

<<非常識醫學書>>

图书基本信息

书名：<<非常識醫學書>>

13位ISBN编号：9789866363337

10位ISBN编号：9866363333

出版时间：世茂出版有限公司

作者：安保徹，石原結實，福田稔 著

页数：304

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>

<<非常識醫學書>>

前言

推薦序1：不用接觸醫療，過健康長壽的生活 / 王康裕（本文作者為台北醫學院首屆資深藥師、吉胃福適及無毒的家創辦人） 本書談的是「放棄傳統的醫學常識就不會生病，即使有病也會痊癒」，乍聽之下有點詭異。

但是如果仔細研讀，就會發現對照於目前慢性病蔓延、醫院的病床爆滿、醫療費用幾乎拖垮政府預算的現象，實在有其邏輯。

本人自24歲從北醫藥學系畢業後，接觸並投入西藥及醫療這個行業多年，在58歲時創立「無毒的家」，才正式有機會接觸到所謂的「整合醫療」，也就是類似本書非常耐人尋味的書名《非常識醫學書》。

十年來，不斷地進修、教學、體驗及分享，讓我在人生的後段，接近70歲時，真正感受到「非常識醫學」所帶來的不吃藥的健康生活。

本書在日本出版時，造成很大的轟動！

安保、石原及福田這三位名醫共同執筆這本傑作，有人比喻就像世界知名的三大男高音共同登台演唱的魅力。

這三位極具知名度及公信力的大師各具專長及經驗，擁有豐富的正統醫療及自然療法的臨床經驗，以及不偏不倚的免疫觀念，並且貼近自然法則。

三個人都忙於看診及演講，但是同時也很懂得放鬆及舒壓。

石原會找機會舉重及晚餐時小酌一番；安保酒酣耳熱之際會快樂地唱「味噌湯之歌」；福田的「仙骨按摩」，讓他一覺到天亮。

世茂出版有限公司邀請本人審校書籍時，我存著感動及感謝的心情欣然接受，逐字地拜讀並藉機體會及執行，效果非常顯著！

特別是泡露天溫泉仰天做腹式深呼吸時，最有感覺到副交感神經所帶來的幸福感。

本書將三位大師在醫療及養生領域的專業經驗，歸類濃縮具有「1+1+1>3」的相乘效果。書中列舉一些流行的疑難雜症，做圖文並茂、淺顯易讀的分析及建議。

另外，三位大師皆有一篇專文探討「如果自己不幸得到癌症時的應付對策」，最值得一讀！

最後，再次感謝世茂出版有限公司，在此聞癌色變的時代，能適時地推出這本每個家庭必備的養生參考書。

願大家都能過著不用接觸醫療的健康長壽生活！

<<非常識醫學書>>

內容概要

你可以不生病！

每個人都擁有身體的自癒力！

生病是因自律神經的紊亂、血液循環不良與免疫力低落所引起，如果你能開始捨棄你的醫學常識，意識到自身擁有治療疾病的能力，就可以預防與治療好你的疾病，從此刻起健康一生！

有史以來第一次日本三位健康書籍暢銷書醫師共同合著的著作 疾病預防家庭實用書，把家醫科醫師帶回家 打破非常識了解自身擁有治療疾病能力的入門書 針對西洋醫學所產生的各種問題，提出改善方式 可根據此書搭配組合，量身打造自我健康書 三大名醫告訴你如果自己罹癌的話他們會怎麼做！

