

“在每個人的生命期裡，  
癌細胞都會出現6至10次”



Cancer Update From John Hopkins  
約翰霍普金大學最新癌症研究報告

金立強 (Billy Kam)



職 位：理財規劃師  
公 司：Manulife (International) Limited  
手提電話：(852) 9475 0075  
公司電話：(852) 2510 3333  
傳真號碼：(852) 2184 7070  
電子郵箱：billy\_kam@manulife.com.hk  
服務種類：團體醫療及人壽強積金

- 個人保險
- 教育儲蓄
- 基金投資
- 退休安排
- 財產保護
- 財產傳承
- 財產增值
- 一般保險

專 長：準備退休人仕提早退休  
及已退休人仕打好幾倍的退休生活！

1. 每一個人身上都帶有癌細胞，除非癌細胞擴增至幾十億個數量時癌細胞是無法在一般檢查時被檢查出來的。所以每當病患治療到一個階段後醫生會告訴病患其體內已無癌細胞時，醫生所指的是其體內癌細胞數量已縮小到儀器無法偵測出來的數量。
2. 在每個人的生命期裡，癌細胞都會出現 6 至 10 次。
3. 當人體免疫系統強時，癌細胞是會被摧滅的，同時免疫系統強是能抑制腫瘤形成及擴增。
4. 當人被發現有癌症時，它意謂這個病患是有大量營養缺乏；這可能是由於基因、環境、食物及生活方式等因素造成的。
5. 如何克服營養缺乏，那就是要改變飲食及多進用增強免疫系統之食物。





6. 化療不祇能毒殺快速增長之癌細胞，亦會一併消滅骨髓及胃腸道內之健康細胞，同時造成器官衰竭；如肝臟、腎臟、心臟及肺臟等等。

7. 放射治療在摧毀癌細胞時，亦會灼傷健康細胞、組織及器官。



8. 初期化療及放射線治療是很容易將腫瘤面積縮小到某一程度，然再延長上述療法並不能造成腫瘤完全消除。

9. 化療及放射線治療會讓體內存有大量毒素而危及或摧毀免疫系統，因而導致病患易於感染及病發症。

10. 化療及放射線治療會造成病患癌細胞突變及產生抗體而變得難以摧毀，而手術則易使癌細胞擴散至其它部位。

11. 一個有效的擊潰癌細胞之方式是不供給癌細胞繁殖所需之食物，即是餓死癌細胞。

癌細胞以何為食物：

a. 糖是癌的食物，若不食糖即刪除癌細胞很重要的一項食物供給。代糖如 Nutra sweet, Equal spoonful 等均是由 Aspartame 組合而成的，是有害的。較好之天然代糖是 Manuka 糖漿或 Molasses 糖蜜，但祇能取用少許。食鹽為使顏色變白而有化學添加物，較妥之選擇是海鹽。

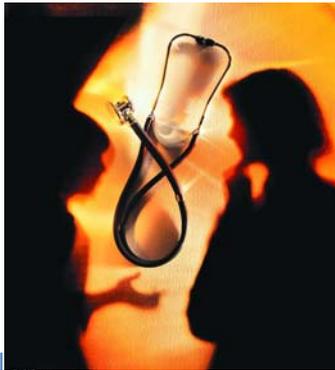
b. 牛奶會使人體產生黏液，尤其是在胃腸道內，而黏液正是癌症之食物。因而阻絕牛奶及採用不甜之豆漿作替代，癌症就會在無食物情況下萎縮的。

c. 癌細胞是在酸性環境中繁衍的，以肉為基本飲





食的體質是酸性的，因而食用魚類及少量雞肉是較食用牛、豬為妥的。且肉品均含有家畜抗生素、生長賀爾蒙及寄生蟲等，而這些均是對人體的有害物質，尤其是對癌症病患。



d. 以 80%新鮮蔬菜及青菜汁之飲食；含全穀類、種子、堅果及少量的水果是有益於體質轉變為鹼性的，剩餘 20%可進食煮熟的豆類。新鮮蔬菜汁可提供活性酵素，活性酵素極易在 15 分鐘內被細胞組織吸收進而滋養增強健康細胞，為取得活性酵素強壯健康細胞

