

<<美丽·活着(上下)>>

图书基本信息

书名：<<美丽·活着(上下)>>

13位ISBN编号：9787508420257

10位ISBN编号：750842025X

出版时间：2004-1

出版时间：中国水利水电出版社

作者：贝丝·墨菲

页数：414

字数：200000

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>

## <<美丽·活着(上下)>>

### 内容概要

畅销书作家贝丝·墨菲历经两年，采访万余人雕琢而成，哈佛大学医学权威鼎力推荐，美国NBC金牌栏目“今日秀”节目主持人安·柯里欣然作序。

这是一本必读的书。

墨菲将科学的知识与患者个人的经历很好地结合在一起。当讨论的话题存在争论时，作者将各方面不同的意见都呈现在读者面前。书中的信息，无论是对病人自己，还是对家人和朋友，都是非常宝贵的。

爱情、亲情以及生命的重大考验，年轻女性如何面对？  
她们永不放弃追求美丽和幸福生活的权利！  
为了爱，因为爱，她们无比勇敢。  
她们的故事，感动了成千上万的人。  
在含泪的微笑里，相信你也能受到鼓舞，感受到生命的珍贵和爱的力量！

背景资料：乳腺癌对女性的生命健康构成严重威胁

据WHO统计，从1990年至2002年，在世界范围内，乳腺癌的发病率和死亡率均增长了22%。

中国原本系乳腺癌的低发国，但近年来其发生率迅速上升。

在上海乳腺癌青年女性恶性肿瘤为第一位，北京、天津等地已占第二位。

在中国乳腺癌的发病有两大特点。

一是发病年龄较西方国家提前10—15年，30岁就开始发病；二是中晚期病例较多，占35%以上，美国中晚期病例仅为15%。

在北京地区乳腺癌发病率最高的年龄组是45—54岁，几乎为千分之一。

可见乳腺癌对广大妇女的健康与生命构成严重威胁。

对乳腺癌的预防和治疗就是全社会的迫不及待的使命。

因此，联合国卫生组织把每年10月定为“世界乳腺癌关注月”。

资料提供：游凯涛 著名乳腺病专家

首都医科大学附属北京朝阳医院 主任医师 教授  
北京市朝阳区乳腺病防治中心首席专家

<<美丽·活着（上下）>>

作者简介

贝丝·墨菲，作家、大学教授、纪录片制片人。

作为“原则影视公司”的创始人，墨菲用了两年的时间写作本书，并制作同名的电视纪录片。

墨菲的获奖纪录片大多在美国国家广播公司播出，主要关注人生的希望和社会的正义，也涉及国内国际的重要话题。

墨菲是萨福克大学

## 书籍目录

第一章 年轻的乳腺癌患者值得为之奋斗的生命我知道我应该做什么。

我正在经历疾病的痛苦，我会帮助别人去克服种种困难，希望最终做到没有人再得这种病。

因为一旦得了乳腺癌，它将会永远地改变你的一生。

第二章 “我甚至不知道该问些什么问题” 成功的医疗过程：从最初发现病症到最终确诊对于乳腺癌来说不存在惟一标准的治疗方法—每个病人都会有不同的需要，尤其是40岁以下的女性。

要舍得花时间去掌握新的信息，然后冷静地审时度势，做出决定。

第三章 “没人告诉过我会是这样” 仔细斟酌，做出选择：从手术到治疗如果你感到害怕，焦虑万分，对将来失去希望，不想再重新投入生活，你就应当向专业的心理顾问求救，消去成为你生活桎梏的“癌症的阴云”。

第四章 “我还可以跑马拉松吗？”

健身，健康饮食，照顾好自己的身体我认为马拉松真正的作用是把我从自我怜悯、怨天尤人的情绪中解脱出来。

我跑马拉松是为了证明我没有被癌症击倒，最终赢的一方是我。

我的神经不正常吗？

但是我最终跑完了全程，创下了一个个人记录—5小时25分钟。

第五章 “这能给我以力量” 替代疗法、补充性疗法和综合性疗法一旦人们能够与自己的精神连通，他们就会摆脱逆境的影响，感情上和精神上都能积极地进取。

与他人的关系得到修复，家庭重新得到和睦。

精神发挥着巨大的治疗作用—并不一定让人完全摆脱疾病，但却对你和你周围的人产生方方面面的影响。

第六章 “我在他们眼中看到了痛苦” 向家庭、朋友、社会寻求帮助和支持疾病教会了我们关注现在

。

人们常常花很多时间构想未来，这本无可厚非，但是我们往往因为担心将来的生活而不能很好地珍惜现在。

而癌症却教会了我们珍惜现在的生活。

现在才是最最实在的。

第七章 “我刚开始喜欢我的身体” 如何看待形体、约会、性与亲密接触要在经历了癌症的创伤后重新接受自己的身体是极具挑战性的，而那些年轻幸存者的故事已经告诉我们，为重新定位身体和性做出的努力是值得的。

第八章 “我该再要一个乳房吗？”

