

3

第三章

依照內經總述， 身體的病只有三十大類

- 01 | 微觀醫學嚇死人 …050
- 02 | 身體疾病不外三十大類 …056
- 03 | 從中醫認識肺臟與大腸 …060

4

第四章

免疫力的直接提升 ——大腸原生菌

- 01 | 人類第一株腸道原生菌 LGG …076
- 02 | 原生菌的辨識 …080
- 03 | 原生菌對抗感染的三大能力 …082
- 04 | LGG 菌對健康的多方面益處與建議 …084

5

第五章

用原生菌取代藥物

- 01 | 摒棄胃藥 PPI，
遠離小腸細菌過度增生（SIBO） …090
- 02 | 遠離降膽固醇用藥 …094
- 03 | 原生菌可改善安眠藥的戒斷症 …100

6

第六章 十四種情況， 原生菌效果明顯

- 01 | 腸胃潰瘍 …108
- 02 | 腸道疾病
(便秘、痔瘡、息肉、沾黏、腸躁等) …110
- 03 | 胃病 …112
- 04 | 孕婦—新生兒 …116
- 05 | 孕婦—泌尿道感染 …119
- 06 | 新生兒肺炎鏈球菌感染 …122
- 07 | 產褥熱（產後感染） …126
- 08 | 開刀手術後黏膜修復 …128
- 09 | 減肥 …131
- 10 | 皮膚病（如：異位性皮膚炎） …133
- 11 | 癌症（尤其是胰臟癌患者） …136
- 12 | 外用保護黏膜 …139
- 13 | 口腔疾病 …140
- 14 | 使用抗生素者 …144

結語

AI 時代的醫病觀念及做法

- 01 | 病人的參與，重視個別差異 …148
- 02 | 細菌參與多樣性 …151
- 03 | 天地環境要考慮 …156
- 04 | 親友參與心安詳，療癒兼顧身心靈 …159

尊重古醫智慧， 為現代醫學尋曙光

■ 文／游朱義（國際認證病症分析師）

非常感謝蔡凱宙醫師，在本書中大量引述與參閱本人《原態》系列著作。古人智慧與現代醫學巧妙的結合，論述的統一，可以造福更多不同醫學信仰的大眾，蔡醫師對古人智慧的認同，使本人受寵若驚，難得在醫學黑惡勢力壟罩的今天，有一簇光明湧現，真是令人振奮。

我尊稱蔡醫師是「臺灣的良心」，在善良的臺灣人中，尤其在醫學界中，兼具道德勇氣者為數甚少，蔡醫師首屈一指，令我尊敬。他為眾生健康的奮鬥不懈，我們有目共睹，也祈願恩主加持。

喚醒人和大自然 連結的療癒力

● 文／曹天順（基層診所醫師、能量調整者）

這本書從健康議題出發，喚醒人類被封印許久的靈魂和本能。

本書是蔡凱宙醫師的第 5 本著作，書中描述了他接觸原生菌的因緣，並針對原生菌在人體的角色以及其應用特點，做了廣泛的說明。藉由原生菌的實證醫學以及古典醫學的論述，讓我們有更多的了解和更好的選擇。

蔡醫師在書中提及，在著作本書的過程中，有部分內容參考自游朱義老師先前出版過的書籍。游朱義老師是蔡醫師自然醫學領域的老師之一，因緣際會投身到古典醫學，打開醫方法門的殿堂，導入能量共振的應用觀

點，將人體病因的學問彙整出一套系統，讓人方便學習。簡單說，游老師善於統整含括天地人、無形有形等多元病因，把西醫複雜的病理病因，轉譯為人人可學易懂的古典病因論述。

蔡醫師在西醫和自然醫學的融合與游老師的古典醫學和能量共振觀點，都是現代醫學所欠缺的。

這本書的內容不能只用吸引力來評量，用共振力或穿透力來描述更為恰當，這是人類共同提升經驗洪流的第一波浪，猶如進入了宇宙源流共振人類真善美之生命能量海中。本書適合每一個人閱讀，能夠喚醒人和大自然連結的療癒力，也為人類覺醒歷史樹立地標。

