

<<好想多活50年>>

图书基本信息

书名：<<好想多活50年>>

13位ISBN编号：9787122024947

10位ISBN编号：7122024946

出版时间：2008-8

出版时间：化学工业出版社

作者：原晓娟,项立刚

页数：144

字数：164000

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>

<<好想多活50年>>

前言

空前的，这是衣袋善于做规划的女性。

她们计划从校园到职场的道路，考虑如何展示才华又搞好上、下级的关系；她们盘算着年底之前该存下多少钱，婚礼安排在哪一天；她们提前安排好自己的假期，还有孩子出生时喝什么牌子的奶粉……却很少有人会在密不透风的日程为自己的健康须留时间。

生命，那不是理所当然的嘛！

当生命与健康成为一种变数，我们原先的计划被打乱了。

但是，与此同时，那些被忽略的亲情，那些并不自知的勇气，还有心底最强烈的愿望，也在被威胁的时间里点燃，迸发出前所未有的耀眼光辉！

娟子舍不得走，她有太多值得留恋的：丈夫、爱子、文学，还有美食。

我会永远记得她的爽朗的笑声。

值得安慰的是，她走得那么富足，这并不是每个人都有的福气。

在纪念她的时候，我也想对所有忙碌着的职业女性说一句：悠着点，把健康列入你的计划。

杨澜 2008.2.19

## <<好想多活50年>>

### 内容概要

年仅34岁的美食家原晓娟被查出晚期胃癌，9个月后，她就离开了人世。这是娟子在生命的最后一程写下的文字，真实地记录了她从查出病情到生命的最后时刻的心路历程，既是对自己患病原因的反思，也是对健康人群的警示。

现代都市人处于工作和生活的重压之下，不健康的生活方式在不知不觉中逐渐积累疾病的因素，娟子以自己的亲身经历和切身体会呼唤广大都市人（尤其是白领女性）珍惜生命、珍爱健康。

在治疗过程中，美食家娟子也没有忘记尝试健康食疗，书中收录了她的健康食谱，不仅色香味俱全，还是增强免疫力、抵御疾病的上好佳肴。

<<好想多活50年>>

作者简介

知名美食家，生于1972年，34岁查出晚期胃癌，做胃全切手术，35岁去世，毕业于中国人民大学中文系，参与创办《婚礼》杂志；参与创办《信息与家庭&#8226;美食》，任主编；《时尚先生》编辑主任；参与创办时尚集团第15种杂志《美食与美酒》，任编辑部主任，2007年4月18日去世

## &lt;&lt;好想多活50年&gt;&gt;

## 书籍目录

第一篇 怀念娟子 贫穷和富有只是一场病的距离 怀念伊人写给娟子的信 风中摇曳的鼠尾草  
 第二篇 病床日记 我要去和上帝握手 请上帝给我更多时间 病床日记开始写我的病床日记 我  
 住院那天北京地震了 回家真好 不敢说坚强 无胃者将继续行走于美食江湖 有多少保险可以重来  
 放下生命中的一切忧伤 自己种下的病因 生病的好处 二进宫 我的化疗：话聊 幸运三分之一——  
 冥冥之中的转折 开启音乐另一扇窗 走院 阳光灿烂的秋天——我该上台了 无畏（胃）的新生 开  
 始我的慢餐生活 在逆境中心存喜乐 再“话”疗 试试五行汤 静心于喧嚣之中 爱与感谢 我们病  
 了，谁来照顾？  
 当癌症敲响年轻的鼓 超越时间的一泡老茶 我的美食句号 等待生命酿出一杯精彩的葡  
 萄酒 术后第一次复查 生命中的禁区 美丽的苦水 紫色的忧伤 肿瘤呼叫转移 奢  
 侈、宁静和享乐 坚持 梦断 娟子只是一个天性的人 对娟子病情的一点说明 鲜花音  
 乐美酒：送娟子第三篇 健康食谱 大家一起蔬菜果汁吧 健康食谱鼠尾草健康蔬果吧 粗糙十  
 谷米，精致一碗粥 海参版疙瘩汤 新年的素锅贴 笋干与黄豆相遇 青葱笋丝 无花果排骨汤 大年  
 三十的彩椒扇贝第四篇 关爱生命 关爱生命健康是人生第一要义

