

# 从疾病的复杂性谈医疗保健的未来

— 来自法轮功祛病健身效果调查的启示

何迈

【正见网】

## 一. 西方现代医学的成就与不足

西方医学在二十世纪得到了迅猛的发展，不仅完全改变了当代医疗保健的面貌，也改变了今天人们对于疾病和健康的理解。西方医学在归纳推理的实证科学基础上形成了对于疾病病原、病因和病理的理解并相应地发展了特异针对病因的治疗方法，如抗生素的发现及其在传染性疾病上的应用，胰岛素的纯化及其在糖尿病上的应用，维生素的使用，无菌外科的发展，等等等等。西方医学的成功，使其成为检验其它医学体系的标准。在西方实证医学看来，二十世纪前的其它医学体系的成功来自心理作用，即非特异性的或是由于安慰剂效应。西方实证医学自豪地认为西医的疗效不需要病人对于医药或医生的信赖，甚至不需要医生的同情。可是，在所有的疾病中，西方实证医学的特异治疗方法仅能成功地治疗大约 25% 的疾病，那么剩下的 75% 该怎么办？(1)

一些医生认为我们不能忽略其它的医疗体系，应从中学习借鉴。大多数的人却认为只要更深入地研究，一定能解释疾病并找到相应的特异针对性的治疗方法。大多数的医学研究人员也正是继续在实证科学的基础上通过细胞来找答案。人们期望对于受体、信号传递途径和基因的研究能为西方医学所提倡的特异治疗方法提供疾病特异的靶标，从而设计出相应的药物与疗法。近三十年来细胞及分子生物学迅猛发展，DNA 成为生命科学的标志，基因和基因组的研究成为科学上最热门的话题之一，无数的人力物力投在基因和基因组的研究上，人们充满希望地等待着。结果怎样呢？

最近一些顶级科学权威杂志的文章也许能说明一些问题。2002 年 4 月 4 日的 416 期《自然》杂志发表了一篇名为“预防仍然是最好的药”的评论文章(2)和“癌症研究：依然处于守势”。后一篇文章作者 ALISON ABBOTT 说：“在可预知的未来，吸烟杀死的人数比癌症研究人员可以救治的人数多。”文章说，“癌症生物学发展几十年来，人类似乎看到了一点可以治疗的迹象(3)，但是，近期更多的临床试验失败表明了对癌症认识的片面性和药物治疗的片面性，如两种最令人兴奋的新型抗癌药物 Gleevec 和 Endostatin 的临床试验的彻底失败令人怀疑动物试验结果的合理性和科学性(4-6)。”文章还谈到，每隔几年就会有一种“灵丹妙药”问世，声称将可以治愈癌症，但是这些在实验老鼠身上起作用的抗癌新药每次都在临门一脚的临床试验中败下阵去。自 1971 年美国尼克松总统宣誓与癌症的战争开始以来，联邦政府每年都至少投资 460 亿美元给癌症研究，一些科学家现在认为癌症已经成为科学的“越南战场”，陷在沼泽地里。今年二月的《前景》杂志上，一位伦敦大学肿瘤外科专家迈克尔博姆说：“和疾病的战争陷在对过时的范例的盲目的坚持中。”人们先是对以肿瘤基因为靶子的药物表现出极大的热情，失望后又掀起一阵对以增加抑癌基因功能的药物的热潮，然后是对针对癌细胞端粒酶的药物，诸如此类。但是最终都以失望告终。此外，癌症死亡率的统计数据让人很沮丧，而且，从统计表中我们看到，在癌症生物学发展最红火的阶段，最危害人类生命的几种癌症，如肺癌、乳腺癌、前列腺癌以及结肠癌致死人数都增多了而不是减少了(11)。

尽管事实如此，科学家们仍很乐观，在同一期的《自然》杂志上，科学家们还是认为只要继续在基因和信号传递系统上下功夫，一定能成功地设计出有效的特异抗癌疗法。基因为主导的医学研究真的能带来答案吗？在这种背景下，2002 年 4 月 26 日的《科学》杂志提供了对于现代医学出路的一些讨论。

