第一图书网, tushu007.com

<<你就是医生>>

图书基本信息

书名：<<你就是医生>>

13位ISBN编号：9787543039032

10位ISBN编号：7543039036

出版时间：2008-7

出版时间：武汉出版社

作者：张军 著

页数：199

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

前言

“生命所系，性命相托”，作为一名医生我曾经非常骄傲。
当每次遇到病情非常危险的病人来找我时，不仅感到非常可惜，也感到非常无奈。
为什么很多人总是要等到病情拖到无可挽回的时候才来就医呢？
为什么不可以在亚健康的状态就注意自己的身体呢？
原因在于大多数人对健康的无知。
作为医生，我们可以在关键时刻挽救病人的生命，延长病人生存的时间，但更多的时候对病人的康复则显得无能为力。
真正的健康应该取决于病人自己，只有病人自己按照健康的生活方式生活、培养正确的饮食习惯，才可能获得真正的健康！
作为一名西医，我过去掌握的营养知识和营养资讯并不是很多，也没有意识到营养在疾病治疗过程中会发挥如此重要的作用。
刚认识张军老师时，是听他在讲授各种疾病的形成机理、如何用营养进行调理。
最初以为他的职业和我一样是一名医生，哪知道后来才知道他原本并不是学医的。
不禁感叹和佩服：一个非医学专业的人居然可以给我这样的专业医生来深入浅出地讲解医学、生理、人体结构知识。
更重要的是，他讲到很多营养知识和营养理念是我以前几乎没有听到过的。
虽然刚开始我也对营养治疗疾病抱有一定的看法，不过我虽然是传统的西医，但对其他的另类疗法抱着开放的态度。
随着时间的发展，越来越多的事实逐渐让我改变看法，原来营养治疗疾病是如此的有效。
我也尝试建议一些病人朋友通过服用高品质的营养食品来改善他们的身体状况，事实也证明是非常有效的。
《你就是医生》是张军老师最新的著作，是他几年来对营养治疗疾病的感悟和经验所得，也是一本非常值得一读的书籍！
这本书用通俗易懂的语言、大量的故事和病例，为大家阐述了疾病的真相；最重要的是能让读者体会到“上医治未病”的道理，将疾病控制在亚健康状态，而不要等病情发展到无可挽回的地步！
人是自然的产物，自然界提供的食物和环境就一定会影响到人体的细胞发生微妙的化学反应。
而细胞的这些变化和反应就是疾病产生的根源，《你就是医生》为大家详细解释了这一理论。
“病从口入”，人类的许多疾病就是因为吃进去了错误的食物所引起的。
事实上，只要我们吃对食物或补充进人体所需要的正确的食物，许多疾病便可以康复！
我相信大家只要仔细阅读这本书以后，会对疾病和健康有一个全新的认识。
只要大家按照书中的原则进行生活、调理疾病，一定可以将健康掌握在自己的手中！
邱再玲　　2008年5月25日　　(邱再玲：中国保健科学技术学会会员、国际中华名医协会理事、中华临床医学会常务理事、中国特效专业委员会国家级委员、中科联研究员、湖北省妇产科学会委员，华中科技大学同济医学院、武汉大学医学院和成宁医学院副教授，湖北省孝感市中心医院妇产科主任、主任医师，孝感市医学会理事)

内容概要

《你就是医生》作者用通俗易懂的语言，用大量的故事和实例，深入浅出地为大家揭示了疾病的真相。
告诉大家世界上只有1种疾病、2个致病病因、疾病演变经历了5个阶段、通过4个途径影响我们。
为身体提供充足的原材料、减少环境以及内生的毒素，利用身体的自愈能力，是恢复健康最有效的手段。

作者简介

张军，大学期间主修市场经济，多年来从事企业顾问工作，是一名资深企业高级顾问师。
近年来，对疾病的自然疗法产生了浓厚的兴趣，开始潜心研究营养学。
阅读和学习了国外大量的营养书籍，目前致力于利用营养治疗疾病。
从一名企业“医生”成功地转向成为了个人健康顾问，是湖北省最早的注册高级营养师，也是在中国最早公开提出营养治病的先驱。
通过学习英国最佳营养学会创始人帕特里克·霍尔福德博士、美国著名营养学专家阿德勒·戴维斯博士等人的临床经验，目前已经成功地为许多人解决了健康问题。

