筆者最先將洗腸排毒這個概念及方法引入香港，很快洗腸排毒再從香港流傳去其他亞洲國家和地區，例如中國、日本、台灣、泰國、菲律賓、馬來西亞等等。英國已故的戴安娜王妃就一直有洗腸。當時傳媒有很多報道，也吸引了香港一些名人採用洗腸保健。

簡樸日子的簡單方法

一位 75 歲的大學教授 Ian Jacobson(筆名)寫了一篇文章《簡樸日子的簡單方法》。他回憶在二十、三十年代自己童年時，家裡的小孩身體有什麼不舒服，他的祖母及母親能夠採用一些簡單直接的方法，例如洗腸、飲食調節、斷食、戒口及草藥等，就很順利地處理自己童年的小病。他小時候沒有打過任何防疫針，也沒有什麼抗生素之類的藥物，自己也曾患過百日咳、麻疹等病，但是這些病其實都很快地得到醫治，而且用家庭方法就可以處理了，不需要找醫生。第二次世界大戰以前，許多醫生都還知道和欣賞使用自然潔淨的溫水作為灌腸劑的方法。直至四十年代特效藥及抗生素出現後，西醫界開始偏向用高科技的西藥手術及藥物處理一切問題，還開始貶低傳統家庭常用有效方法。以往在一般的家庭健康用品店及郵購書上都有不同的洗腸用具售賣，現在在這些店裡，這些洗腸用具很少見得到，取而代之的是各種各樣的大腸手術的造口袋。發明食物栓塞食道時急救法(Heimlich Maneuver)的 Dr. Henry Heimlich，他的夫人 Mrs. Jane Heimlich 在著作《What Your Doctor Won't Tell You》中提到，便秘會引起結腸癌和其他癌症等很嚴重的疾病。書中第 163 頁提到在英國的一項調查研究證實，如果女士有便秘或排便不規律的情況，那她們患乳癌的機率遠大於每日排便的女性。她在書中建議用結腸灌洗的形式進行治療

幫助自己的有效治療

便秘的害處很大，我們的祖先直覺上就已經知道要排出身體的毒物，以及已經開始利用洗腸的方法了。我們身體 80% 的淋巴結分布在腸道裡，腸裡有 400 多種細菌，細菌的總數甚至多於人體細胞的總數，可見腸道的健康對整個身體的免疫系統一定有非常大的影響和作用。有些人擔心洗腸會不會將身體裡好的細菌都洗掉了，其實腸道裡有什麼細菌很大程度上取決於人的日常飲食。吃高蛋白質或高碳水化合物食物，腸道裡的菌族都是不一樣的。健康的人腸道裡 80% 是好菌，但現代人很多不良的生活習慣令很多壞菌滋生。很多科學證明，洗腸是不會將好菌壞菌全部洗走的，而且好的菌群會自己不斷生長。

採用：自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.



大康自然健康中心

OPTIMUM HEALTH CENTRE

如果有一種有效、安全、簡單的醫療方式，自己都可以做，不需要醫生的幫助，那麼對一些以手術、製造瀉藥和手術器材的醫生和相關產業來說，可能不是好事。筆者認為，正是因為有這種利益上的衝突，才會有人如此反對。但是很奇怪的是，在有醫療儀器監管條例的國家或地區如新加坡、台灣，洗腸儀器已變為醫生專用的儀器，要洗腸先要醫生開方。一方面說洗腸無用、危險，另一方面卻要以霸權手法納為己用，醜惡的面目完全暴露出來。

正是因為一些有既得利益的人士不斷抨擊這種簡單、天然、安全、有效的自己可以幫自己的治療手段和工具，加上大? 傳媒不斷單方面的錯誤報道，而大家繼續受到這些錯誤的指引，因此成為大腸癌變成頭號殺手的原因之一。

袁大明自然療法醫生
大康自然健康中心
www.naturalhealing.com.hk
optimum@netvigator.com

採用: 自然療法、脊骨神經科、同類療法、針灸、營養療法、按摩、芳香療法、水療、洗腸療法、草藥療法、電腦測試及各類健康用品食物、書籍等。

Practice of: Naturopathy, Chiropractic, Homeopathy, Acupuncture, Nutrition, Massage, Aromatherapy, Hydrotherapy, colonics, Herbalogy, Computerized Therapeutic Testing, Various Health Products, Food, Books, etc.