这一期科学杂志的主题是“复杂性疾病之谜”。专题介绍的题目就是“不仅仅是基因的问题”，文章谈到“最常见的疾病是最难治疗的，心脏病，癌症，糖尿病等等，所有这些都是属于“复杂”或“多因素”疾病，这意味着它们不可能归咎于一个单一基因的突变和一个简单的环境因素。恰恰相反，它们来源于许多基因，环境因素，容易导致疾病的不良行为等等因素的联合作用……” (7)。

哈佛公共卫生学院的 Walter C. Willett 在他的文章“平衡行为方式和基因的研究以预防疾病” (5) 中谈到“超过 70% 的中风、结肠癌、冠状动脉心脏病、二型糖尿病是可以通过改变生活方式加以预防的……分子生物学研究已经帮助人们认识到遗传因素在疾病上的作用，主要由遗传因素导致的疾病是罕见的，只占主要癌症和冠心病中不到 5%……在西方人群中，绝大多数癌症是由环境因素导致的……虽然遗传因素和环境因素(包括饮食和生活方式)都在众多主要疾病的发病上起着重要的作用，但许多证据表明环境因素是最重要的。过份强调和期望基因研究在预防疾病的重要性有分散研究优先性和研究资金的危险”。他还指出：“现在医学研究的资源已严重地偏向疾病的治疗而不是预防，即使在疾病预防的研究上也严重地偏向药物预防而不是通过改善饮食和生活方式的途径，而后者相对来说是更为有效的”。Willett 在文章中还谈到遗传因素在许多疾病中的作用主要体现在大量遗传因素的联合作用，单独的每个遗传因素在疾病发生上作用并不大，这使得设计针对遗传因素的药物或疗法意义不大。另外，再以癌症治疗举例，现在医学原来认为肿瘤具有同一性，来源于一个癌变的细胞，引入新的分子生物学技术后发现即使在一个肿瘤上的癌变细胞之间并不一致，也就是说，即使在同一个肿瘤上的癌变细胞的突变基因也不一样，这如何针对治疗呢？(8)

英国爱丁堡大学的 Jonathan Rees 在他的文章“复杂性疾病和新的临床科学”中谈到：“今天的医学研究以遗传的观点的发现为主……尽管基础医学研究呈蘑菇式的快速增长，临床上的突破却越来越少，50 年代和 60 年代那些改变医学根本面貌的治疗方面的革命已不复再现，市面上新药越来越少。无论是药物公司还是生物技术公司，产品的成功率都很低……人们把疾病分成碎片来研究并不等于在治疗上也能达到相应的精确度……”，他认为临床研究和以病人为导向的研究是很重要的，并举了皮肤科上的两个例子说明尽管对疾病的机制不明了，通过临床观察也能在治疗上取得相当的成功，甚至根据疾病的机制“设计”出来的药物在临床效果上上比从通过临床经验得来的药物差得多(9)。

加州大学伯克利分校的 Richard Strohman 对于疾病的基因型与表现型的关系问题，从系统生物学的角度出发，提出不仅仅是基因，而是一整个动态的复杂的网络决定了疾病的表现，“在所有的复杂性的疾病中，基因起了必须的，但仅仅是部分的作用”。“在建立在一直忽视动态系统的科学体系基础上的医学生物技术领域的发展中，危机正在形成”，他觉得从整体代谢系统的角度进行代谢控制分析能为这些复杂动态网络的研究提供一条途径(10)。

上述研究和观点说明在西方医学所能理解和认识的疾病的病因是很复杂的，针对单一基因，甚至对于多基因的特异疗法在理论上行不通，更不要说技术上的困难了。而且，药物治疗为主的医疗保健体系成本高昂，收效却不大。Willett 在他的文章中举例提到单单控制血胆固醇的药物 Statin 每年花费 300 亿美元，可对控制冠心病的发病收效并不大。

