

JOHN HOPKINS HOSPITAL REPORT

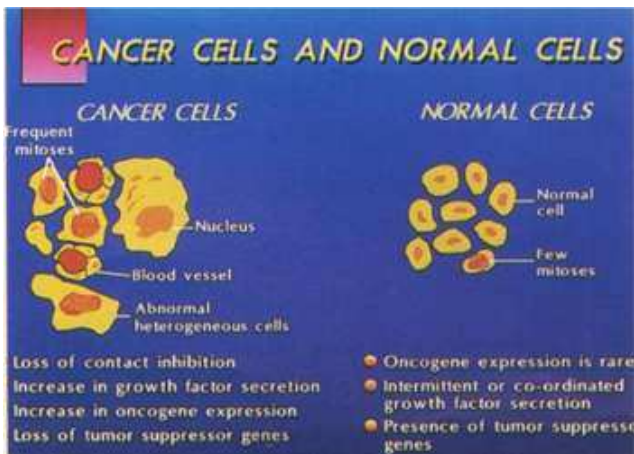
AFTER YEARS OF TELLING PEOPLE CHEMOTHERAPY IS THE ONLY WAY TO TRY AND ELIMINATE CANCER, JOHNS HOPKINS IS FINALLY STARTING TO TELL YOU THERE IS AN ALTERNATIVE WAY .

หลังจากหลายปีที่พูดกันว่า การทำคีโมเป็นทางเลือกเดียวที่จะ ลอง และใช้ในการกำจัดโรคมะเร็ง ในที่สุดโรงพยาบาลจอห์น ฮอปกินส์ก็เริ่มแนะนำถึงทางเลือกอื่น ๆ อีก

Cancer Update from Johns Hopkins

ข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับโรคมะเร็งจาก รพ.จอห์น ฮอปกินส์

1. Every person has cancer cells in the body. These cancer cells do not show up in the standard tests until they have multiplied to a few billion. When doctors tell cancer patients that there are no more cancer cells in their bodies after treatment, it just means the tests are unable to detect the cancer cells because they have not reached the detectable size.



ทุกคนมีเซลล์มะเร็งอยู่ในร่างกาย เซลล์มะเร็งเหล่านี้จะไม่ปรากฏด้วยวิธีการตรวจสอบตามมาตรฐาน จนกระทั่งมันขยายตัวเพิ่มขึ้นในระดับพันล้านเซลล์ เมื่อแพทย์บอกว่าคุณไม่มีเซลล์มะเร็งในร่างกายผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการรักษาแล้ว มันหมายถึงว่าระบบไม่สามารถตรวจสอบเซลล์มะเร็งได้เพราะว่าจำนวนของมันยังไม่มากพอ จนถึงระดับที่สามารถตรวจจับได้เท่านั้น

2. Cancer cells occur between 6 to more than 10 times in a person's lifetime.

เซลล์มะเร็งเกิดขึ้นระหว่าง 6 ถึงมากกว่า 10 ครั้งในช่วงอายุของคนๆหนึ่ง

3. When the person's immune system is strong the cancer cells will be destroyed and prevented from multiplying and forming tumours.

เมื่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายแข็งแรงเพียงพอ เซลล์มะเร็งจะถูกทำลายและป้องกันไม่ให้เกิดการขยายตัวและกลายเป็นเนื้องอก

4. When a person has cancer it indicates the person has multiple nutritional deficiencies. These could be due to genetic, environmental, food and lifestyle factors.

เมื่อใครก็ตามเป็นมะเร็ง มันกำลังบอกว่าคุณนั้นมีความบกพร่องหลายประการเกี่ยวกับโภชนาการ ซึ่งอาจเกิดจากยีน สิ่งแวดล้อม อาหารและปัจจัยอื่นๆในการดำรงชีวิต

5. To overcome the multiple nutritional deficiencies, changing diet and including supplements will strengthen the immune system.