應多飲用新鮮果菜汁（多樣蔬菜含豆芽），同時每天進食生青菜（未煮過之）兩至三次，按活性酵素在 40 度 C 時會被摧毀。

e. 飲料必須避免飲用咖啡、茶、巧克力因上述飲料含咖啡因，綠茶是較佳之選擇因為其有抗癌特性。而平常應飲用淨化水或過濾水，然應避免飲用有毒的或重金屬的水。

12. 肉類的蛋白質是不易消化的，因為肉類的蛋白質需要大量消化酵素消化，未消化的肉質會留殘在腸內淨化，而引發有毒物質形成。

13. 癌細胞壁有很硬之蛋白質包裹，因而節制食用肉類可讓多出之酵素去攻擊癌細胞之蛋白質，而體內殺手細胞則有空間摧毀癌細胞。

14. 部份營養品是能增強免疫系統（如抗氧化劑、維他命、礦物質等等）去驅使自體殺手細胞去摧毀癌細胞，其他營養品如維他命 E 會使細胞萎縮，或漸使細胞死亡，而非原體內一般處置損壞、無用及不需要細胞之模式。

15. 癌症是一種心態、肉體和心靈上之疾病，因而能有前衛及積極的心靈是可造就癌症戰士變為勝利天使，怨

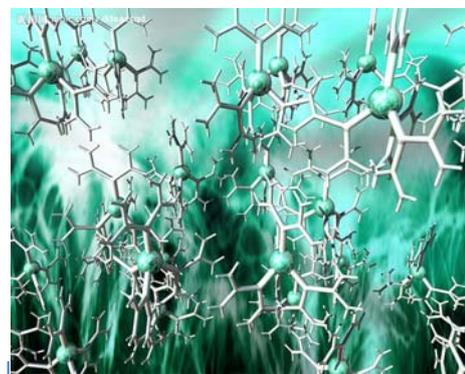




尤和苦痛會讓體質變為緊張及酸性，所以必須學習放鬆及愛惜生命。

16. 癌細胞是無法在充滿氧氣的環境中繁衍，所以每日必須運動，同時多作深呼吸以利氧進入細胞層，按氧氣療法是另一種擊潰癌細胞之工具。

1. 不要將塑膠盒放入微波爐加熱
2. 不要將塑膠水瓶放入冷藏室
3. 不要將塑膠袋放入微波爐加熱



約翰霍普金斯已將這篇研究報告用新聞稿方式發佈，同時 Walter Reed 陸軍醫學中心亦將這篇報告傳播。

戴奧辛之化學物質會導致癌症，尤其是乳癌。按戴奧辛對體內細胞具很高之毒性，因而千萬別將裝有水之塑膠罐放入冰箱，因為它亦會將戴奧辛釋出。

前不久 Dr. Edward Fujimoto 在電視節目中談到健康之風險，他就強調戴奧辛對健康是多麼有害，因而請千萬不要用塑膠容器放入微波爐加熱食物。

這尤其是指含有脂肪之食物，當脂肪與高溫與塑膠結合時，塑膠即會釋放出戴奧辛並進入食物中，最終就進入體內之細胞。因而他建議使用玻璃器皿作為加熱食物用，因為它一樣可使食物變熱，然卻少了戴奧辛。



紙是不錯的容器，然你無法瞭解紙裡到底含有什麼物質，因而較安全之容器是冶煉過的玻璃器皿，如康寧器皿等等。他提醒為何前不久速食店將泡沫塑料容器改為紙容器，其中戴奧辛就是問題之一。



同時他亦指出塑膠袋；如 Saran 耐熱塑膠袋用於包裝食物，在微波爐加熱時亦是非常危險的，因為當食物用微波爐加熱時，高溫會讓毒素由塑膠袋溶解出來進入食物內，所以應用紙包裹食物作替代。

請將這份文件傳送給任何你很重要的朋友！

願你一生永遠健康快樂！



Billy Kam 祝願