蔡醫師有他身為西醫的反思和期許，由中醫的思路反映出西醫的盲點，強調藥廠不能全部代表西方醫療，每位醫療人員應與時俱進並且創新改變。這可從蔡醫師臨床經驗得到驗證，透過自然骨科的方法，包含原生菌與門診減藥，減少一半以上的骨關節手術。

全書一個很重要的觀念，看病必須先找對病因才能

預防、拆解乃至於逆轉病症，西醫的做法都在對抗身體，反而讓身體失去自然平衡的本能。

西醫對抗自然平衡的本質是三維世界的極致表現，試圖帶領全人類走向二元對立的不歸路。然而在地球揚升的歷史中一直都存在多元醫療的選項，這是在大自然就能找到的資源，在人身上就能展現的流動。

我們能找到真實的病因並維持在健康的狀態嗎？答案是肯定的。健康是具有無敵感染力，讓接下來的五維多元地球時空能在有愛的世界，等待有緣新世代能透過覺醒找到屬於天地人的頻率。看病不只是為了遠離病痛糾纏，而是認清人與大自然的完美設計以及超強連結，並藉著人類的理解、體感和驗證來傳遞與共振自然之道。

益生菌與總體 基因體療法

● 文／張朝翔博士（藥師 / 藥學博士 / 趨勢醫學專家）

總體基因體醫學（Metagenomics）研究的主題方向之一，是消化道菌叢對整個人體之基因組表現與生理及病理反應。事實上，人體之基因組表現，消化道菌叢約莫是人體細胞的九倍。對於人體，不論是從出生之時，到年華老去，益生菌態之優化與平衡，無時無刻都在影響著宿主之健康。

以益生菌作為藥物獲得藥證，或作為療程之主要介入治療，或用於緩解不同器官軸相與適應症，在我的職業生涯中，有重重著墨一筆。

原生菌，人體最初的菌，以此為概念於腸道菌相老

化與菌叢紊亂，是一個可以思考的介入療法。每個人都希望永保年輕，但人體細胞會因老化而失去分裂與眾多活力，原生菌也是，它的分裂次數有其極限，在追求身體細胞年輕的過程，也要追求腸道，尤其是迴腸與大腸菌叢之年輕與活力。

人體之細胞是屬於第一基因體，而消化道益生菌叢就是屬於第二基因體之有益於健康的部分，不論是自然醫學、輔助醫學，又或是主流醫學，皆不能否定益生菌對人體之重要性，尤其是免疫與防禦系統與淨化與毒素去活化。近年來，消化道—器官軸相（Gut-micro flora axis）是一個很有趣且廣範的研究主題，原生菌可能影響著尿毒素生成與腸腎軸之健康。

我認為益生菌製劑，可以解決許多小分子藥物無法解決的問題，又或是藥物與疫苗引起之副作用。希望蔡凱宙醫師能將更多的菌製劑融入他的醫學觀，實際於臨床上幫助更多的人。

AI 時代， 你的健康你做主

● 文／羅志鵬博士

（資深碼農、AI startup 聯合創辦人、緯創資通總監）

身為一名長期關注科技與健康的跨領域工作者，我對蔡凱宙醫師的新作感到格外興奮。作者以淺顯易懂的文字，將複雜的醫學知識轉化為我們都能理解的觀念，並鼓勵我們在這個 AI 時代，成為自己健康的主宰。

作者強調，在醫療上我們不應盲從權威，而是要積極參與、主動學習。這讓我聯想到 AlphaGo 的成功。AlphaGo 之所以能超越人類棋手，並非僅靠龐大的棋譜資料，而是結合了深度學習和自我對弈，不斷提升自身。同樣地，在面對健康問題時，我們也需要具備批判性思

