

为亲情,她走上漫漫抗癌路;为感动,她带领病友一起抗癌。请看——

# 余秋芳的 27 年乐观抗癌录

□ 记者 杜武文/图

“抗癌大姐大”是相熟的病友们对余秋芳的笑称,性格开朗的余秋芳老人今年 71 岁,坚持练气功抗癌,本月 14 日,她度过了自己练气功抗癌整整 27 年的纪念日,我市许多病友一起来为余秋芳祝福。其间余秋芳告诉大家一个好消息:她上周到北京复查,各项身体指标都趋于正常,这无疑是对她抗癌 27 年来最好的回馈和礼物。回忆起抗癌历程,余秋芳说,坚持不懈和积极心态最重要。只有这样,再加上科学治疗才能起效。27 年来,余秋芳经历了人情冷暖和生死的考验,今天,面对疾病和命运的不公,她早已从容淡定。

## “被判死刑”,她为亲情而战

27 年前,44 岁的余秋芳被确诊患有乳腺癌(晚期)。那时是 1983 年,医生曾劝说她放弃进一步的治疗,交代她的家人:“让病人回去吃点好的,多走走看看,少留下些遗憾。”

医院已经向她宣判了“死刑”,当时的余秋芳感觉好像晴天霹雳。确诊病情不久,余秋芳的丈夫选择了离开她,这让她陷入了又一个痛苦。余秋芳成了朋友眼中不幸的代名词,但性格要强的她不愿这样坐以待毙。

在余秋芳遭遇困难的时候,父母给了她最无私的爱。母亲按照治疗方案每天早起给她熬食疗药粥,监督她饮食起居;父亲鼓励她说:“你就像战场上被敌人包围的战士,只有奋力突围出去才有活下去的可能。”

亲情,给了余秋芳余疾病抗争的勇气。为了亲人,余秋芳发誓吃再多苦也拼了。从那时起,与疾病抗争,成了余秋芳最重要的人生目标。

余秋芳买来许多有关癌症治疗方面的书籍开始研读。经过大量学习,她对自己的病情



余秋芳教病友练气功。

有了科学而客观的认识。她辗转到外地医院接受了一次大手术后,根据自己的情况,选择用气功治疗、食疗、中医治疗、体能锻炼等方法相结合,配合术后康复进行综合医治。余秋芳每天坚持在床上进行尽可能的锻炼,几个月下来,她浮肿的双臂渐渐恢复正常,她感到一天比一天有精神,一天比一天的状态更好。当她能够恢复自由活动后,她为自己制订了一套更加完善的治疗方案。

经过系统的气功练习,余秋芳竟然有效遏制了自己的病情恶化程度,再次体检结果显示,病情有所好转。

渐渐地,余秋芳依靠练习气功抗癌的事在左邻右舍传开了,还有人跑到她每天晨练的公园里跟她学。余秋芳想,自己已经有了与病魔一战的能力,她要把经验告诉更多的病



友,帮大家抗癌。

## 团结起来,快乐康复

2006 年,余秋芳加入了市红十字会下属的抗癌康复俱乐部,在这里做义工。余秋芳与病友们交流自己的土法抗癌心得。大家提出口号:团结起来,快乐康复。

在这里,余秋芳接触到了更多病友,跟着她练气功的人也越来越多。为了照顾出门不便的病友,余秋芳把大家划分在就近的公园里晨练,而她自己却要不停地赶公交车,每天早上到好几个公园去义务教课。

“我最怕的就是刚来的那些病友,他们悲观、失望的消极态度不但对自己不利,对其他病友来说也是一种心理负担,这是最要不得

的。实际上,只要肯坚持科学治疗和体能锻炼,每个人都有机会改变。”余秋芳说。

无论寒暑,无论风雨,余秋芳坚持锻炼的身影总是在那里。她说:“虽然坚持是个很辛苦的过程,但我宁愿受这样的苦,也不愿忍受病痛折磨。”每天练功前,余秋芳都要这样告诫大家:“面对癌症,你弱它就强,你强它就弱。”她认为,乐观和轻松的心态才是战胜疾病的最佳法宝。

## 坚持下去,拥抱健康

如今,食疗已经是余秋芳生命的一部分了,拿出冰箱里的几样蔬菜,余秋芳如数家珍。紫茄子、西红柿、洋葱,这些都是有一定辅助治疗效果的蔬菜,也是余秋芳的菜谱中最为常见的。

去北京复查身体时,除了让人高兴的检查结果,余秋芳还有一个收获,就是她跑遍了北京大大小小的书店,买回了各类关于治疗肿瘤的实用书籍。为了不让这些书籍在寄送时丢失,余秋芳把买到的二十多斤的书全部随身带了回来。市红十字会康复中心的张老师告诉记者,病友们不好意思接受赠予,非要给余秋芳付钱,差点儿让她“翻了脸”。

每当看到更多的病友在顽强而乐观地生活,不向命运低头,余秋芳都深受感动,在康复中心这个公益性组织里,她从没有请过一天假,免费教学,把这里当成了自己的家。

抗癌至今已 27 载,余秋芳的父母都已故去,儿女也都已成家,她与病魔作战的斗志却丝毫未减。有了这股劲头,健康永远属于她,我们祝福余秋芳老人!

洛阳网  
WWW.LYD.COM.CN  
——洛阳人的网上家园  
点击生活 服务无限

地址: 洛阳新区开元大道报业大厦22层 广告热线: 0379-65233618