

【健康感悟】貧窮和富有就是一場病的距離！



博主原曉娟（网名鼠尾草）

- 1994 毕业于中国人民大学中文系，
- 2003 加盟《时尚先生》任编辑主任，
- 2006 创办时尚集团第15本杂志《美食与美酒》，任编辑部主任。
- 2006.7 原晓娟被确诊为胃癌，半年后《时尚》集团拒绝续延合同。
- 2006.11 获2006国际博客大奖赛“最佳中文博客”大奖
- 2007.4.18 原晓娟因病辞世。
- 2007.5.9 丈夫项立刚决心为妻子讨回公道，准备和《时尚》打官司。

本周**重磅推荐**——

更多精彩内容，尽在开屏88日

原曉娟在博客中這樣感慨：貧窮和富有就是一場病的距離。在我們追逐富有的時候，有沒有意識到自己最大的財富就是健康和生命呢？中國每年至少30萬人被胃癌奪去生命，但有多少人能反思一下我們的生活方式與胃癌的關係呢？原曉娟雖然走了，她的“病床日記”依然在流傳，原曉娟不僅用自己“病床日記”呈現了對生命的渴望和執著，更用自己的生命給我們帶來對健康的反思和警醒。

【健康感悟】貧窮和富有就是一場病的距離！

昨天我到央視網的【中華醫藥】欄目逛了一圈，其中給我印象最深的就是《反思胃癌的美食家》。

一個34歲的成功女創業者，年輕、漂亮，有一個深愛她的丈夫，有一個非常可愛的兒子。可謂是家庭溫馨和諧，事業順利有成。然而就是這樣一個事業蒸蒸日上，生活甜甜美美的生命之花，卻因為胃癌而過早凋謝了。人們在深深為她惋惜的同時，也引發了深深得思考——事業與健康。她就是美食界才女、知名雜誌編輯部主任、資深美食編輯、美食家——原曉娟。

2006年7月7日，奔波于美食之路的原曉娟被醫院確診為胃癌三期，這個無情的診斷對溫馨的家庭無疑晴天霹靂，對如日中天的事業更是一個急剎車！一個美食家，吃遍天下美食，可萬萬沒想到自己竟然身患胃

癌。醫生爲了確定病因，問她可有家族癌症史？她翻遍三代也沒有在家族內找到一個身患癌症的。在她與醫生的交談中，她找到了自己身患癌症的原因——她的生活和工作方式。



曾經幸福而溫馨的家庭，卻因爲“突

如其來”的疾病而變得支離破碎！

原曉娟曾自豪地把自己的胃叫做“鐵胃”。然而，這看似堅強的“鐵胃”裏卻埋藏著很多可怕的隱患：

首先，這個美食裏少不了煎炒烹炸，這些經過長時間烹調的食物裏含有很多的致癌物質，而這個宴通常又會持續三四個小時，這麼長的時間，這麼多的食物滯留在胃裏，會有更多的致癌物侵害胃黏膜。

而更重要的是，娟子是一邊吃，一邊在思考這個美食文章怎麼寫，這其實對於胃來說是非常危險的，因爲我們的大腦重量大約占人體的四分之一，但是它的耗氧量卻幾乎是身體的四分之一。那麼邊吃邊動腦子就會使血液更多地流向大腦，那長期如此的話，胃就會出現供血不足，這樣是很傷胃的。所以俗話說“食不言，寢不語”，其實是有科學道理的。

第三就是，飽餐以後的第二天，娟子又會吃很少很少的東西，她以爲這樣胃就能夠得到休息，其實恰恰相反，我們的胃消化的時候要分泌胃酸，胃酸分泌是定時的，胃空的時候，會照樣分泌胃酸，這就會對胃本身造成傷害，胃得不到休息就不能夠自我修復，這不符合保胃養胃的黃金法則那就是“飲食有節”。