三大名醫「非常識治療醫學理論」 安保徹醫師 - - 透過研究得到各式各樣的臨床報告，發現疾病是交感神經與副交感神經失衡所引起的「自律神經免疫理論法則」。

石原結實醫師 - - 運用中醫和自然療法，探求出疾病的成因是水毒、虛寒和燥熱，提倡「紅蘿蔔蘋果汁」的斷食療法。

福田稔醫師 - - 藉由「自律神經免疫療法」來改善血和氣的流動，並結合在居家就能做的手指按摩療法。

經由這三位醫師的個別理論與方法，大多數人都可以維持健康；並在重獲健康的病患身上，獲得相當大的好評!!暫時去除病痛的對症療法有時候也很重要。

但是，對病患說明引起疾病的原因，讓醫師和病患共同實行改善的方式，這才是所謂的治療醫學。

不生病的醫學非常識 非常識1 認真地服用藥物會生病 非常識2 不使用藥物治療疾病會痊癒 非常識3 能從身體排出東西是健康的基礎 非常識4 壓力過大和體溫偏低會生病 非常識5 水分攝取過多的會引發水毒症 非常識6 做白血球分類計數檢查很重要 非常識7 具有生命的食物正是天然的藥物 非常識8 紅蘿蔔蘋果汁是魔法藥水 非常識9 治療疾病會反射出不同的疼痛程度 非常識10 比起延長平均壽命更應該要延長健康壽命 非常識11 多喝生薑紅茶不生病 非常識12 認識頭寒腳熱的真正意義 聯手打破你的醫學迷思 * 只要擁有醫學非常識，可以消除和治癒疾病 * 明白疾病的成因，是改善健康的第一步 * 「症狀」是身體提出改善的自我要求訊號 * 要吃有生命的飲食，才能從食物中獲得健康 * 一運動到肌肉，血氣就會跟著動起來 * 從溫熱內部開始，你的身體跟著改善起來 * 只要用對生活方式就能改變整個人生 * 在不同的季節、天氣，甚至在一天當中都會有不同的自律神經節律 * 疾病的本質是血液污濁，癌症是血液的淨化裝置，發燒和轉移是對癌症反擊的開始 * 異位性皮膚炎是從皮膚排出來的老舊廢物和多餘的水分，必須改變孩童的生活形態才能治癒 * 治療疾病的過程中，復發是必然的附帶現象 * 對付高血壓，要減少的是水分 * 聰明的停藥可以改善健康 * 體溫偏低是憂鬱症的主因，身體發冷的話心也容易變冷 * 使用消炎鎮痛劑會導致疾病變得難以治癒 * 不是要「治療」疾病，而是要「恢復原本狀態」 幫助你從生活中對疾病產生免疫 生病是自律神經失調，根本原因在於壓力。

生病是因血液不乾淨和體溫變低，只要斷食和體溫上升的簡單運動。

生病是因為氣與血不通，只要用給予刺激的自律神經免疫療法。

三位致力於治癒疾病的知名醫師，集結他們的觀點與治療法，針對醫療的各種問題，包括過度依賴藥物、對症治療方式的疑問、診斷疾病的方法、飲食生活和運動的重要性等等，運用他們廣泛的觀點，為診斷疾病、維持與增進健康方面，提出改善的方式。

冀望能對因疾病而苦惱的病患及家屬有所幫助。

三位年齡、體質和性格迥異的醫師，根據各自過去的經驗，並針對疾病的考量方式與治療方法所研發出來的體系。

經由這三位醫師的個別理論與方法，大多數人都可以維持健康，拜讀過這三位醫師的書籍而重返健康的病患身上，獲得相當大的好評。

針對西醫所產生的各種問題，包括過度依賴藥物、對症治療方式的疑問、診斷疾病的方法、飲食生活和運動的重要性等等，運用他們廣泛的觀點，為診斷疾病、維持與增進健康方面，提出改善的方式。

<<非常識醫學書>>

作者簡介

安保徹 (世界知名免疫學者) 醫學博士, 1947年出生於日本青森縣, 畢業於日本東北大學醫學院。

日本新瀉大學大學院醫齒學總合研究科, 免疫學、醫動物學領域的教授。

1980年在美國阿拉巴馬大學留學期間, 完成「對抗人體NK細胞抗原CD57的單株抗體」的研究, 並命名為「Leu-7」。

1989年發現「胸腺外分化T細胞」。

1996年闡明「自律神經控制白血球結構」等許許多多的發現震驚全世界。

是世界知名的免疫學者。

著有《喚醒身體免疫力 - 不吃藥讓你更健康》(世茂出版)等。

石原結實 (被公認是最容易讓人理解的醫學解說家) 醫學博士, 1948年出生於日本長崎縣。日本長崎大學醫學部畢業、修完日本長崎大學大學院博士課程。

曾在以長壽著稱的高加索地區(喬治亞共和國)專攻血液內科, 以及在瑞士研究最新的自然療法。

現為石原診所院長, 同時主持在日本伊豆地區以健康增進與改善為目的的「斷食道場」。

在這裡有三萬人以上有「紅蘿蔔蘋果汁斷食」的體驗者, 也有許多知名人士參加。

在電視節目、廣播媒體等等的健康節目中, 被公認是最容易讓人理解的醫學解說家。

著有《淨化血液不生病 - 34種食物讓你血液清澈》、《體溫太低, 當然會生病!

