

生物醫學博士曾志鋒著《醫生向左、病人向右》精彩文摘

一些好轉反應的說明

大部分人在恢復健康的過程中都將出現一些不適症狀，叫做好轉反應（有人稱為暝眩反應），有些會比生病本身更加難受。

列舉一些常見的症狀給各位參考對照：

多痰----接受調養後出現多痰的症狀，是人體在排除呼吸道、肺部和黏膜系統的垃圾，是人體排毒的一種表現。

咳嗽----咳嗽是人體採用反射防禦的機制，排除聚集在人體呼吸道、肺部的毒素，是人體排毒手段之一。

皮膚病----接受調養後皮膚出現各種如過敏、水痘、癬、香港腳、青春痘、生瘡等，這是人體幫助肝臟解毒，排除累積在血液、組織器官中的脂溶性毒素的表現。

盜汗----接受調養後出現盜汗或多汗的現象，是人體排出淋巴系統毒素的表現。在不斷出汗的情況下，請及時補充蔬果汁，同時適當補充魚油。或者在浴缸裏撒一把粗海鹽，浸泡 30 分鐘左右，清水沖洗。

嘔吐或腹瀉----接受調養後出現嘔吐或腹瀉的症狀，是人體在排出胃腸累積的毒素。每次嘔吐或腹瀉完請及時補充「6 益菌」。有些人腹瀉到肛裂，可以用水溶性鈣離子加水稀釋後沖洗傷口。

頻尿----接受調養後出現尿頻的症狀，是人體在排出水溶性的毒素，而且可能頻尿會伴隨肌肉／關節或骨骼疼痛一起發生。

發高燒----接受調養後出現發高燒的症狀，是人體免疫力提升，排除累積在人體特別是骨骼中的毒素的反應，是人體自我改善的最佳途徑。發燒時補充大量的蔬果汁（1000~2000 毫升），同時補充 1000 毫克天然維生素 C。小孩子用量減半。

吐血或便血----接受調養後出現便血或吐血的情況，是人體將腫瘤、囊腫、息肉等液化後化為血水排出體外。上半身的腫瘤或囊腫由口腔吐出，下半身部位的腫瘤則由肛門排出。出現便血或吐血的症狀，儘量保持食用流質食物或單純的蔬果汁加適當的營養素。

黃疸----接受調養後部分肝膽部位有不適的病人，會出現黃疸的現象。持續一段時間後會消退。這是肝臟或膽囊纖維化細胞脫落、裂解造成血液膽紅素升高，是疾病開始康復的信號。

肌肉痠痛----接受調養後，出現肌肉痠痛的症狀是身體放鬆的表現。可以在浴缸裏撒一把粗海鹽，浸泡 30 分鐘左右，清水沖洗。肌肉放鬆的意義在於給身體傳遞解除警報的信號，使得腎上腺從超負荷的工作狀態中解脫出來，是改善健康狀態的關鍵點。

附件 2-3

抽筋----接受調養後出現抽筋的現象，是人體神經細胞恢復知覺過程中的調整動作。

全身不規則疼痛----接受調養後，當受損組織的細胞大量再生時，對周圍的神經產生壓迫，所以會產生疼痛感。這是組織再生的信號。

頭暈----接受調養後，出現頭暈的現象是血液循環改善的信號。當血液黏稠度下降，血管通暢時，血流速度會加快，便會產生頭痛頭暈等不舒服的症狀。

疲勞嗜睡----接受調養後出現疲勞嗜睡的現象，是人體改善肝臟狀況，表示以前對蔬菜水果攝取過少、睡眠不好或者經常熬夜，很愛暈是在補充過去睡眠的不足。

關節痛----接受調養後，出現關節痛，是人體在排出累積在滑膜、軟骨處的毒素引起的。出現這種症狀時大量喝蔬果汁，儘快將毒素帶出體外，同時可以服用水溶性鈣離子，加快排毒的過程。

胃痛----接受調養後，出現胃痛的症狀是胃部神經恢復知覺，同時胃受損部位細胞再生的表現。

血壓升高----接受調養後出現血壓高，是血管清除阻塞的過程，但當血管內的毒素全部清除時，血壓就會降低。

暈厥----身體在調養過程中反應過於劇烈，或是低血壓的病人，在血液循環改善後，身體沒有調整適應前，會發生腦部供養不足的現象，這時也會發生暈倒。只要心跳和呼吸正常，可以提供補充 6~9 小匙蛋白質粉，150 毫克天然 B 群維生素，2000 毫克天然維生素 C，1500 毫克鈣鎂合劑。

不同的人會有各自不同的症狀，但是希望大家記住一件事情：疾病的康復可能比疾病本身更痛苦，但是假如想要得到真正的康復，必須克服困難。**不要輕易去用藥物抑制這些症狀的出現。藥物的介入，將使一切努力白白浪費。**

出現這些暈眩反應時，首先自己確認在出現症狀之前是否發生過類似的症狀。

人體有不斷逆轉疾病的機制，即使是很多年前，甚至小時候出現的一些症狀，在給予身體足夠營養支援的情況下，都會有機會在疾病逆轉時重新出現，然後才有機會得到康復。

這種康復時出現的症狀通常在 5~7 天之內會消失，同時這種不適的症狀與生病時的體會會有很多細微的差別，每次經歷這些症狀後，身體都會到達前所未有的輕鬆或像回到年輕時候的感覺。

呂註：如果在食用基因營養補充品後數日，或是一段時間後，發生上述各種反應，請不用害怕，那是好轉過程中的反應，表示細胞正在逐漸矯正，身體逐漸康復了。

此時絕對不要吃西藥來減輕這些反應，這樣疾病就不會好了。此時最重要的是繼續食用基因營養醫學補充品，才能達到回復健康的最大效果。