

1月6日的星城长沙，白雪皑皑，寒风刺骨，但在长沙铁路文化宫的演播大厅里，却洋溢着火一般的热情。湖南省抗癌协会癌症患者康复俱乐部成立20周年庆典暨第三届抗癌明星抗癌好家庭表彰大会在此举行。华丽的舞台、嘹亮的歌声、优美的舞姿、绚丽的靓装，一场由癌症患者奉献的精彩文艺节目，充分向人们展示着群体抗癌者顽强、向上、奋进的乐观精神风貌。记者不禁深深地为此次受到表彰的217位抗癌明星而感动，认真倾听了其中4位抗癌勇士的故事，希望他们鲜活生动的抗癌实例，能给人以启迪，为更多的癌症患者带来新的希望，树立康复的榜样。

# 与癌共舞

## ——湖南省第三届抗癌明星的故事

本报记者 尹慧文 王璐



赵国珍

### 让爱在康复群体中传递

我今年68岁，退休前是名铁路电务工程师。我曾是一位结肠、乳腺双重癌症患者，并且伴有糖尿病。到目前乙状结肠癌已康复15年，乳腺癌康复5年多，和糖尿病相伴已走过了15个春秋。

1998年5月，我因乙状结肠癌做了开肠剖肚大伤元气的手术，身体极度虚弱，当时不知生命还能维持多久，恐惧、不安、焦虑交织在一起。

在痛苦的煎熬中，丈夫、孩子和亲人们给了我无微不至的关爱和呵护，使我增添了生的希望和力量。躺在抢救室病床上的我暗下决心：为了自己、为了家庭、为了亲人们，我要活下来！

我和老伴结婚已有40多年，风雨岁月我们始终恩爱有加。生病15年来，家中里里外外都由丈夫承担。我因患有糖尿病，饮食兼顾特别难，他就利用读书、看报、听讲座学到的知识，做出粗细合理、科学搭配、营养口味兼顾的抗癌降糖食谱。丈夫为我所做的一切我都看在眼里，记在心上，有时也流露出亏欠了他而自责的意思，他却幽默地说：“是我上辈子欠你的，这辈子我慢慢还，要还到100岁。”

家人的关爱，不仅帮助我走出病魔阴霾，而且，抗癌康复后，我怀着感恩之心参加到了癌症患者康复俱乐部的康复义工队伍中。我深爱这个充满爱的特殊群体，真心实意地为这个群体服务，希望癌症病友们都能健康愉快有尊严地活着。10多年来，我不仅自己坚持去湖南烈士公园抗癌乐园锻炼，还参与了俱乐部为病友们康复所策划的工作。每天接待病友电话咨询时，我都认真耐心地回答，不管时间多长都不会厌烦。病友们说，每天看到你，我们心里就踏实，就有了抗癌康复的信心和力量，你是大姐，是阿姨，又像妈妈……

阳萍

### 阳光总在风雨后

望着窗外尚未消融的白雪，8年前的许多往事浮现在我眼前。

2004年初，我因左乳房患癌，并且左腋窝淋巴结有癌转移，属中晚期，需马上住院手术。这一切来得太突然，犹如过山车一样把我从悬崖边打入低谷，我的眼泪霎时夺眶而出。老天爷啊，我还只有40岁，小日子正过得红火幸福，难道就这么走了吗？不！我擦干眼泪，决心认认真真配合医生治疗，和病魔搏一把。

手术后接着做了6次化疗和25次放疗。每次化疗都痛苦不堪，生不如死。别人有的反应我都有，恶心、呕吐、掉发……别人没有的反应我也有。化疗毒副作用还影响到我的末梢神经系统，双脚心像蚂蚁爬一样奇痒无比，无法走路，药物也解决不了，当时我非常烦躁不安，动不动就生气发火，老公儿子都迁让我。

