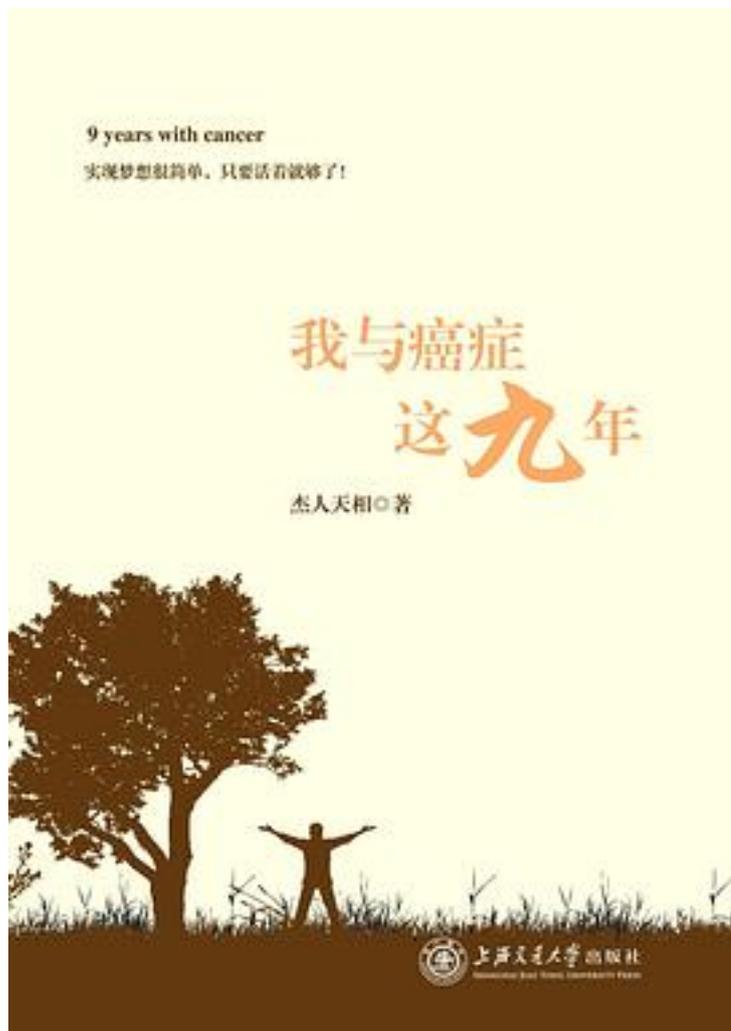


我与癌症这九年



[我与癌症这九年_下载链接1](#)

著者:杰人天相

出版者:上海交通大学出版社

出版时间:2014-8-1

装帧:平装

isbn:9787313117908

本书以轻松幽默的笔调记录了作者九年来与肿瘤抗争的经历和感悟。作者于2005年罹

患脑部肿瘤，九年来六次复发，经历了多次放化疗及伽马刀治疗，现病情稳定。作者通过对自己治疗过程的分析总结，提出八字抗癌真经（信念由心，智慧用脑）和三大抗癌兵法（有理有利有节、和平共处、打持久战），并对新病友提出一些可供借鉴的具体治疗经验，告诉读者，癌症并不可怕，只要勇敢面对，生活处处皆治疗。

本书提出的抗癌理念，不仅适用于癌症患者，对普通人来说也是一剂良药

作者介绍:

杰人天相，1975年生于山东，2002年硕士毕业，就职于上海交通大学，从事纳米材料在肿瘤的诊断与治疗方面的相关科研工作。2005年，罹患脑部肿瘤，2007年转移至脊髓，诊断为弥漫大B淋巴瘤。九年来六次复发。这期间，经历多次放化疗及7次伽马刀治疗。2007年，考取在职博士，2012年取得工学博士学位。同年，出版抗癌日记《刀尖上的舞者》一书。从2011年开始，担任新浪博客癌症病友圈管理员。