总而言之，现代的科学对现在科学，特别是现代医学中以基因为主的发展道路所遇到的危机开始有了清醒的认识，开始认识到和呼吁重视预防的重要性，也开始反思是否有更有效的办法。

## 二. 预防的迷思

让我们回到预防的话题，预防癌症的专题是一个很模糊的专题，按照现在科学的说法，癌症的病因都不清楚，那么如何预防呢？专家们只能从一些癌症的高危因素着手，现在人们知道的预防因

素是：戒烟、改变单一的营养结构、少晒太阳和增加体育锻炼，可是这些办法是不是从根本上解决了预防癌症的问题？显然没有。因为从人类大力推广这几个有利于健康的因素以来，癌症的发病率和死亡率并没有减少。

更为可笑和令人忧虑的是政府的行为也充满矛盾，在主要的西方国家里，吸烟在三分之一的癌症中起了很大作用，并不仅仅局限在肺癌。这个统计数据表明预防疾病的重要性，特别是禁烟运动在与癌症的战争中的重要性，很重要的一步是制止烟草公司的无休止的香烟促销行为。但是人类社会是一个充满矛盾的政治和经济体，比如，欧委会有反对吸烟的政策，并有责任来减少吸烟，但是同时欧盟每年花九亿美金资助烟草生产者，具有讽刺意义的是这个数额与每年投到癌症研究上的金额大致相当。欲减少烟草资助的计划受到来自各方的阻力。不可思议的是研究机构也没有跳出这个怪圈，当欧洲正在为减少对烟草的广告而在激烈辩论的时候，科研人员却在接受世界最大的烟草公司菲利普莫里斯每年颁发的科学奖(11)。

而且，尽管人们认为改变行为方式对于健康很重要，可是人们又做不到，现代西方医学也清楚地认识到这一点。在一本主要的医学参考书，2001年版的当代医学诊断与治疗的第一页上写到“对于许多疾病，治疗的结果取决于从根本上改变患者的行为，包括饮食，锻炼，吸烟，饮酒等方面的改变，可这些即使对那些最想改变的患者都是很难做到的。”(12)人们都知道吸烟是人的一个很普遍的不良嗜好，甚至会导致致命的癌症，但是人非但没有戒断这个嗜好的决心和意志，相反却寄希望于科学和医学的发展能够让人继续满足嗜好的同时可以避免癌症的痛苦，科学是没有能力来给人类无节制的不良嗜好补漏的。

人一味地求助于医药和科技的发展，其结果必定是越来越放弃和放纵自我。治疗走不通，预防又做不到，人们该怎么办？

### 三. 来自东方的曙光

也许，西方医学不应该是，也不可能是医学发展的唯一的道路。正如许多医生和医学研究人员所认识到的，我们不能忽略其它的医疗体系，应从中学习借鉴从而提高医疗保健的质量。

在现代西方医学体系之外的体系中，当以中国传统医学最有代表性，针灸已广泛被认识和接受。现在，西方医学界对以中国传统文化中的气功为代表的身-心医学系统也表现了浓厚的兴趣，许多国家医学界的人士来中国开展这方面的交流。西方医学界想看一看，是否有令人信服的证据来说明气功的疗效，特别是气功作为一种大规模的群众性自我保健方法在总体上是否有效，而不单单是在个别疾病有效的个案。在这方面，中国医学界在1998年所做的法轮功祛病健身效果调查可以提供借鉴。

法轮功是李洪志先生创编的高层次功法，修炼宇宙最高特性“真、善、忍”，是一门真正性命双修的佛家上乘修炼大法。自从1992年李洪志先生向社会公开传授法轮功，修炼人数迅速增长。1999年初中国政府调查发现在中国大陆有七千万到一亿人在修炼法轮功。在众多的健身功法中，法轮功的发展最快，在群众中影响最大，引起了医学界的兴趣和政府的关注。1998年，在北京市，武汉市，大连地区及广东省分别由当地医学界组织对当地练功点上的法轮功学员进行了五次初步的医学调查，收回调查表格近三万五千份。尽管是初步的，但已是迄今为止最为系统全面的对于气功祛病健身效果的医学调查。