考的能力，才能做出最適合自己的選擇。

本書不僅提供我們全新的醫療觀點，更提供了實用的建議，幫助我們建立更健康的生活方式。無論您是對健康有高度關注，還是只是想更了解自己的身體，這本書都值得一讀。

孕育健康的新生命

■ 文／周玉惠（助產士）

本人從事助產工作多年，深深體會要有健康的寶寶必須先要有健康快樂的孕媽咪。從準備懷孕前，就要有健康排毒的概念，因為大多數的病都是吃出來的。從生活模式與飲食習慣的改變做起，健康快樂的孕媽咪所孕育的寶寶，能減少基因慢性病的發生。

有了健康飲食的概念，就要身體力行，如此對孕媽咪和胎兒都有極大的助益。

1. 每天要曬太陽約半小時，吸收太陽的能量。
2. 每天的飲水量約 2500cc，不喝含糖、咖啡因、酒精、人工色素、香精的飲料。

3. 少吃精緻食品、澱粉麵包等食物，多吃原食物五穀粗糧、有核的水果、天然顏色的五彩蔬果，也可以打成精力湯或綠拿鐵，有助於排便（最好一天兩次）。
4. 每天適當的運動，步行約 6000 步，可增強體力並提高睡眠品質。
5. 開懷大笑活化細胞，增強免疫力。
6. 自己是宇宙，要相信自己，吸引優質的正能量。

自然生產是一種藝術不是生病，生產時要配合呼吸節奏及各種技巧、姿勢（如瑜伽動作），並由媽咪和寶寶用心靈溝通、對話，祝願每一位媽咪都在歡樂的氛圍中迎接新生命。

遠離非必要藥物和手術， 疾病才能得治

會認識游朱義老師，是因為我的患者王素珍女士。在疫情期間，我十分反對急就章的疫苗，也看到疫苗帶來的許多副作用，病人出現各種怪病，西方傳統醫學院教的方法沒有辦法治療，所以我千方百計找尋其他有效的治療方案。王女士使用游老師的共振產品，對疾病復原幫助甚大，效果超越藥廠醫生的打針用藥，我心喜之，於是透過王女士送給游老師一本我的著作《骨力自癒逆轉密碼》，表達我希望能夠跟他多多學習的意願。游老師也很慷慨的，跟我分享他在古典醫學的著作及見解。

從他身上學習腫中放血，也改變了我所有臨床的經

驗，原來臚中穴對於人體的運轉這麼重要；其他共振的產品，也讓我的病人加速疾病的痊癒。共振產品能產生的療癒效果，真如古經典所記載，無所不能，讓人驚艷，但其中最有效，也是使用量最多的，就是「原生菌」。我從游老師的著作小白書《原態 6》之中，獲得很大的啟發，因而大量購置小白書，分送給在診所裡所有使用原生菌的患者。因緣際會，游老師想要把小白書的內容加以發揚光大，所以我今日才有機會在這裡跟大家分享一些我在診所裡使用原生菌的經驗。

所謂的原生菌，是指存在人體的腸道中，最原始的細菌，和人類和平共存已有多年。游朱義老師的原生菌，讓我的病人得到許多的好處，最重要的是重建腸道的菌相。改變菌相就會改變人體基因的表現，特別是施打疫苗之後的副作用，一定要先從改變大腸的菌相開始，才有辦法解決。當好菌增加，壞菌就住不進來。好比在一個社會中，只要好人夠多，制度夠公平，壞人自然沒有辦法做壞事，我們不用去抓壞人，社會自能長治久安。

人體的原生菌，是腸道中最重要的細菌，和人體細胞中的粒線體可以藉著氣體互相溝通。所以吃了原生菌以後，人會一直放屁，屁一開始是臭臭的，到最後會變成香香的。人的精氣神、主觀的感覺都會明顯進步。人覺得比較有精神跟體力，比較不會酸痛疲倦，自然就不需要看藥廠醫生，不看藥廠醫生就不用吃藥，很自然就能遠離因不當藥物帶來的疾病。