เพื่อเอาชนะภาวะบกพร่องหลายประการเกี่ยวกับโภชนาการ การเปลี่ยนแปลงประเภทของอาหารรวมทั้งสารอาหารบางอย่าง จะช่วยให้ภูมิคุ้มกันแข็งแรงขึ้น

6. Chemotherapy involves poisoning the rapidly-growing cancer cells and also destroys rapidly-growing healthy cells in the bone marrow, gastro-intestinal tract etc, and can cause organ damage, like liver, kidneys, heart, lungs etc.

การทำคีโมคือการให้สารเคมีที่มีความเป็นพิษกับเซลล์มะเร็งที่กำลังเติบโตอย่างรวดเร็ว แต่ขณะเดียวกัน มันก็จะทำลายเซลล์ดีที่กำลังเติบโตอย่างรวดเร็วในไขกระดูก ทำลายระบบทางเดินอาหาร ฯลฯ และเป็นสาเหตุทำให้อวัยวะบางส่วนถูกทำลาย เช่น ตับ ไต หัวใจ ปอด ฯลฯ

7. Radiation while destroying cancer cells also burns, scars and ! damages healthy cells, tissues and organs.

การฉายรังสีแม้ว่าจะเป็นการทำลายเซลล์มะเร็ง แต่ก็ทำให้เกิดอาการใหม่ เป็นแผลเป็น และทำลายเซลล์ดี เนื้อเยื่อ และอวัยวะ

8.. Initial treatment with chemotherapy and radiation will often reduce tumor size. However prolonged use of chemotherapy and radiation do not result in more tumor destruction.

การบำบัดโดยคีโม และการฉายรังสีมักจะช่วยลดขนาดของเนื้องอกได้ในช่วงแรกๆ อย่างไรก็ตามถ้าทำไปนานๆพบว่ามักไม่ส่งผลต่อการทำลายเซลล์เนื้องอก

9. When the body has too much toxic burden from chemotherapy and radiation the immune system is either compromised or destroyed, hence the person can succumb to various kinds of infections and complications.

เมื่อร่างกายได้รับสารพิษจากการทำคีโมหรือการฉายรังสีมากเกินไป ระบบภูมิคุ้มกันอาจปรับตัวเข้ากันได้หรือไม่ก็อาจถูกทำลายลง ดังนั้นคนๆนั้นจึงอาจตกอยู่ในอันตรายจากการติดเชื้อหลายชนิดและทำให้โรครมีความซับซ้อนยิ่งขึ้น

10. Chemotherapy and radiation can cause cancer cells to mutate and become resistant and difficult to destroy. Surgery can also cause cancer cells to spread to other sites.

การทำคีโมและการฉายรังสีอาจเป็นสาเหตุทำให้เซลล์มะเร็งกลายพันธุ์ ดื้อยา และยากต่อการทำลาย การผ่าตัดก็อาจเป็นสาเหตุทำให้เซลล์มะเร็งกระจายไปทั่วร่างกาย

11. An effective way to battle cancer is to starve the cancer cells by not feeding it with the foods it needs to multiply.

วิธีที่ดีที่สุดในการทำสงครามกับมะเร็ง คือการไม่ให้เซลล์มะเร็งได้รับอาหารเพื่อนำไปใช้ในการขยายตัว

WHAT CANCER CELLS FEED ON:

อะไรคืออาหารที่ป้อนให้กับเซลล์มะเร็ง

a. Sugar is a cancer-feeder. By cutting off sugar it cuts off one important food supply to the cancer cells

. Sugar substitutes like NutraSweet, Equal, Spoonful, etc are made with Aspartame and it is harmful. A better natural substitute would be Manuka honey or molasses but only in very small amounts. Table salt has a chemical added to make it white in colour. Better alternative is Bragg's aminos or sea salt.

น้ำตาลคืออาหารของมะเร็ง การตัดน้ำตาลคือการตัดแหล่งอาหารสำคัญที่จ่ายให้กับเซลล์มะเร็ง สารทดแทนน้ำตาลอย่างเช่น ' นวัตกรรมสวีต ' ' อีควอล ' ' สปันฟูล ' ฯลฯ ล้วนทำมาจากสารให้ความหวาน ซึ่งเป็นอันตราย สารทดแทนซึ่งเป็นกลางที่ดีกว่าคือน้ำผึ้งมานูคา (จากนิวซีแลนด์) หรือน้ำอ้อย แต่ในปริมาณน้อยๆเท่านั้น เกลือสำเร็จรูปก็ใช้สารเคมีในการฟอกขาว ควรหันไปเลือกใช้ ' แบรค อมิโน ' หรือเกลือทะเลแทน

b. Milk causes the body to produce mucus, especially in the gastro-intestinal tract. Cancer feeds on mucus. By cutting off milk and substituting with unsweetened soy milk, cancer cells are being starved .