北京报告调查了北京市五个区(西城、崇文、东城、宣武及朝阳)的法轮功学员，广东省法轮功学员健康调查报告调查了广东省的广州、佛山、中山、肇庆、汕头、梅州、潮州、揭阳、清远、韶关等市约1.25万余名修炼法轮大法的学员，武汉学员修心健身效果部分调查收集了武汉市50余个练功点2005名法轮功学员的修炼前后的变化情况，大连报告调查了大连地区六千余名法轮功

学员。紫竹院报告调查了该炼功点的学员。这五次调查所在地区，代表了中国大陆人口最稠密，法轮功修炼人数最多的五个地区中的四个，它们分别是：大连(东北)，北京(华北)，武汉(华中)及广东省(华南)(华东地区未见相关的调查报告)。每个地区有各自不同的地理、气候、人文特点及不同的疾病分布。所以上述五次调查的结果可以认为较全面地反应了中国大陆法轮功修炼人群的特点和情况。

上述五次调查均由当地医学专家小组对当地法轮功学员进行表格抽样调查，重点收集了各地学员修炼前后疾病变化情况。修炼前患有各种疾病者为 31,030 人，占 90.3%，调查结果显示疾病种类分布很广、涉及到各个系统，其中以患消化系统疾病，骨、关节性疾病，心血管系统疾病为最多。祛病健身效果调查结果统计学处理按三类情况判断：一类为痊愈和基本康复(症状消失)，一类为好转(症状减轻)，一类为无改善(症状无明显改变)。广东省，北京市及大连地区以被调查个体为基本调查单位(不计个体所患疾病数量多少)。对 28,571 名学员的调查显示 23,619 名学员炼功后得到痊愈和基本康复，占 82.7%；4,616 名学员炼功后得到好转，占 16.2%；336 学员炼功后没有变化；占 1.2%；祛病健身总有效率为 98.8%。武汉市及北京紫竹院以个体所患疾病为基本调查单位，并按所患系统分类。调查结果显示有 2,483 名学员炼功前患一种以上疾病，共计 6,772 例疾病，4,926 例炼功后得到痊愈和基本康复，占 72.7%，1,712 例炼功后得到好转，占 25.3%，133 例炼功后没有变化，占 2.0%，1 例炼功后疾病加重，祛病健身总有效率为 98.0%。综合上述结果，祛病健身总有效率为 98%以上。

上述调查发现被调查者的心理状况和精神状况得到极大改善，北京市和广东省的报告显示有 86.5%的学员认为通过修炼法轮大法后心性变好，道德回升，心理得到了彻底的自我调节和提高。特别是北京万人报告并对修炼前健康的学员进行了调查，结果显示 57.9%的学员在身体状况上改善，88.4%的学员在心理精神状况上得到改善。上述调查结果中还有一点很重要的现象是通过修炼，学员普遍地戒掉了不良嗜好，武汉报告显示 99.5%的学员戒掉了吸烟，饮酒和赌博。这样的情况也是现代医学难以想象的。目前现代医学对成瘾问题基本上是没有有效的办法。调查也发现平均每位学员每年节约医药费 2600 元以上，可见其经济效益也十分可观，利国利民。

