

細胞、組織、器官，使其功能不彰之因。要排出肝膽結石的前驅物之前，則須先整頓胃、腸之通道，使其順暢。

故而應當先清胃腸，而後再淨肝膽，才是明智之舉。而在處理胃腸、肝膽的前提是「首重無傷」，再求有效；若只求有效而傷了身體，則得不償失。因而要找專業人員協助為宜。



迷思 ⑤ 自行用甘油球灌腸、咖啡灌腸、大腸水療幫助排宿便好嗎？

不少人深受便秘、宿便之苦，不僅腸道常鬧情緒，連帶皮膚暗沉、心情沮喪。爲了排除困擾，自行到藥房購買甘油球的情形相當普遍，但甘油球材質較爲粗糙，在塞入肛門時往往會傷及直腸、黏膜組織，出現感染的危險讓人擔憂，而且使用過後，常會有依賴性，降低人體自主便意，張郁涵醫師並不鼓勵使用。

另外，利用水管水柱插入腸內，注入大量的水、草藥汁液或咖啡濃縮液的大腸水療法，一樣可以將腸壁上沾黏的宿便、廢物洗得很乾淨，不過梁文深醫師認爲這是見仁見智的健康養生，認同者覺得這是排除宿便，潔淨腸道的好方法，而且改善了腸道問題，不認同者會覺得具有侵入性，危險性高，所以不建議自行看書後貿然施行。彭文光中醫師則表示，大腸水療的水壓很大，會有腸道破洞危險性，而且使用過程並不簡

易，需要有經驗的專人進行指導，張郁涵醫師則建議不妨使用免治馬桶，既安全，又簡單，每天固定時間坐在馬桶上用沖水刺激肛門，促進肛門括約肌收縮進而達到排便作用。

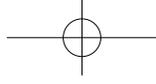
自然醫學對腸道清理的看法；常使用強而有力的益菌酵素，一來運用生理的機能強化腸道的順暢，二來提供腸道益菌的食物。俗云：好人不長命，禍害遺千年。腸道之菌亦同，好菌壽命不長，故而需常補充之；腐敗菌沒有辦法斬草除根，所謂「野火燒不盡，食肉菌又生」。生活上如果不能茹素，或很難多蔬果，少食肉；只好亡羊補牢多用益菌酵素。

腸道的末端是直腸及乙狀結腸，分別約莫十五公分及三十公分；此處是囤積酸性腐敗糞便，最易產生病變之處，若能以一斤以下壓力的水注入，清理這兩段腸道，對消除病變是有效的辦法。這和大腸水療的強力水柱是截然不同的，既舒爽又安全。古云：「若要長生，腹中常清；若要不死，腸中無屎」即此意也。

治療方面

迷思 ⑥ 腹瀉了，趕快吃止瀉藥？

腹痛、腹瀉了，大多數人的下一步動作就是趕緊吃止瀉藥，停止拉肚子，但梁文深醫師表示，一旦吃了不潔食物



出現急性腹瀉，反而是要先將壞物質瀉出來，一、兩次以後，再行服藥比較妥當。具有中、西醫背景的梁醫師認為，依照臨床經驗，中醫治療腹瀉的藥方效果非常顯著。

通常腹瀉狀況會在7~14天之內消除，若是經常性腹瀉，就有可能是大腸癌、缺血性大腸炎、黏膜受傷、寄生蟲等其他問題，必須就醫診治，而不是一再忍耐或置之不理。

迷思 ⑦ 罹患大腸癌後，到底要不要手術？

從西醫角度，得了癌症，開刀切除腫瘤是主要的治療方式，尤其是第一期、第二期的早期大腸癌，會直接切除腫瘤及周邊不良組織，避免復發及擴散。若大腸癌侵犯太深，或為第三、第四期轉移性大腸癌，整體治療必須多元化，開刀之外，還需進行放射、化學療法，不過所牽涉到的病理複雜，因病患症狀而定。近年來鼓吹用自然療法替代手術治療的醫師、教授大有人在，但張郁涵醫師並不鼓勵大家跟進，除非病患很了解治療原理，願意認真執行，否則仍應接受醫院團隊的治療，臨床中，常有不少接受自然療法的病患，拖到末期才回到醫院治療，往往錯失最佳治療黃金時間。大腸癌第一期、第二期治癒力很高，高達九成以上，所以診斷出大腸癌時，務必按照正規方式治療，並與醫師密切討論，及時治療才是醫療之道。

彭文光醫師表示，站在中醫立場，治療大腸癌的方法很多，可以不用手術治療，但治療過程中，是屬於個人療法，

醫者、病者之間必須緊密配合，家屬亦需給予支持，才能逐漸康復。梁文深醫師則是強調觀念的認清，若認同中醫、自然療法者，就要全力以赴，認真貫徹到底，必定會有很好治療效果，尤其是能夠維持個人生活品質。若認同西醫者，一樣要按照步驟進行治療，不能急亂投醫，反而耽誤了治療時間。