2004年底一个偶然的的机会，我和一位病友一起参加了癌症患者康复俱乐部举行的新春同乐会，会上我被他们那一张张灿烂的笑脸、一首首动听的歌声、一个个优美的舞蹈深深震撼和吸引了，原来癌症病人还可以活得这样精彩。我暗暗发誓，也要像他们那样活得快快乐乐、健健康康的。第二天我就去烈士公园报名加入了癌症患者康复俱乐部，开始了与病魔继续抗争的康复之路。从此，转头、摸手、翘脚、吸吸呼等气功项目，成为我每天上午必修的功课；还挤出时间上老年大学、参加艺术团排练节目、教病友跳广场舞……锻炼、工作、学习，有张有弛，丰富多彩。

经过日复一日、年复一年的锻炼，加上5年中每天1付的中药治疗和5年半的内分泌治疗，我的身体得到了全面康复，又重新找回了自信。

抗癌之路虽步步艰辛，但“不抛弃、不放弃”的信念给我带来了战胜病魔后的欢乐。

徐承福

### 快乐，让我再获新生

2005年5月下旬的一天，我去医院做早期癌症检测，结果为阳性。医生怀疑是胃癌，对我进行了胃镜活检，最终确诊为低分化腺癌与少许印戒细胞癌。医生表示，这是一种进展很快的恶性肿瘤，患者生存期可能只有半年左右。当年6月1日，我做了手术，并暗暗将这年65岁的我定为0岁，设想自己如果活过了1年，我就等于赚回了1岁。这样想，我的心情也就平和与轻松了许多。手术后，我在病房里学唱当时的流行歌曲《两只蝴蝶》、《栀子花开》和《老鼠爱大米》，逗得医生、护士笑着称好。在此期间，我还即兴写了一首歌词《家乡有个橘子洲》发表在杂志上。

我平时喜欢阅读报刊，特别留意医疗信息和保健知识。我以前爱吃腌制食品和剩菜剩饭，患病后，我改变了饮食习惯。根据病情，我按照报刊上介绍的医疗保健知识，进行多方调理，增加营养，坚持早晚从头至脚自我按摩和进行其它锻炼，并参加了癌症患者康复俱乐部。我把每天坚持锻炼当成自己的一份工作，把学习当成自己的一种信仰。

虽然我已康复7年多了，但还不能掉以轻心，抗癌是场持久战。现在我的胃功能恢复了，身体也渐渐好起来。年逾古稀的我，自我感觉良好，还学上网看新闻、收发邮件、写博客、学世界语、记单词、聊QQ……我还常与年轻人交朋友，对新事物与他们一样有求知欲和想像力，我的未来充满梦想和希望。

毛一原

### 综合治疗才是正确选择

2004年9月15日，单位组织体检时，发现我的肺部有结节影，要求作进一步检查。第二天我选择住进湖南省肿瘤医院，10月21日实施开胸切除手术，术中快速切片诊断为左上肺低分化腺癌。至此，我开始了抗癌康复的难忘历程。

4次化疗及放疗的西医治疗结束后，我选择了中医治疗及免疫治疗。在湖南省著名抗癌中医潘敏球教授、黎月恒教授（本报《湖湘名医》专栏2012年7月19日、11月27日曾先后报道——编者注）等知名专家指导下，我连续服用了5年中药，同时在康复的前3年中，每年的冬春两季，选择性进行免疫治疗，事实证明，只要我们的免疫系统足够强大，就不怕癌细胞兴风作浪。

坚持吃药和适量运动，良好的生活方式及合理饮食是康复的基础条件。回想患病前，抽烟、喝酒、熬夜、打牌……身体健康严重透支、不健康的生活方式让自己吞下了苦果。痛定思痛，只有与过去决裂，才有了我的今天。

值得一提的是，患者在治疗与康复期间，会少不了与保健品打交道。究竟要不要吃保健品？我是这样理解的：保健品和药品有着本质区别，保健品绝对不能代替药物，大家一定要警醒，不要轻信所谓的“熟人”推荐，千万不要让所谓的保健品耽误了自己的治疗和康复。