我的本科是骨科醫師，來自臺灣大學附設醫院，曾經在國泰醫學中心服務 10 年，幫許多患者進行人工關節置換手術。近 10 年來，潛心研究自然骨科，也就是以「非手術、非藥物、非疫苗」的方法來治療關節炎。有幸接觸游老師的原生菌之後，成功讓許多病人體重減少、藥物減少、睡眠品質上升、體脂減少、肌肉增加、關節的軟骨再生能力上升，許多病人的膝關節炎不藥而癒，真的很神奇。

我總是提醒每一個想要以開刀治療骨頭疾病的病人，一定要先嘗試自然骨科的療法，試一試原生菌，有

很大的機率可以不用開刀。這是我這 10 年來，可以說跌破眼鏡在臨床上的經驗。事實上，我們骨科醫生不用開那麼多刀，好好的使用原生菌，加上內科藥物的減量，最少可以減少一半以上的骨科人工關節手術。

總而言之，很感謝主耶穌的安排，讓我在疫情期間，能夠安然的渡過這個「藥廠醫療」最黑暗的時期，也讓我能夠認識游朱義老師所推廣的「人體動力學」及「古典醫學」。這些先人的智慧，必須要結合西方正統的醫學倫理，即古希臘醫聖希波克拉底（Hippocrates）所提出的，「First, do no harm.（第一原則：不傷害）」，意思就是不要傷害任何生命，順應生命引導患者找出生命的活路。

現在西方的藥廠醫學，已經違背這個第一原則。將利益擺在人命之前，違背醫療倫理的基本架構，用藥物阻斷劑堵住活路，變成慢慢死亡之路，臺灣醫療變成藥廠獨霸，霸凌所有的媒體，醫療人員也是受害者，患者更是可憐的韭菜，身為醫生，我絕對不能接受！

再三提醒，藥廠醫療不能全部代表西方醫療，他們只剩下金流，絕對不是主流！真正的主流，是要和所有的東方與西方的人民們站在一起，每位醫療從業人員，都應把古聖先賢們「為天地立心，為生民立命」的道德情操，當作自己內心的基本要求，所有的醫療產品，就像日常用品一樣，自己願意天天用、給自己的家人用，才有資格讓全民一起用，並且要不斷地研究學習，與時俱進，按照時代的變化，創新改變，才能夠在這 AI 的時代，「為往聖繼絕學，為萬世開太平！」

本書部分內容乃參考游朱義老師的《原態》系列書籍，謹此致謝。
並特別感謝台灣高鐵工程技術顧問藍敏宗博士、蔡潤苗女士協助為本書校稿。

第四章

免疫力的直接提升 ——大腸原生菌

鼠李糖乳桿菌（LGG）的應用，
開啟了人類不需要依賴化學藥物
就能補充身體免疫能力的新頁，
是真正的自然醫學方案。

01

人類第一株 腸道原生菌 LGG

人體既然有很強的免疫系統，大腸自己也製造好菌，人體經過幾千萬年的演化，到底大腸自己會製造出哪些好菌（大腸自己能做的叫做「原生菌」）？科學研究向來就不斷探討發掘，人類第一株原生菌從體內篩檢出來，體外培養成功是在 1983 年，是美國資助「洛克菲勒醫學研究中心、北卡羅萊納州立大學」研究計劃的成果。這株菌稱為「**Lactobacillus rhamnosus GG**」，

中文是「鼠李糖乳桿菌」，簡稱 LGG。美國食品和藥物管理局（FDA）已將 LGG 指定為公認的安全菌種（Generally Recognized as Safe, GRAS），2007 年被歐洲食品安全局（European Food Safety Authority, EFSA）授予合格的安全鑑定（Qualified Presumption of Safety, QPS），這開啟了人類不需要依賴化學藥物，就能補充身體原來就存在的免疫能力的新頁，這才算是真正的自然醫學方案。