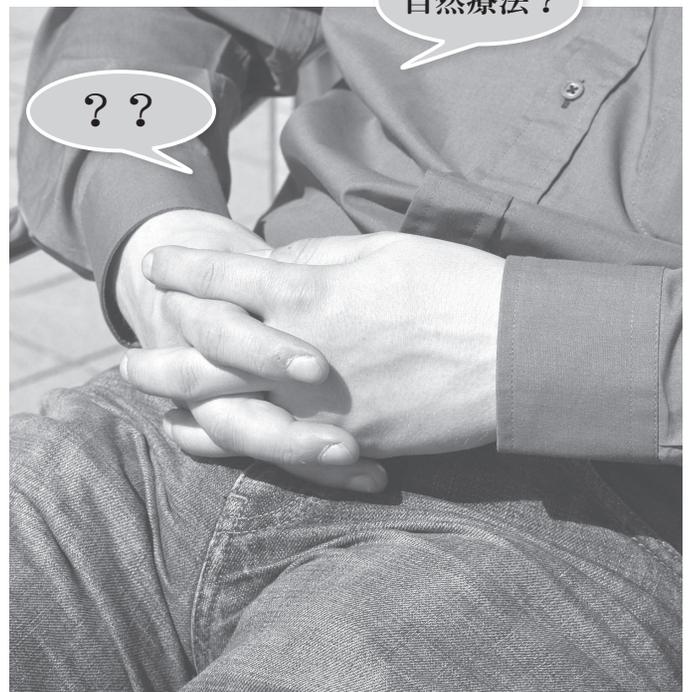
自然醫學的觀點，大腸癌的產生，屬慢性病範圍，既是慢性病，便是長期不良的飲食習慣所造成的，本身應有所警惕，便是即時改變生活習慣；平日喜歡的，少吃或不吃；平時最不喜歡的，多吃或常吃為上。

我們都知道，燥性體質者，喜吃炸

手術治療？

自然療法？

??





物；寒涼體質者，偏向蔬果。這就是生活習慣長期養成的，我們常被偏頗的教育或報導所左右，而忽略了身體自我的平衡。其實這是自己的偏見與喜好所致。

若能用自己的身體直接感應，雖有病變出現，靜下心來回想自己的飲食習慣，請教專業人事即刻改變，其實可以不用開刀；如果不能如是，該開的還是要開刀。

迷思③ 得了大腸癌就會裝人工肛門？

面對大腸癌的治療，病患和家屬最關心的是肛門能否保留住，很害怕從此少了肛門，必須在腹部裝一個人工肛門，甚至擔心活不了多久？百歲的夢參老和尚，二十年前罹患大腸直腸癌，當時因為沒有顯微手術的醫療設備，因此治療的方法是要將癌細胞的腸子切除，再將正常腸子接連起來，並切除肛門，在腹部裝人工肛門。當時開刀的醫師是他的弟子，跟老和尚說只有五年的餘命，結果二十年過了，夢參老和尚每天灌入1500cc清水，用棉花、紗布進行糞便清理，到現在還活得很健康。

以往距離肛門口七公分以內的腫瘤，就會進行肛門切除手術及做永久性人工肛門，如今醫學有了長足進步，治療大腸癌的工具及治療方式很新穎，保留肛門的機會大幅提高，只有少部分的人才需要終生裝人工肛門，大部分的病患均不必。張郁涵醫師建議，得到大腸癌之後，不要先擔心會不會裝人工肛門，而是要及時治療，提高存活率。



迷思④ 糞便潛血篩檢可以預防大腸癌？

每兩年，50~74歲民衆都會接到由衛生機構寄達的免費糞便潛血篩檢通知單。有人會問，這個檢查方法很簡單，只需將糞便放進篩檢盒裡面，再經過化驗，就真的可以了解有沒有罹癌，準確度可達90%，確實如此嗎？

臨床統計，百分之九十的大腸直腸癌病患，年齡大於五十歲，所以五十歲以上的民衆接受大腸癌檢查，可以早期發現癌前病變，並及早治療，治癒力非常高，而且第一期的大腸癌五年存活率高達八成以上，維持正常生活。為了自身的健康，每兩年的免費糞便潛血篩檢一定要做，這是及早發現大腸癌的最簡便方式。梁文深醫師認為，更應該從「六通」的預防角度防範，不應等到有了癌症之後，再用篩檢方式處理。

自然醫學的看法，等到病變再處理，五年存活率高有八成左右。若提早二年改變飲食習慣；多素少葷，放鬆心情，