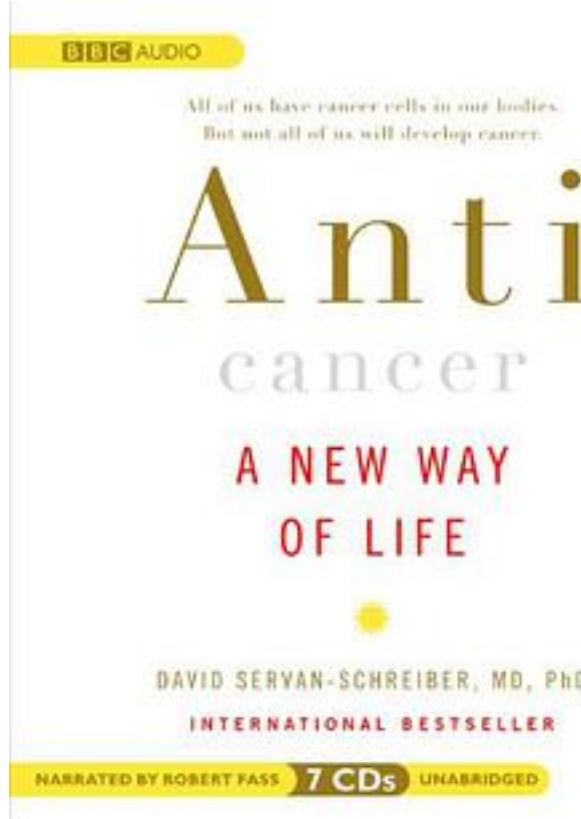


Anticancer



[Anticancer_下载链接1](#)

著者:David Servan-Schreiber

出版者:Michael Joseph Ltd

出版时间:5 Jun 2008

装帧:

isbn:9780718154295

Would it surprise you to hear that one in four people are affected by cancer? If you knew that simple lifestyle changes could significantly reduce your chances of developing the disease, would you take advantage of your natural defences? 'I had cancer. I was diagnosed for the first time 15 years ago. I received conventional treatment and the cancer went into remission, but I relapsed after that. Then I decided to learn everything I could to help my body defend itself against the illness. I've lived

cancer free now for seven years. In this book, I'd like to tell you the stories - scientific and personal - behind what I learned.' Author David-Servan Schreiber is an academic physician with a wealth of experience in the field of integrative medicine. He will show you how, through simple alterations in diet, lifestyle and attitude, you can tackle cancer alongside conventional treatments, or even avoid it altogether. This is not a biology textbook, but a practical, insightful and individual guide that will allow you to make the best choices for your own health and well-being.

作者介绍:

大卫·塞尔旺-施莱伯医生是匹兹堡大学医学院精神科临床教授，该校整合医疗中心的联合创始人，拥有医学博士及认知神经科学博士学位。因其在精神病学所取得的成就，他赢得了2002年宾夕法尼亚州精神病学协会总统奖。他是“无国界医生”（于1999年获诺贝尔和平奖）在美国分支机构的创始人之一，并于1991年作为志愿者前往伊拉克。

31岁时，享有优越的学术成就与前景，身为壁球队队长、自认“身体非常健康”的施莱伯医生意外检测出核桃大小的脑部肿瘤，从此开始了与癌症争夺生命主动权的战役，并在此后充实而富有意义地生活了18年。

目录:

[Anticancer_下载链接1](#)

标签

评论

[Anticancer_下载链接1](#)

书评

这本书的作者刚刚去世，年仅50岁，与癌症抗争了19年。作为医生，研究员同时也是癌症患者，他以自己的亲身经历写了这本书。但在去世前，他承认自己并没有完全按照

书里面的建议来生活，尤其是在工作方面，频繁地旅行让他没有充分地放松休息。尽管如此，他还是法国人心中抗癌的代...

在理想国的公众号上看到关于《每个有的战争：抵御癌症的有效生活方式》的推荐，立刻就上了心。原因有三：1，我喜欢理想国，相信品牌质量；2，理想国出版的很多书，我都看不懂，这本应该能看懂；3，撇开癌症的吓人字眼，我好奇有效的生活方式是什么。此书的作者[法]大卫·塞尔...

Hi，你还记不记得我们当时一起看的《小花的味增汤》。
女主当时罹患癌症，于是他们一起去山里找了一个“老中医”给她看病。老中医说的是要他们回去坚持日本的传统饮食方法，然后她们家就开始了每顿必有的味增汤。在用味增汤调理身体的这个过程中，女主的身体奇迹般的好了许多。...

2017和2018年，我有两个长辈先后查出癌症晚期，确诊和去世间隔时间都不足一年。其中一个是我的二姨，除父母之外最疼爱我的长辈，患的肺癌。
两年的时间，两次近距离亲眼目睹癌症的破坏力，看到一个人、一个家庭甚至一个家族在它面前的无能为力。这让我不得不去想象，如果某天，...

《每个人的战争》这本书确实值得推荐，但是看完之后能够改变的人估计不多。大多数人总觉得癌症离我们太远了。就像是每个人都很少想到死亡，直至生命的最后，才感到死亡是我们最终的归宿。

每个人都有得癌症的机会，因为每个人体内都或多或少有癌细胞。癌症病人总在自问：为什么...

抑制癌症的措施： 1.

少吃糖和白面粉。用龙舌兰花蜜、洋槐蜂蜜或椰糖代替普通糖类，用杂粮面粉代替白面粉制作面条和面包（或传统方式发酵面包）。

基因决定我们不能摄入过多糖类，因为以前人类糖的摄入就是蜂蜜，所以目前的人类身体无法承受大量糖的摄入。 2. 少吃猪肉及其他红...

现如今，癌症已经成为我国居民最主要的死亡原因之一，这不只是患者的战争，更是我们每个人自身免疫力的战争。

肿瘤潜伏于每个人的体内，有的人能够抑制，而有的人会让它爆发。

对于患者来说，些方法能够阻止我们所有人都携带的微肿瘤发展成肿瘤。

对于所有人来说，这些方法能强...

今年早春之际读了这本书，“一年之计在于春”，人们往往喜欢在充满希望的春天里播种各种计划，那么一个健康良好身体便是一切的根基。

时下健康问题越来越受人们的关注，关于此类书籍也是层出不穷。这本亚马逊官网上的畅销书也正是戳中了大家的痛点。首先书名很吸引人：每个人...

回想我个人患癌后治疗期间的经历切实了解自己的癌症是可以治愈的，尤为重要！当我们到医院还没见到医生，办公室门外与一些病人及病人家属聊天，都说得了癌症是人生的悲哀，但你得的这个癌症，这就有了一半的康复几率，而且你又来到了这家医院，只要依照这里医生的治疗方案顺利...

早春之际读了这本书，“一年之计在于春”，人们往往喜欢在充满希望的春天里播种各种计划，那么一个健康良好身体便是一切的根基。

时下健康问题越来越受人们的关注，关于此类书籍也是层出不穷。这本亚马逊官网上的畅销书也正是戳中了大家的痛点。首先书名很吸引人：每个人的战...

[Anticancer 下载链接1](#)