

●黄慧明现身说法：（45岁，声带癌患者）

抗癌心得：多喝薏米水、牛蒡水、椰水；勤练气功、参加心理辅导课程

45岁的黄慧明在声带癌病中逐渐康复后，每年农历正月初一，当每个人忙碌于拜年时，她却选择在沙亚南公园与其他病友度过新年的第一天。

2004年尾，黄慧明开始感觉呼吸不顺畅，她曾怀疑自己是否患上气喘问题，可是，经过中西医检验和治疗都无法根治，“常常在半夜会因为呼吸困难而扎醒，才紧急前往专科医院，要求医生做最深入紧密的检验，被证实患上第二期声带癌。”

患上声带癌的治疗方法是切除声带，接受化疗和电疗，过后安装辅助说话的仪器。这样一个残忍的宣判，疼爱她的丈夫一时接受不来，一阵激动下突然痛哭起来，相反的，黄慧明出奇冷静，只是整个脑袋都空白了，“当时，只是想到癌症就等于死亡，就宣判自己死刑了。”

心里即使难过，也得要面对这个不能预知的命运，医生告诉她说一定要接受化疗和电疗疗程，不过开始接

受治疗的第一个星期会很痛，而且会有副作用，她很淡定地回答说：我不怕，不过我会好吗？医生简单回答说：“会的。”

他们没有作出任何决定，回家后，才再做进一步的决定，“当时，我还可以面带笑容，似乎不当有事情发生，不过我的内心一直挣扎说：我没有做错任何事情，为什么会有如此遭遇。”

■到新加坡求医

一个星期后，夫妻俩决定前往新加坡寻求治疗方式，综合了所有医生的建议，他们决定接受为期3个月的电疗，免掉割除声带和做化疗的命运。

她选择在新加坡接受治疗，因为那里有先进的医学仪器，可以带给癌症病患者一个新希望。她在医院总共接受34次电疗疗程，没有任何副作用，只是觉得喉咙不舒服，“食道变小了，不能吃固体食物，只能把食物打烂，变成液体，容易进口，不管有没有

胃口，一定要定时把食物吞进去。”

接受电疗前，她非常瘦，接受电疗后，整个人都胖了起来，胃口还不错，“我不挑食，什么都吃，而且吃得清淡。”

住在医院的3个月，她没有闲着，乐观的心态经常会主动请教健康的病友，“听说气功不错，就会积极学习；听说念经也有不错的效果，每一天空闲时间，都会诵念‘药师咒’，让自己的心定下来；我也参加参加心理医生开设的辅导课程，开阔自己的心灵。”她同时接受心灵和西方医学治疗，达到更佳疗效。

在饮食方面，她建议癌症病患者饮用指定牌子具有杀菌的蜜糖，也不妨多喝薏米水、牛蒡水和椰水，有助于改善病情。

她也定时在沙亚南公园打郭林气功，融入自己的身心灵，享受练功活化体内细胞，同时与其他病友分享自己所走过的“病”路历程，“以前，我的世界只有丈夫和孩子，患病后，原来我可以学很多东西，生活很好玩。”