》、《37 讓你生病》、《剷除萬病的元凶 淨化血液健康法》、《胡蘿蔔·蘋果汁健康法》(以上世茂出版)等。

福田稔 (自律神經免疫治療權威) 1939年, 出生於日本福島縣, 日本新瀉大學醫學部畢業, 日本福田醫院醫師。

日本自律神經免疫治療研究會理事長。

1967年進入日本新瀉大學醫學部第一外科。

自從1996年解開「晴天會引起盲腸炎」之謎後, 就與闡釋「白血球的自律神經支配結構」的安保徹醫師共同研究。

井穴和頭部刺絡療法, 再搭配上獨自的研究, 確立了可以提高免疫力來治療疾病的自律神經免疫療法。

發展出深具療效的髮旋療法, 並藉由親身實證建構出治療方法的基礎。

譯者簡介 連程翔 **台灣大學農學博士, 曾任台灣花卉園藝月刊編輯、台灣花卉發展協會總經理, 現任中國文化大學園藝暨生物技術學系助理教授。

除農學外, 對語言學饒富興趣, 以教育英才為己任, 以博覽群書, 遨遊知識之海為樂。

書籍目錄

第一章 非常識的推荐 非常識正是通往健康的捷徑非常識1 認真地服用藥物反而會招致疾病 / 安保徹非常識2 不開藥而教導病患治療法的名醫 / 石原結實非常識3 能從身體排出東西是幸福之基 / 福田稔非常識4 生病的原因是壓力過大和體溫偏低 / 安保徹非常識5 因攝取過多的水分会引發水毒病 / 石原結實非常識6 一旦檢查就要做白血球分類計數的檢查 / 福田稔非常識7 具有生命的食物正是天然的藥物 / 安保徹非常識8 紅蘿蔔蘋果汁具有神奇效果 / 石原結實非常識9 治療疾病疼痛的反射 / 福田稔非常識10 比起延長平均壽命更要延長的是健康壽命 / 安保徹非常識11 多喝生薑紅茶 / 石原結實非常識12 頭寒腳熱的真正意義 / 福田稔專欄1 白血球肩負著免疫的重任 / 安保徹第二章 疾病的解釋與說明 改善的第一步驟是了解疾病的成因自律神經與白血球 / 安保徹體質與疾病 / 石原結實自律神經免疫療法 / 福田稔在不同的季節、天氣，甚至在一天當中都會有不同的自律神經節律 / 安保徹疾病的本質是血液污濁 / 石原結實治療的過程中必定會引發暝眩反應（好轉反應） / 福田稔癌症 / 安保徹癌症絕對不可怕 / 安保徹癌是血液的淨化裝置 / 石原結實發燒和轉移是對癌症反擊的開始 / 福田稔異位性皮膚炎 / 福田稔必須改變孩童的生活形態 / 安保徹從皮膚排出來的老舊廢物和多餘的水分 / 石原結實治療疾病的過程中，復發是必然的附帶現象 / 福田稔代謝症候群 / 石原結實高血壓 / 石原結實高脂血症 / 石原結實糖尿病（第二型糖尿病） / 石原結實導致組織障礙的低體溫與高血糖 / 安保徹對付高血壓，與其減少鹽分不如減少水分 / 石原結實頭和身體都會發生的血流阻礙 / 福田稔聰明的停藥可以改變你的生活方式 / 安保徹從血液的污濁到導致疾病的過程 / 石原結實問診時就可以知道需要多長的療程 / 福田稔憂鬱症 / 福田稔身體發冷的話心也容易變冷 / 安保徹體溫偏低是憂鬱症的主因 / 石原結實白血球成分所佔的比例和數量會影響免疫的品質和強度 / 福田稔膠原病（類風濕性關節炎）招來難以治癒疾病的消炎鎮痛劑 / 安保徹寒冷、水毒、疼痛的三角關係 / 石原結實類風濕性關節炎並非絕症 / 福田稔帕金森氏症 / 安保徹不是要「治療」疾病，而是要「恢復原本狀態」 / 安保徹秘訣在於「飲食不要過量」 / 石原結實刺激仙人穴來治療帕金森氏症和下半身的疾病 / 福田稔潰瘍性大腸炎 / 安保徹因壓力造成傷害的低體溫 / 安保徹輕輕鬆鬆就能調製的「對症暖身飲料」 / 石原結實春天正是排毒的好時機 / 福田稔專欄2 體質診斷 / 石原結實第三章 身體的訊號 症狀是身體提出改善的要求水腫 / 安保徹發麻 / 安保徹畏寒 / 石原結實手、臉和鼻頭發紅 / 石原結實糞便（腹瀉和便秘）、尿液 / 石原結實舌、舌苔、齒根、口臭 / 石原結實耳 / 石原結實心悸、頻脈、心律不整 / 石原結實咳嗽、痰 / 石原結實鼻 / 石原結實指甲 / 福田稔眼睛 / 福田稔專欄3 AIUBE體操 / 福田稔第四章 有生命力的飲食 有生命力的食物，是獲得健康的要素腸道免疫 / 安保徹陽性、陰性的食物 / 石原結實食物與心的理想狀態 / 福田稔利用反射作用的飲食 / 安保徹利用植化素活化免疫作用 / 安保徹不要吃太飽，只在早晨斷食 / 石原結實希波克拉底養生機構的斷食療法 / 石原結實料理主廚分享 在希波克拉底養生機構的飲食指導多咀嚼幾下糙米，充分運用唾液 / 福田稔福田理惠老師怎麼說！自律神經免疫療法 飲食指導專欄4 計劃性食品 / 安保徹第五章 運動和刺激 隨著肌肉運動，氣、血也會跟著動經由鼻子吸吐的腹式呼吸 / 安保徹肌肉所扮演的角色 / 石原結實血液循環的途徑 / 福田稔利用抹布打掃來鍛鍊上半身 / 安保徹陽光的刺激會增進健康 / 安保徹運用石原式3分鐘暖身體操來鍛鍊下半身 / 石原結實用乾布的摩擦刺激來調整平衡 / 福田稔一天2分鐘，在家也能做的指頭按摩療法 / 福田稔按壓髮旋中心點，能在短時間內讓氣血恢復暢通 / 福田稔每個人都能學會的仙骨幸福區域療法 / 福田稔按摩小腿肚使血液循環變好 / 福田稔專欄5 牙齒的形狀與該有的飲食方式 / 石原結實第六章 經由溫熱，讓身體從內部開始改變微量放射線的作用 / 安保徹體溫與免疫力 / 石原結實泡澡效果 / 福田稔泡澡比淋浴更能增強免疫力 / 安保徹親自做藥浴 身心喜悅加倍 / 石原結實善用半身浴、手浴或足浴讓身體幸福地出汗 / 福田稔健康的人與生病的人的體溫 / 安保徹經科學證實的民間療法 / 石原結實使用腰巾、熱水袋、懷爐來保暖身體 / 福田稔專欄6 森林浴的效果 / 福田稔第七章 健康的生活方式 用對生活方式，就能改變人生長生免疫力 / 安保徹長壽的關鍵 / 石原結實笑會招致福氣 / 福田稔長壽者會產生體溫偏低的節約模式 / 安保徹音樂具有療癒力 / 石原結實小心壓力 / 福田稔專欄7 嗜好品的享用方式 / 安保徹附錄 特別篇 萬一我罹患癌症萬一我罹患癌症 / 安保徹萬一我罹患癌症 / 石原結實萬一我罹患癌症 / 福田稔後記