#### 四. 法轮功修炼祛病健身效果的特点

从上述调查的结果，我们可以试图归纳一下法轮功修炼祛病健身的特点。

第一，法轮功修炼祛病健身的有效性，这表现在原来患有疾病的学员修炼后，痊愈和基本康复率在 70%以上，祛病健身总有效率为在 98.0%以上。参加广东省调查的第一军医大学病理教研室的胡明钦教授谈到“在修炼前患病的学员中，有一些是患有医学上认为的顽症、绝症或疑难病，他们有的被医院判了“死刑”，有的被权威专家下了“无法治愈”的定论。可是通过修炼法轮大法，他们却奇迹般地得到了康复，经医院复查，癌细胞消失，绝症杂症消失，恢复了健康。”法轮功修炼祛病健身的有效性还表现在疾病的好转不需借助其它医疗手段。胡明钦教授谈到“许多学员在炼功前是有名的“药罐子”或“医院常客”，炼功期间他们竟然能做到不需继续吃药和打针，而疾病不会加重与重发，反而身体状况越来越好，这其中既有正在进行化疗的肿瘤患者，也有被医生告知“不能停药治疗”的糖尿病患者，这些现象若站在现代医学的角度上看是不可思议的。”在法轮大法修炼者中不但病症消失，而且身体普遍出现向年轻方向退的现象。老年修炼者出现皱纹减少。头发变黑，脸色红润，皮肤光滑，出现“返老还童”之状。特别难以解释的是，许多老年妇女还会重来例假，其中连 88 岁高龄的老年妇人也出现了重来例假现象，向年青方向返退。

第二，法轮功修炼祛病健身效果的整体性，可以从几方面看出来。调查结果显示按疾病系统分，平均痊愈和基本康复率在 70%以上，尤其在现代医学认为是不治之症的癌症，自身免疫性疾病如红斑狼疮，神经系统疾病如帕金森氏病等等疾病上的痊愈和基本康复率为 66%，一些疑难杂症如全身水肿等的痊愈和基本康复率为 58%。大连地区调查报告显示患一种疾病学员的症状消失率与

患多种疾病学员的症状消失率分别为 89.72%与 88.83%，统计学无显著差异。法轮功修炼祛病健身效果的整体性还表现在法轮功修炼者的心理状况和精神状况得到极大改善，北京调查发现疾病的变化，体质的变化与心理状态的变化有相关性。以上结果说明法轮功祛病健身效果是身心整体的效果。另一方面也说明效果取决于修炼个体，而不是疾病的种类或多少。

第三，法轮功修炼对于行为和生活方式的良好影响，在中国大陆的 法轮功学员绝大多数参加炼功点的集体炼功，每天花半个小时或以上的时间锻炼，生活规律，绝大多数的学员戒掉了吸烟，饮酒，赌博和其它不良嗜好，绝大多数的学员认为通过修炼法轮大法后心性变好，道德回升，心理得到了彻底的自我调节和提高，心理承受能力提高，情绪稳定。学员修炼后健康的改善，心性的提高也给其家庭生活，工作和社交生活带来正面的影响。

第四，绝大部份学员在修炼后身心健康状况迅速得到了改变，其速度和效果令人惊奇。有的在听完李老师讲课或在家看书，三、五天之内就出现了症状消失，全身一身轻的感觉，大部份在数月或一到两年之内能达到疾病症状完全消失或好转。大连地区报告显示修炼时间在一年以下的 99% 达到了祛病健身的效果，广东报告显示被调查学员中修炼时间在两年以下的占 72.3%，他们中 98%的人都在一到两年内达到了祛病健身的效果，这次总结的结果显示 61.5%的学员修炼时间在两年以下。大连地区的报告同时显示随着修炼时间的延长，痊愈和基本康复率也渐升高。

第五，法轮功的传播方式采取义务教功，不收费。法轮功的书籍可在互联网上免费下载，所以，学炼法轮功不需要什么费用，相反，法轮功的良好的祛病健身效果为学员，单位和个人节省了大量医疗费用。上述广东省，北京市和大连地区调查发现平均每位学员每年节约医药费 2600 元以上，可见其经济效益也十分可观，还不算节省的因患病而损失的工时，个人、家庭和集体对于照顾病患所花的时间和精力等等无形的花费。

## 五. 法轮功医学调查对未来医疗保健的启示

当今医疗保健可以认为主要是一个建立在现代医学技术(以药物，放射和手术等为主)基础上的由医疗保健专业人员提供的一个系统。现在，社会大众的医疗保健对于每一个政府都是一个沉重、而且是日渐沉重的负担。因为医疗技术的发展，在疾病的治疗上没能带来疗效的提高，反而大大地提高了医疗保健的成本，所以，降低医疗保健的成本在目前与提高疗效一样是重要的目标。同时，目前高昂的医疗保健成本，不可避免地把社会上的低收入人群排除在医疗保健体系之外。所以，如何提高医疗保健的费效比，如何为社会的各阶层提供可以接受而且有效的医疗保健，对于任何一个政府都是一个相当首要的目标。