乳房再造的利与弊根据我的经验，一旦你做了再造，你就会有种很棒的健康感。

我们首先建起一个乳峰，随后加上乳头，最后给乳头上色。

随着这个过程的深入，病人会产生惊人的变化。

突然之间，她们会带着开怀的笑容走进来。

第九章 “这是我的神奇宝宝” 如何面对生育、怀孕与哺乳有证据显示，亲自喂奶会降低患癌症的风险。

一篇刊登在《新英格兰医学杂志》上的研究文章指出，有过喂奶经历，时间大约一年半的停经前后的妇女患癌症的风险会降低30%。

第十章 “我要在儿子的婚礼上跳舞” 当你家中有了孩子我母亲向我承诺，当我开始接受自己的病时，我会相信自己能在儿子的婚礼上跳舞。

“你和我会在杰森的婚礼上跳最傻的舞，”她说，“即使我们俩都得拄着拐杖跳。

”第十一章 “我想被认真对待” 如何处理工作中的问题你也许能鼓足勇气去追求原来可望而不可及的梦想。

你可能看清了选择工作不能仅仅了为金钱、安稳或名气。

癌症激励你去选择更真实、更有挑战性、更有价值的工作。

第十二章 “我只想考虑现在……” 癌症复发或转移怎么办就算医生说他知道你得了什么病，也不要被吓倒，不要说：“这辈子完了。”

”要说：“我要憧憬未来，我要把这看成是人生一次机遇。

”这就是我努力的方向。

我看到了这样做的好处，我觉得这是我的人生目标之一。

第十三章 “我正在寻求一种斗争的方式” 你要变得积极活跃我们本来不会患上那么晚期的疾病，或许我们本不会失去我们的乳房，但事实上我们失去了，因为我们没有得到我们需要的知识。

<<美丽·活着(上下)>>

媒体关注与评论

书评爱情、亲情以及生命的重大考验，年轻女性如何面对？她们永不放弃追求美丽而幸福生活的权利！为了爱，因为爱，她们无比勇敢。

她们的故事，感动了成千上万的人。

在含泪的微笑里，相信你也能受到鼓舞，感受到生命的珍贵和爱的力量！

亲爱的，你依然美丽 ——评《美丽·活着》 言清 女人生来就是爱美的。

但如果一位女性被告知自己身患乳腺癌，那么，这种打击是双重的——生命和美丽很可能同时被剥夺！

北京电视台编导叶丹阳就因患乳腺癌而经历了生与死的挑战。

而她，坚强地捍卫自己美丽生活的权利，并通过建立网站、写书（《乳房的故事》）和拍记录片，来呼吁女人们珍爱自己美丽的乳房，让健康的女人远离乳癌，帮助乳癌患者走出疾病的阴影。

她的行动已经引起社会的广泛的关注。

前一段时间毕淑敏的长篇小说《拯救乳房》也引起不小的反响。

人们开始正视和重视乳房的问题，关心乳腺癌的相关知识。

《美丽·活着》讲述的也是“乳房的故事”。

本书的主角是一群年轻的乳腺癌患者。

她们与命运抗争的真实故事不但会令与她们同病相怜的女性朋友受到鼓舞，也能激励那些身处逆境和遭遇巨大困难的人们。

每位读者都能感受到她们的勇气。

作为纪录片制片人，作者贝丝·墨菲一直以替社会中的弱势群体说话为己任。

这一次，她的镜头捕捉到的是美国国内一个被忽视的人群——年轻的乳腺癌患者。

她拍摄了大型电视纪录片《美丽·活着》，并花了两年时间，采访万余人，终于写成本书。

作者希望自己的努力能使女性朋友更重视乳房健康问题，懂得相关知识，以防患于未然，也希望身患乳腺癌的女性和她的家人、朋友不会感到孤单，能获得最新、最权威的知识，得到从诊疗到日常生活的建议，并从书中记录的真实故事中获得力量和勇气。

本书对于医护人员也是很好的参考。

它有助于他们了解新的知识，更重要的是，它让医护人员更能了解患者的心理，而这非常有利于提高治疗效果。

这本书的独特之处还在于，它为年轻女性面临的特殊问题给出了以前难以获取的详尽信息。

年轻女性需要解决妊娠和生育、治疗对性的影响、提早停经及其产生的影响等问题。

她们很可能受到遗传的影响，而且会把乳腺癌的基因传给下一代。

她们会遇到各种不同的癌症，而且其危害性比老年人面对的要大。

由于年纪还轻，她们可能在事业上还很脆弱。

她们的孩子也都还小，需要很多关心和照顾，而她们由于治疗造成的精神和身体上的影响，无法完全满足孩子的需要。

她们还要面对烦心的身体形象的问题，担心自己的寿命，因为周围都是健康、精力十足的同龄人。

同时，她们还要顾及到与亲人、朋友的关系。

这一切，对于年轻的女性患者而言，是相当沉重的，而她们甚至不知道应该到哪里去寻求帮助。

关于年轻女性乳腺癌的研究和对于解决她们面临的特殊问题的帮助实在是太少了！

本书填补了这一空白，它提供的内容是独一无二的。

对于普通读者而言，这也是一本震撼心灵、感人至深的好书。

书中的人物乐观、坚强，她们比过去更珍惜生活和生命，她们更善于把握生活中的美，懂得用心体会平凡中的幸福。

她们，依然美丽。

读者能从一位位女性与命运抗争的真实故事中，找到勇气和力量，进而重新思考生活和生命的价值。

。

<<美丽·活着(上下)>>

本书是发人深省的，也是鼓舞人心的。

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>