章节摘录

推薦序2：請同赴神愛醫學Agape Medicine的盛宴吧！

／吳光顯（本文作者為台北榮主診所團隊醫療總監） 在書中，安保徹、福田稔、石原結實三位功能醫學醫師，提出了12點「非常識」的理論與方法，可幫助大多數人從疾病或是亞健康中恢復至健康。

症狀是身體健康狀態的警報系統亮紅燈了，小症狀不應該被忽視。

症狀也是身體在努力使失衡恢復平衡的一連串反應，身體內輕微的不平衡，都可能造成未來嚴重疾病的發生。

這種生理「漣漪效應」，即是由小小的不平衡造成生理性的連鎖反應，最後導致健康狀況

<<非常識醫學書>>

媒体关注与评论

每個家庭必備的養生參考書。

三位大師在醫療及養生領域的專業經驗，歸類濃縮具有「1+1+1>3」的相乘效果。

書中列舉一些流行的疑難雜症，做圖文並茂、淺顯易讀的分析及建議。

」 - - 吉胃福適及無毒的家創辦人 / 王康裕 「12點「非常識」的理論與方法，可幫助大多數人從疾病或是亞健康中恢復至健康。

」 - - 台北榮主診所團隊醫療總監 / 吳光顯 「三位名醫很清楚地指出95%疾病可以自行療癒

。在書中建議很多養生、健康、飲食之道。

同時提醒大家注意自身精神的飽滿、情緒的控制。

」

<<非常識醫學書>>

編輯推薦

本書特色 你可以不生病！
每個人都擁有身體的自癒力！

生病是因自律神經的紊亂、血液循環不良與免疫力低落所引起，如果你能開始捨棄你的醫學常識，意識到自身擁有治療疾病的能力，就可以預防與治療好你的疾病，從此刻起健康一生！