นมเป็นสาเหตุทำให้ร่างกายผลิตเมือก โดยเฉพาะในระบบทางเดินอาหาร เซลล์มะเร็งจะได้รับอาหารได้ดีในสภาวะที่มีเมือก การใช้นมถั่วเหลืองชนิดไม่หวานแทนนม จะทำให้เซลล์มะเร็งไม่ได้รับอาหาร

c. Cancer cells thrive in an acid environment. A meat-based diet is acidic and it is best to eat fish, and a little chicken rather than beef or pork. Meat also contains livestock antibiotics, growth hormones and parasites, which are all harmful, especially to people with cancer.

เซลล์มะเร็งเติบโตได้ดี ในภาวะแวดล้อมที่เป็นกรด อาหารจำพวกเนื้อจะสร้างสภาวะกรดขึ้น ดังนั้นจึงควรหันไปรับประทานปลาจะดีที่สุด รองลงไปคือรับประทานไก่แทนเนื้อและหมู ในเนื้ออาจมียาฆ่าเชื้อ สารโอมินที่สร้างการเจริญเติบโตในสัตว์ และเชื้อปรสิตบางประเภทตกค้างอยู่ ซึ่งล้วนเป็นอันตราย โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับคนที่เป็นมะเร็ง

d. A diet made of 80% fresh vegetables and juice, whole grains, seeds, nuts and a little fruits help put the body into an alkaline environment. About 20% can be from cooked food including beans. Fresh vegetable juices provide live enzymes that are easily absorbed and reach down to cellular levels within 15 minutes to nourish and enhance growth of healthy cells. To obtain live enzymes for building healthy cells try and drink fresh vegetable juice (most vegetables including bean sprouts) and eat some raw vegetables 2 or 3 times a day. Enzymes are destroyed at temperatures of 104 degrees F (40 degrees C).

อาหารที่ประกอบด้วยผักสด 80% และน้ำผลไม้ พืชจำพวกหัว เมล็ด ถั่วเปลือกแข็ง และผลไม้จำนวนเล็กน้อย จะช่วยทำให้ร่างกายมีสภาวะเป็นด่าง อาหารอีก 20% อาจได้มาจากการทำอาหารร่วมกับพืชจำพวกถั่ว น้ำผักสดจะให้เอ็นไซม์ซึ่งสามารถดูดซึมได้ง่ายและซึมทรานส์รูตเซลล์ภายใน 15 นาที เพื่อบำรุงร่างกายและส่งเสริมการเจริญเติบโตของเซลล์ที่ดี เพื่อให้ได้เอ็นไซม์ในการสร้างเซลล์ที่ดี ให้พยายามดื่มน้ำผักสด (ผักส่วนใหญ่รวมทั้งถั่วที่มีหน่อหรือต้นอ่อน) และรับประทานผักสดดิบ 2-3 ครั้งต่อวัน เอ็นไซม์จะถูกทำลายได้ง่ายที่อุณหภูมิ 140 องศา F (ประมาณ 40 องศา C)

e. Avoid coffee, tea, and chocolate, which have high caffeine. Green tea is a better alternative and has cancer-fighting properties. Water-best to drink purified water, or filtered, to avoid known toxins and heavy metals in tap water. Distilled water is acidic, avoid it.

ให้หลีกเลี่ยงกาแฟ น้ำชา และช็อกโกแลต ซึ่งมีคาเฟอีนสูง ชาเขียวถือเป็นทางเลือกที่ดีและมีคุณสมบัติในการต้านมะเร็ง น้ำดื่มให้เลือกดื่มน้ำบริสุทธิ์ หรือที่ผ่านการกรอง เพื่อหลีกเลี่ยงที่อกซินและโลหะหนักในน้ำประปา น้ำกลั่นมักมีสภาพเป็นกรด ให้หลีกเลี่ยง

12. Meat protein is difficult to digest and requires a lot of digestive enzymes. Undigested meat remaining in the intestines become putrified and leads to more toxic buildup.