LGG 幾十年來已經被廣泛應用到各種疾病治療，發表超過 1000 篇以上的論文，上網用「鼠李糖乳桿菌 *Lactobacillus rhamnosus*」搜尋，會出現成千上萬的文章，臨床驗證 LGG 的有效實驗，非常廣泛與龐大。這是人類首次不用藥物，直接運用人體本然的東西來協助疾病患者，它的安全性與有效性自然不在話下。LGG 幾十年來所有驗證過的效能，各國對 LGG 的運用研究，真是鋪天蓋地，令人眼花撩亂。原生菌的問世，代表其

他的益生菌已經沒甚麼價值，因為原生菌在腸道壽命約為益生菌的 10 倍，但商業信息的傳播決定了市場的銷售和觀念，一般人不知道有原生菌，只知道有益生菌，醫院也不採用原生菌作為提升免疫治病的方法，因為這個方法太簡單，不符合醫療經濟學的長期效益，也因此原生菌就只被少數人運用，甚為可惜。

在任何科技領域，一個斷層革命的技術問世，徹底摧毀與取代現有市場秩序與利益鏈，其結果只有兩個悲慘下場，好一點的被「購併消滅」，壞一點的就是「謀殺消滅」，歷史上案例太多了。大腸原生菌的問世，也是人類健康的革命性產品，它在時機與策略上的雙重因素下，沒有被消滅，算是天意吧。

LGG 的問世，無疑是在化學藥物和健康產品市場的殺手鐮，嚴重破壞了龐大的利益市場，有了原生菌，身體免疫能力直接提升，等於這些化學藥物通通完蛋了，因此它被整個龐大的利益市場刻意壓制，拒絕銷售，經

歷了將近 40 年，至今仍然如此，故事很冗長，我們不贅述。

益生菌能於今問世，一方面是當時的公司改變策略，不再單獨銷售，轉換角色成為所有健康食品的添加劑，與利益集團共存，一方面是技術專利到期，各方勢力也介入研發製造。當下能吃到這樣的東西，也是需要福德之人，因為媒體也不敢宣傳這樣得罪龐大醫藥系統的產品，所以一般人也很難知道這樣的信息。

02

原生菌的辨識

1 原生菌在人體存活時間長

如果我們不從醫學角度來說原生菌，而從腸胃保健的角度來說，有了腸道的原生菌，市面許多益生菌都可以打包回家了。光是從能在腸道存活的壽命來說，原生菌的壽命大概是 20 天，外來益生菌如同食物，今天吃明天排，就連廣告最敢說的品牌，也只敢說 7 天。光是在腸道存活作用的時間，原生菌就是外來益生菌的 3 至 10 倍。有了原生菌，益生菌就只能淪為陪襯了。但是整

個經濟市場永遠存在多樣化，益生菌龐大的市場，豈能允許被一隻原生菌打敗？這並不符合總體經濟效益，所以沒有人會去關注這件事。

太多研究的內容解說，不是本書的目的。FDA 都已經核可效用的，我們無須再舉證說明。本書旨在提供讀者從古典醫學角度認識腸道原生菌，並提供它可以運用的領域，再者是分辨益生菌和原生菌的差異，以免被眼花撩亂的商業廣告給矇騙了。

2 從包裝辨識何謂原生菌

美國的 LGG 原廠以原料廠為定位，供應給非常多行業作為腸胃食品的添加劑，他們自己則是訴求更有利益的醫療市場，一般消費者是無福享用高純度的原生菌的。純的原生菌價格高，一般消費者沒有認知，市場就難推銷，益生菌市場便宜又多樣，造就了原生菌的埋沒。但消費者可從外包裝寫的「原生菌」作為辨識標準。