目录: 第一部分 我的抗癌之路：与癌共舞

一、我的九年病史

二、生命在逆境中升华

第二部分 我的抗癌真经：信念由心，智慧用脑

一、回顾“九年抗战”之路

二、坦然接受患癌的事实

三、勇敢迎接命运的挑战

四、看穿生死，活在当下

五、慎重借鉴别人的治疗、康复经验

六、慎重选择治疗方案

七、要不要使用特效药

八、如何合理安排医疗费用

九、学会利用心理暗示进行自我治疗

十、两位骑游患者的不同命运说明了什么

十一、名人的抗癌防癌智慧

第三部分 我的抗癌忠告：新病友，请听我说

一、患癌不是偶然的

二、癌症是种慢性病

三、癌症可以治愈吗

四、癌症为何难治

五、治与不治，如何抉择

六、科学抗癌，积极自救

七、患癌后对自己重新定位

八、加入病友圈，开展群体抗癌

第四部分 我的抗癌体会：生活处处皆治疗

一、淡泊名利，轻装前进

二、感悟生活，感恩命运

三、快乐疗法，自娱自乐

• • • • • ([收起](#))

[我与癌症这九年_下载链接1](#)

标签

癌症

健康

电子书

心理

微信读书

2016年

2017

中国

评论

第二章第八节-如何合理安排医疗费用

非常值得借鉴。没有相似经历的前提下，很难有很多共鸣，但是值得一读...(也许某日会用上..

我才是最近才知道癌症已是多发病、常见病，不仅远远未到现代医学可以「攻克」的程度，还总是容易被诸多蛊惑人心的不良医师和商人利用。面对癌症，每个个体都是独特的，本书作者（笔名杰人天相）的运气在于自己有专业的知识储备、丰富的可调用资源、病理也不是恶性的晚期的。到目前（2016年），作者已经存活11年，并且在此过程中学业和职业都取得了突出的成绩，并且低调的生活。他有足够的理由来出版这本书，慰藉他的病友，并取得包括我在内的陌生读者的尊重和祝福。书是他个人的经验，无法复制，勉强套用的结局也是危险的。几个月来，我看到了社会上太多「好心的」「热忱的」熟人的现身说法，他们的故事总是夹杂着牵强附会的因果关系和慵懒听众难以察觉的逻辑漏洞，误导病患本人欣然接受错误的治疗方式。2016年4月读，读于Kindle。

相对于另一本更有名的凌志军的书（书中也提到），这本更接近一般的癌症患者，比如

拥有医疗资源一般等。在“癌症是慢性病”已渐为人所接受的当下，可借鉴的是作者的勇气与智慧，比如选择治疗方案，继续自己的研究生活，而非具体的选择

有点启发，看看聚会人员没有胰腺癌的。胰腺癌真的太难了

内容干货不多。但是祝福作者和广大患者吧～希望大家都能身体健康！

最近一直在读相同类型的书。。。关于癌症

满满的正能量

普通人的苦痛和乐观

健康快乐是最大的财富

看这本书，是因为单位有同事查出有胃癌，虽之前不是毫无预兆，但也并未重视导致发现时已是晚期。恰巧上周日小刚崽去医院做了切除腿部肿瘤手术，希望他健康恢复。癌症患者的性格偏抑郁且心眼都不大容易想不开，外婆和妈妈就很典型的不是这种性格。本书末尾介绍了很多因子女而坚持活下去的患癌病人阐述，一定要坚持信念，不悲观，对自己有信心才能战胜癌症。

作者的抗癌经历确实很艰难很不易，但是不得不说，作者的文笔确实不行，写的东西很空洞，经常各种喊口号，内容单薄几个论点来回反复地说。

幸福快乐不能向外寻找，要向内寻找。

真正面临生死和想象永远不一样

疼痛不可避免，但苦难可以选择。只要活着，一切就有可能。对待癌症，你强它就弱，作息+饮食+锻炼+心态都是有利的武器。这是我读过关于癌症最好的书。

看完之后，感慨：无论有没有得癌症，乐观，感恩和充满希望的心态都是非常重要的。

虽重复啰嗦的地方很多，有些话确实是挺在里的，我好像看到了点希望！

谢谢作者带给我们生活的勇气和信心

珍惜当下 为健康祝福，不抱怨。在去往哈尔滨的高铁上阅读

作者的抗癌笔记，简单到连一三四等序号都没去掉就结集成书了，但它又是如此真实，向死而生不仅需要勇气，更加需要智慧，这智慧是懂取舍，知进退，是健康的饮食，积极的锻炼，是乐观的心态和豁达的心境。癌症固然可怕，但更可怕的是面对癌症我们的或盲目求生或自我放弃。

10月6日朝阳区图书馆借书看完。

[我与癌症这九年_下载链接1](#)

书评

[我与癌症这九年_下载链接1](#)