有史以來第一次日本三位健康書籍暢銷書醫師共同合著的著作 疾病預防家庭實用書，把家醫科醫師帶回家 打破非常識了解自身擁有治療疾病能力的入門書 針對西洋醫學所產生的各種問題，提出改善方式 可根據此書搭配組合，量身打造自我健康書 三大名醫告訴你如果自己罹癌的話他們會怎麼做！

三大名醫「非常識治療醫學理論」 安保徹醫師 透過研究得到各式各樣的臨床報告，發現疾病是交感神經與副交感神經失衡所引起的「自律神經免疫理論法則」。

石原結實醫師 運用中醫和自然療法，探求出疾病的成因是水毒、虛寒和燥熱，提倡「紅蘿蔔蘋果汁」的斷食療法。

福田稔醫師 藉由「自律神經免疫療法」來改善血和氣的流動，並結合在居家就能做的手指按摩療法。

經由這三位醫師的個別理論與方法，大多數人都可以維持健康；並在重獲健康的病患身上，獲得相當大的好評!!暫時去除病痛的對症療法有時候也很重要。

但是，對病患說明引起疾病的原因，讓醫師和病患共同實行改善的方式，這才是所謂的治療醫學。

不生病的醫學非常識 非常識1 認真地服用藥物會生病 非常識2 不使用藥物治療疾病會痊癒 非常識3 能從身體排出東西是健康的基礎 非常識4 壓力過大和體溫偏低會生病 非常識5 水分攝取過多的會引發水毒症 非常識6 做白血球分類計數檢查很重要 非常識7 具有生命的食物正是天然的藥物 非常識8 紅蘿蔔蘋果汁是魔法藥水 非常識9 治療疾病會反射出不同的疼痛程度 非常識10 比起延長平均壽命更應該要延長健康壽命 非常識11 多喝生薑紅茶不生病 非常識12 認識頭寒腳熱的真正意義 聯手打破你的醫學迷思 * 只要擁有醫學非常識，可以消除和治癒疾病 * 明白疾病的成因，是改善健康的第一步 * 「症狀」是身體提出改善的自我要求訊號 * 要吃有生命的飲食，才能從食物中獲得健康 * 一運動到肌肉，血氣就會跟著動起來 * 從溫熱內部開始，你的身體跟著改善起來 * 只要用對生活方式就能改變整個人生 * 在不同的季節、天氣，甚至在一天當中都會有不同的自律神經節律 * 疾病的本質是血液污濁，癌症是血液的淨化裝置，發燒和轉移是對癌症反擊的開始 * 異位性皮膚炎是從皮膚排出來的老舊廢物和多餘的水分，必須改變孩童的生活形態才能治癒 * 治療疾病的過程中，復發是必然的附帶現象 * 對付高血壓，要減少的是水分 * 聰明的停藥可以改善健康 * 體溫偏低是憂鬱症的主因，身體發冷的話心也容易變冷 * 使用消炎鎮痛劑會導致疾病變得難以治癒 * 不是要「治療」疾病，而是要「恢復原本狀態」 幫助你從生活中對疾病產生免疫 生病是自律神經失調，根本原因在於壓力。

生病是因血液不乾淨和體溫變低，只要斷食和體溫上升的簡單運動。

生病是因為氣與血不通，只要用給予刺激的自律神經免疫療法。

三位致力於治癒疾病的知名醫師，集結他們的觀點與治療法，針對醫療的各種問題，包括過度依賴藥物、對症治療方式的疑問、診斷疾病的方法、飲食生活和運動的重要性等等，運用他們廣泛的觀點，為診斷疾病、維持與增進健康方面，提出改善的方式。

冀望能對因疾病而苦惱的病患及家屬有所幫助。

三位年齡、體質和性格迥異的醫師，根據各自過去的經驗，並針對疾病的考量方式與治療方法所研發出來的體系。

經由這三位醫師的個別理論與方法，大多數人都可以維持健康，拜讀過這三位醫師的書籍而重返健康的病患身上，獲得相當大的好評。

針對西醫所產生的各種問題，包括過度依賴藥物、對症治療方式的疑問、診斷疾病的方法、飲食生活和運動的重要性等等，運用他們廣泛的觀點，為診斷疾病、維持與增進健康方面，提出改善的方式。

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>