<<你就是医生>>

书籍目录

第一章　一种疾病第二章　两种病因1．吃错了，就会生病2．毒素积累等于慢性自杀3．基因遗传与先天性疾病第三章　疾病的五个阶段第四章　生病的四个途径1．情感2．睡眠3．运动4．营养第五章　扁鹊和华佗帮不了你第六章　症状是好还是坏第七章　你总是心太急第八章　现代医学治疗疾病的问题1．北京的空降部队2．掩耳盗铃3．割韭菜的故事4．指标好，身体就好第九章　身体的自愈功能第十章　是药三分毒1．药品本身的安全问题2．药品副作用3．天化的故事4．抗生素的问题5．免疫力才足解决问题的根本6．慢性毒药比急性毒药更可怕第十一章　营养治病1．营养为什么能治病2．营养治病的历史3．天然营养食品和化工合成的区别第十二章　癌症1．李老太太的故事2．小王的故事3．癌症的可怕4．什么是癌症5．为什么现代医学对癌症无能为力6．营养如何治疗癌症第十三章　糖尿病1．张主任的故事2．糖尿病的可怕3．糖尿病是如何产生的4．营养如何治疗糖尿病第十四章　高血压1．老黄的故事2．高血压的可怕3．现代医学为什么治不好高血压4．营养如何治疗高血压第十五章　卵巢囊肿／子宫肌瘤／乳腺增生1．小莉的故事2．梅玲的故事3．林老太太的故事4．女性增生类疾病的可怕5．现代医学如何治疗女性增生类疾病6．营养如何治疗女性增牛类疾病第十六章　肝炎，肝硬化1．乐哥的故事2．徐老板的故事3．肝病的可怕4．现代医学如何治疗肝病5．营养如何治疗肝病第十七章　白血病1．孙缇的故事2．白血病的可怕3．现代医学如何治疗白血病4．营养如何治疗白血病后记　感谢的人

章节摘录

许多朋友会说：我从来不去医院，从来不生病，我很健康。
很多人往往简单地认为不生病不去医院便是健康。
事实上，不生病并不意味着是健康！
到底什么是健康，什么又是疾病呢？
我们先来了解一下。
现代医学在症候学的基础上，根据不同的症状把疾病分为几千种，因为不同的疾病有着不同的症状反应。
现代医学强调，每一种疾病都有不同的病症、病因和相应的治疗方案，并根据一系列的症状来命名不同的疾病。
现代医学同时认为：疾病的形成原因是多种多样的，同一种疾病的形成原因也是多种因素导致的，甚至还认为一种疾病是另外一种疾病的原因(比如现代医学认为糖尿病是导致高血压的原因之一)。
将疾病的病因多元化，不利于我们去发现疾病的本质！
例如一种感染性的疾病，却被现代医学分成鼻炎、鼻窦炎、腮腺炎、带状疱疹、脑膜炎、气管炎、支气管炎、肺炎、肠炎、胰腺炎、肾小球肾炎、肾盂肾炎、膀胱炎、尿道炎、阴道炎等不同的疾病，还分急性和慢性的，结果越分越细，越分越多，事情越搞越复杂，疾病越来越难治！
现代医学将疾病搞得这么复杂，结果是很多疾病我们都无法知道确切的病因，于是只好冠之日“原发性疾病”，或干脆称之为“原因未明性疾病”！
如果连致病病因都无法知道的话，又如何去治疗疾病呢？
所以对待各种慢性疾病，现代医学基本上已宣布没有办法了！
只好把症状当做疾病来处理，治疗就是控制各种症状。
事实上，形成疾病的原因没有那么复杂，疾病也没有那么多。
真正的疾病只有一个：细胞出现了故障！
科学研究已经证明，生命本身起源于海洋中的单细胞生命体。
不可否认，人类也是由一个受精的卵细胞分裂、发展而来。
细胞与细胞集合在一起就形成组织，如上皮组织、结缔组织、肌肉组织、神经组织；不同的组织集合在一起就形成器官，如胃、心脏、肾脏；不同的器官集合在一起就形成系统，如消化系统、泌尿系统；不同的系统集合在一起就形成了人体。
所以说，人是由细胞构成的，我们每个人都是由不同形状、大约60—75万亿个细胞构成的。
不同细胞构成了我们身体的各个部分，让我们可以行走、呼吸、说话、思考…… 为了身体各系统的功能能正常运作，细胞与细胞之间靠化学信使，即激素或神经递质进行信息交流。
身体中每一个细胞都有特定的功能，并且需要和其他的细胞通过化学信使进行配合、运作。
当我们身体所有的细胞都以完美状态正常运作时，我们的身体就能呈现出完美的状态。
当我们身体内的细胞出现故障，它就不能够正确地完成它的任务，当这种问题出现在一个较大的范围内，以致我们的身体无法自我修复和调节的时候，疾病就出现了！
细胞出现了问题，就意味着组织出现了问题；组织出现了问题，就意味着器官出现了问题；器官出现了问题，就意味着系统出现了问题；系统出现了问题，就意味着人体出现了问题；人体出现了问题，即意味着生病了！
也就是说，所有的疾病都是源于我们身体的细胞出现了故障！
所以，世界上只有一种疾病，那就是：细胞故障！
我们只要修复受损的细胞就够了！
我们如果能研究清楚不同的细胞需要什么样的原材料和生存环境，将出现问题的细胞修复好了，疾病自然就痊愈了！
记得小的时候曾读过一个童话故事。
传说在一个偏远的山区，山顶上住着一条会喷火的巨龙，所有村民都非常惧怕它，谁也不敢上山去打猎。

终于有一天，一位勇敢的青年决定上山去消灭那条恶龙。
他一个人准备好了工具，便向恶龙盘踞的山顶走去。

编辑推荐

《你就是医生》是作者结合西医微观论的细胞学和中医康复的整体论，加上上千例成功的事实，总结形成的一套关于营养治疗疾病的基础理论，同时用实例的形式为大家提供了几种最常见疾病的解决方案，对广大的营养咨询师和关注健康的人群具有一定的指导意义，也有非常强的实用性。

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