从上述法轮功修炼祛病健身效果的特点可以看出，法轮功为社会提供了一个低成本然而高效的通过修炼这种方式达到的“自我保健”系统。

简单地讲，法轮功的修炼是“性命双修”，由两部分组成：最主要的是修心一心性的修炼，把“真，善，忍”这个指导原则贯穿到修炼者的日常生活中，法轮功的修炼认为心性是实现长功和祛病健身的关键；再辅以炼功来改变身体一修命，五套功法中有动功、站桩和静功打坐。

法轮功是一个修炼系统，目标是超越祛病健身的，但正如上述调查所显示的法轮功的修炼在祛病健身这个层次上也可显示出奇效来，在祛病健身这个层次上可以把法轮功的修炼看成是一个“自我保健”或是“自我提升”的系统。

具体一些讲，法轮功的修炼可以看成是一个“精神和物质同一”的多层面的同时在疾病的预防和治疗上具有良好效果的“自我保健”系统。多层面表现在个体，家庭和社区，在个体上也表现为生理、心理和精神等多层次上。学员对自己的健康和生命负责，用“真、善、忍”指导日常生活，正确看待人生中的得失，减少了焦虑；戒掉了不良嗜好；焦虑和那些不良嗜好是现代医学可

认识到的众多主要疾病的高危因素。现代医学认识不到的是心理和精神对于个体生理的直接影响，在这方面，法轮功学员认识到并通过修心性获得良好的心理和精神状态。同时，炼功又可改变身体，有病时可以通过炼功彻底祛除疾病，无病时又可极大地增强对疾病的抵抗能力。从中医角度上看，炼功不仅可以打通并加宽经络，而且可以将“气”这种低层次的能量转化成“功”这种高层次的能量，这是传统中医也力所不能及的。

现代医学在反思自身局限的基础上也提出了新的“生理—心理—社会—精神”医疗保健模型(12)，可正如前文所述，现代医学不仅在对生理疾病的治疗上缺乏有效的手段，在其它层面上也没有什么好办法，所以，由中国大陆在1998年对法轮功修炼祛病健身效果的调查而传来的信息是值得现代医疗保健系统反思，同时，也应该在上述调查的基础上作更进一步的研究。

## 参考文献

1. Dr. Herbert Benson, Foreword for "Encounter with Qi", 1985
2. Prevention remains the best medicine. Nature 416, no 6880:461 (2002) .
3. Abbott, A. 2002. Cancer research: On the offensive. Nature 416, no. 6880:470.
4. Gorre, M.E., M. Mohammed, K. Ellwood, N. Hsu, R. Paquette, P.N. Rao, and C.L. Sawyers. 2001. Clinical resistance to STI-571 cancer therapy caused by BCR-ABL gene mutation or amplification. Science 293, no. 5531:876.
5. Mandavilli, A. 2002. The rise and fall of endostain. BioMedNet  
<http://news.bmn.com/sreport/previous?day=020319&story=1>.
6. Mandavilli, A. 2002. Ex-colleague of Foldman to publish negative endostain results. BioMedNet.
7. "It's not just the genes". Science 296, p495, April 26, 2002.
8. Walter C. Willett: Balancing life-style and genomics research for disease prevention.  
Science 296, p695-698, April 26, 2002
9. Jonathan Rees: Complex disease and the new clinical sciences. Science 296, p698-701, April 26, 2002
10. Richard Strohman: Maneuvering in the complex path from genotype to phenotype.  
Science 296, p701-703, April 26, 2002
11. 李予群: 癌症研究受到质疑  
<http://zhengjian.org/zj/articles/2002/4/11/15361.html>
12. Lawrence M. Tierney, Jr., Stephen J. McPhee and Maxine A. Papadakis: Current Medical Diagnosis & Treatment 2001, McGraw-hill