擁有“鐵胃”的人們，因爲胃從來都不鬧毛病，就往往會更加忽視自己利用胃的方法，所以健康隱患就更大。

據一項統計資料顯示，在胃癌患者當中飲食不規律，特別是晚餐不規律的人占到了 38%，其中相當多都是像娟子這樣的“鐵胃女士”，“鐵胃先生”。而經過了幾年超負荷運轉後，2006 年，原曉娟的“鐵胃”出現了不適的症狀。



躺在病床上的原曉娟在用自己的心

體會著生命與健康的意義！

昔日曾經是美食界叱咤風雲的原曉娟不得不面對現實，從 7 月 13 日起，她開始在新浪的自己[花花世界博客](#)寫“病床日記”專輯，通過她的博客來記錄自己與病魔鬥爭的心理經歷。2006 年 11 月的“2006 國際博客大獎賽”的結果在德國揭曉，她記錄病中生活的博客“花花世界”獲得“最佳中文博客”，原曉娟獲知得獎的消息後在博客中表示，“能否得獎對我變得不再重要，重要的是我能夠活著、能夠繼續寫下去，重要的是大家能夠繼續分享我的快樂！”在病魔面前，她有痛苦和不安，但是自信、熱情和快樂讓她展現了一個女人面對死亡的樂觀與堅強。一個無論何時都活色生香的女人，也像她在博客中寫的：“我本來想停下Blog，但每天來看大家的留言，我改變了決定。我想在身體容許的情況下，寫下我的‘病床日記’，包括我的眼淚、我的不眠、我的痛苦、我的反思、我對生的渴望。”她的願望是美好的，實在的，卻依然阻擋不住她體內無情的癌細胞快速擴展的步伐。

她本想留下自己一點點兒的胃，可現實情況卻沒有滿足她的願望。因為癌細胞繁殖很快，許多淋巴結感染，最終醫生把她的胃全部切除，用她的腸子代做了一個“胃”。這樣一個美食家，卻必須像嬰兒一樣再開始學著吃飯，讓自己的新“胃”適應。她戲稱自己是一個“無畏（胃）美食家”。



曾經自稱“鐵胃”的原曉娟只有到現

在才能真正地靜靜地躺在這裏體會本該屬於生命的綠色！

在 2007 年春節前的復查中，一切都顯示她的胃癌正朝著良好的方向發展。但意想不到的是癌細胞再次捲土重來，而且比第一次還要猛烈。她的身體越來越虛弱，而且腹部劇烈疼痛。用她丈夫的話說：她看起來越來越像個病人。當她進行第二次手術的時候，醫生看到的是腸子上、卵巢上滿是癌細胞腫瘤，也可以說，癌細胞充滿了她的整個腹腔。手術結束後，她抱著她的丈夫不停地哭泣，這哭泣中包含著多少心酸，多少無奈，多少惆悵，多少幽怨，多少後悔……

她的丈夫兩眼含淚地說：失去了她，事業、財富都已經變得沒有了意義。她意味深長地說：在現代快節奏、大壓力的生活中，有多少人忘記了自己最大的財富——健康和生命，希望我的例子能給大家以警醒！

醫生用了最新的技術，盡了最大的努力，丈夫賣掉了一處房子，原曉娟做了最積極的應對，這些還是沒有挽留住她的生命。原曉娟在博客中這樣感慨：[貧窮和富有就是一場病的距離](#)。在我們追逐富有的時候，有沒有意識到自己最大的財富就是健康和生命呢？中國每年至少 30 萬人被胃癌奪去生命，但有多少人能反思一下我們的生活方式與胃癌的關係呢？原曉娟雖然走了，她的“病床日記”依然在流傳，原曉娟不僅用自己“病床日記”呈現了對生命的渴望和執著，更用自己的生命給我們帶來對健康的反思和警醒。

不知道從這個故事中，您有沒有或多或少也看到了自己的影子呢？在贏了事業的同時，我們千萬別輸了自己的健康。生命之樹的長青需要我們用心去呵護！