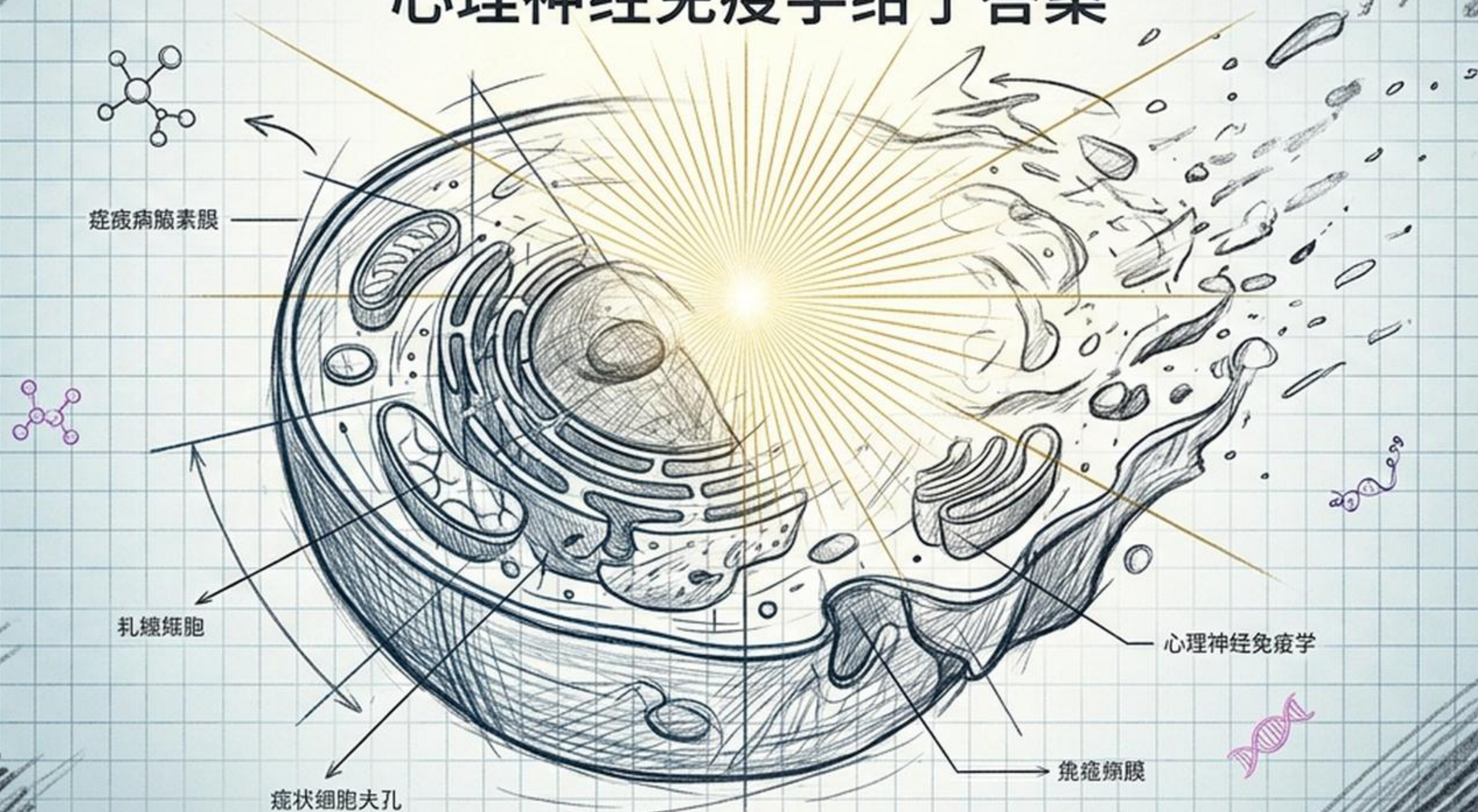


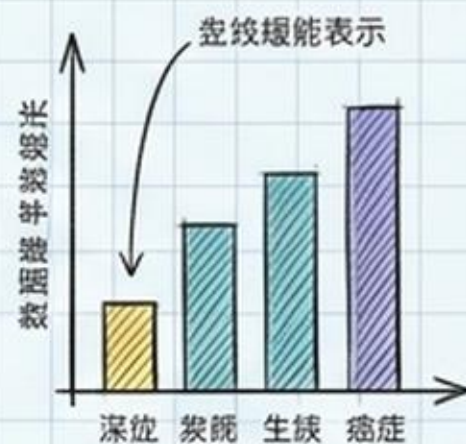
绝症不治而愈？

心理神经免疫学给了答案



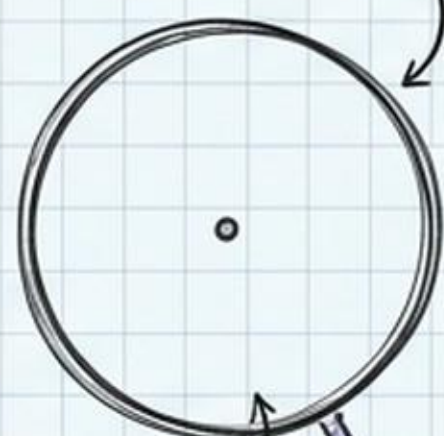


每年新增癌症：