## 章节摘录

无畏（胃）的新生 今天出院了，我越来越发现自己是个典型的选择记忆美好的人，术后10天的种种痛苦似乎伤疤还没好就忘记了，只记得一天比一天好起来。

12号要做手术，我11号入院，“半边天”做我的专访还差病房的镜头没有录，11号的下午变得非常忙碌，术前的准备都被“半边天”拍下来了，全是我被扎针的镜头。

后来麻醉师来看我让我签字，麻醉师张宏是个很风趣的医生，看我那么仔细看，对我说：“放心吧，我会给你加个止疼泵的，一般人都怕疼不怕死。

”我一听就乐了，一边签字一边对他说：“我不仅怕死也怕疼。

”术前的晚上我睡得很好，对于那些我必须去做的事情我通常不再多想。

12号早晨7：30手术室的护士就来病房接我，老公和弟弟一起推着我去手术室。

进手术室之前我没有给他们留下一个不舍的眼神，因为我知道我睡一大觉醒来会马上看到他们。

手术室还真冰冷，我的麻醉还是让张宏大费了不少力气，也疼得我直喊，好不容易弄好了，我听到张大夫说很久没有碰到这么难扎的了，似乎是我的脊椎之间比较难进针。

正在我疑惑自己怎么还挺清醒的时候，大李大夫也到手术室了，他问我：“我们的手术室怎么样？条件不错吧？”

”其实我除了产科这是第一次进手术室，除了那几个巨大的无影灯我什么也没看见，很快我就什么都不知道了。

我自己记得醒来后看到老公在我身边，我问他的第一句话是：“我还有胃吗？”

”他告诉我做了全切。

这时候我看到了菲菲花，当时就是她介绍季加孚教授给我的，手术前一天下午她来看我，说我手术之后可能会迷糊，肯定认不出来她，我跟她约定要是我认得她就冲她眨三下眼睛。

跟老公说完话我就看到她了，我冲她眨了三下眼睛，又笑了笑，我记得我们的手握在一起。

当天晚上季大夫来看我，他说：“你现在是无胃英雄了。

”其实我一直不喜欢别人觉得我勇敢，也不喜欢媒体报道我的时候把我当什么英雄，我不是，也不想是。

我只是一个普通的女人，只是我做了一份自己热爱的工作，又把这份工作的精彩展现给了大家，就像是得了癌症，和我一样的太多病人比我坚强、乐观，只是我用文字、图片和一如既往的对生活的热爱把我治疗的过程记录下来。

其实每天都是熬过来的，最难熬的是不能入眠的长夜，痛苦也被放大得清晰无比，不知道何时能够天亮。

白天就好过多了，术后第二天我就开始下地走了，刚开始很虚弱，每天还要输很多液，最大的白色营养液像牛奶一样。

我第一次在走廊走的时候也是这样，护工在左边扶着我的手，弟弟在右边举着输液杆，那个白色的“牛奶袋子”像是面蒲扇，加上我的脚步缓慢，突然找到了点武则天出驾的感觉。

后来几天我也慢慢了解到了一些自己手术的情况，季加孚教授给我做了5个小时的手术，胃全切之后用肠子为我再造了一个新胃腔。

因为我对化疗药物“乐沙定”非常敏感，给手术中清扫淋巴结带来了很大麻烦，我的淋巴结转移比较多，但是化疗之后都没有活性物质了，淋巴结变得像石头一样硬，把这些“石头”切下来让季大夫花了不少时间。

之后季大夫又为我做了热灌注，就是手术完成之后的加热化疗药物做的化疗，为了对付那些眼睛看不到可能存在的癌细胞。

<<好想多活50年>>

编辑推荐

好想多活50年--风中摇曳的鼠尾草(娟子的健康告白) 给职业女性敲响健康警钟, 送给至爱亲朋的健康启示录。

娟子的故事很伤感, 但是并不消极, 在速度越来越快的今天, 在物质越来越诱惑的今天, 娟子令我们不再迷失, 停一停, 调整生活的步伐, 辨别人生的方向, 或许就是娟子希望看到的。

娟子舍不得走, 她有太多值得留恋的: 丈夫、爱子、文学, 还有美食。

我会永远记得她的爽朗的笑声。

在纪念她的时候, 我也想对所有忙碌着的职业女性说一句: 悠着点, 把健康列入你的计划。

——杨澜(阳光媒体集团主席、阳光文化基金会主席) 知道你临走前信奉了主, 相信你现在已经站在了天堂的门口。

——柯蓝(著名电视节目主持人) 贫穷与富有只是一场病的距离。

——张哲颖(中央电视台4频道《中华医药》栏目记者) 娟子的离去警示我们, 生命不能透支, 健康不能透支, 我们的生命只有一次, 好好地珍惜吧!

——季加孚(北京大学临床肿瘤学院、北京肿瘤医院外科教授) 娟子的新浪博客“花花世界”点击量已经接近618万次。

她在生病期间写下的“病床日记”, 让许许多多曾跟她一样玩命工作而忽视健康的人开始反省自己的生活方式, 懂得珍惜生命。

我想, 正因为这样, 在她去世一年之后, 还有成千上万的网友一直持续关注她的博客。

——陈彤(新浪网总编辑) 原晓娟的新浪个人博客“花花世界”点击最近6180000次, 获德国之声全球博客大赛“中文最佳博客”, 提名“国际最佳博客” 获新浪网第一届博客大赛“最佳私人日志一等奖” 荣登《南方都市报》2006年网络年鉴NO.1, 题为: “花花世界”感动世界。

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>