โปรตีนจากเนื้อจะย่อยยาก และต้องการเอ็นไซม์หลายชนิดมาช่วยในการย่อย เนื้อสัตว์ที่ไม่สามารถย่อยได้ในระบบทางเดินอาหารจะเกิดการบูดเน่าและมีความเป็นพิษมากขึ้น

13. Cancer cell walls have a tough protein covering. By refraining from or eating less meat it frees more

enzymes to attack the protein walls of cancer cells and allows the body's killer cells to destroy the cancer cells.

ผนังของเซลล์มะเร็งจะมีโปรตีนห่อหุ้มไว้ การงัดหรือการรับประทานเนื้อสัตว์น้อยลง จะทำให้มีเอ็นไซม์เหลือมากพอมาใช้โจมตีกำแพงโปรตีนที่ห่อหุ้มเซลล์มะเร็ง และช่วยให้เซลล์ของร่างกายสามารถกำจัดเซลล์มะเร็งได้ดีขึ้น

14. Some supplements build up the immune system (IP6, Flor-essence, Essiac, anti-oxidants, vitamins, minerals, EFAs etc.) to enable the body's own killer cells to destroy cancer cells. Other supplements like vitamin E are known to cause apoptosis, or programmed cell death, the body's normal method of disposing of damaged, unwanted, or unneeded cells.

สารอาหารบางอย่างอาจช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกัน (สาร IP6 [inositol hexaphosphate หรือ phytic acid], สาร Flor-essence, สาร Essiac, สารแอนตี-ออกซิแดนท์, วิตามิน , เกลือแร่ , EFAs ฯลฯ) เพื่อช่วยให้เซลล์ของร่างกายสามารถกำจัดเซลล์มะเร็งได้ดีขึ้น สารอาหารอื่นๆเช่น วิตามินอี เป็นที่ทราบกันดีว่าทำให้เกิดการตายลงของเซลล์ หรือกำหนดระยะเวลาการตายของเซลล์ ซึ่งเป็นกลไกธรรมชาติของร่างกายในการกำจัดเซลล์ที่ถูกทำลาย ซึ่งไม่เป็นที่ต้องการ หรือไม่มีประโยชน์ออกไป

15. Cancer is a disease of the mind, body, and spirit. A proactive and positive spirit will help the cancer warrior be a survivor.. Anger, unforgiveness and bitterness put the body into a stressful and acidic environment. Learn to have a loving and forgiving spirit. Learn to relax and enjoy life.

มะเร็งเป็นโรคที่สัมพันธ์กับจิตใจ ร่างกาย และจิตวิญญาณ การป้องกันเชิงรุกและการคิดในเชิงบวกจะช่วยให้เราสามารถอยู่รอดจากการทำสงครามกับมะเร็ง... ความโกรธ การไม่รู้จักให้อภัย และความขมขื่นใจ จะทำให้ร่างกายเกิดความตึงเครียดและมีสภาวะเป็นกรดเพิ่มขึ้น ให้เรียนรู้ที่จะมีความรักและจิตวิญญาณแห่งการให้อภัย เรียนรู้ที่จะผ่อนคลายและมีความสุขกับชีวิต

16. Cancer cells cannot thrive in an oxygenated environment. Exercising daily , and deep breathing help to get more oxygen down to the cellular level. Oxygen therapy is another means employed to destroy cancer cells.

เซลล์มะเร็งไม่สามารถเจริญเติบโตได้ในสภาวะที่มีออกซิเจนเป็นจำนวนมาก การออกกำลังกายทุกวัน และการหายใจลึกๆจะช่วยให้ร่างกายได้รับออกซิเจนเพิ่มขึ้นลงไปจนระดับเซลล์ การบำบัดด้วยออกซิเจนถือเป็นวิธีการอีกอย่างที่ใช้ในการทำลายเซลล์มะเร็ง