约2000万例



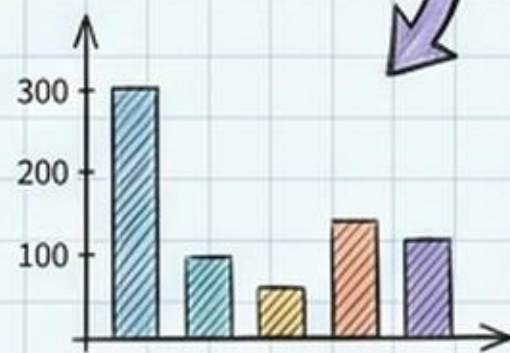
自发缓解概率：
十万分之一

1 in 100,000

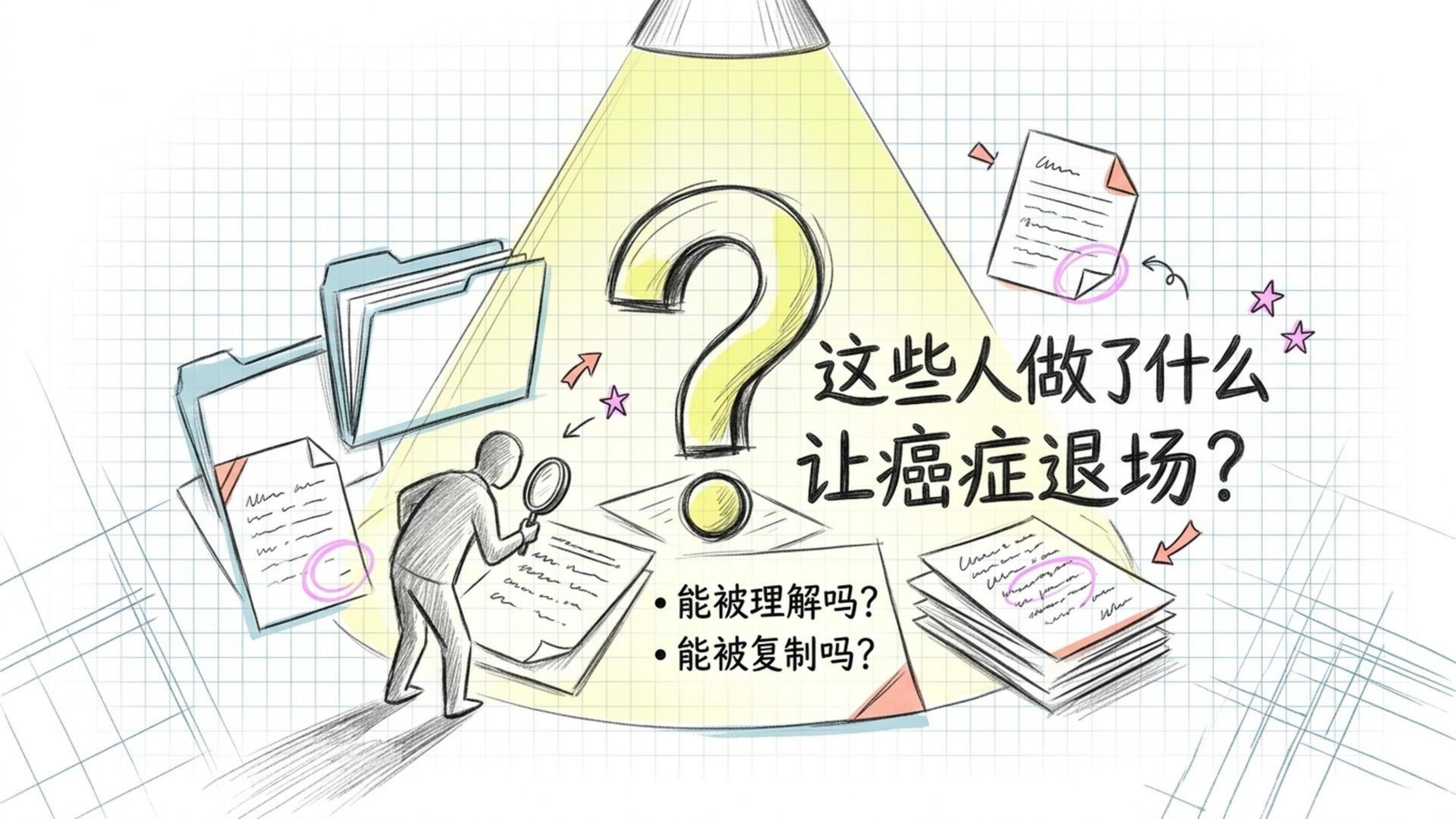


1 in 100,000

每年记录案例：
约200例

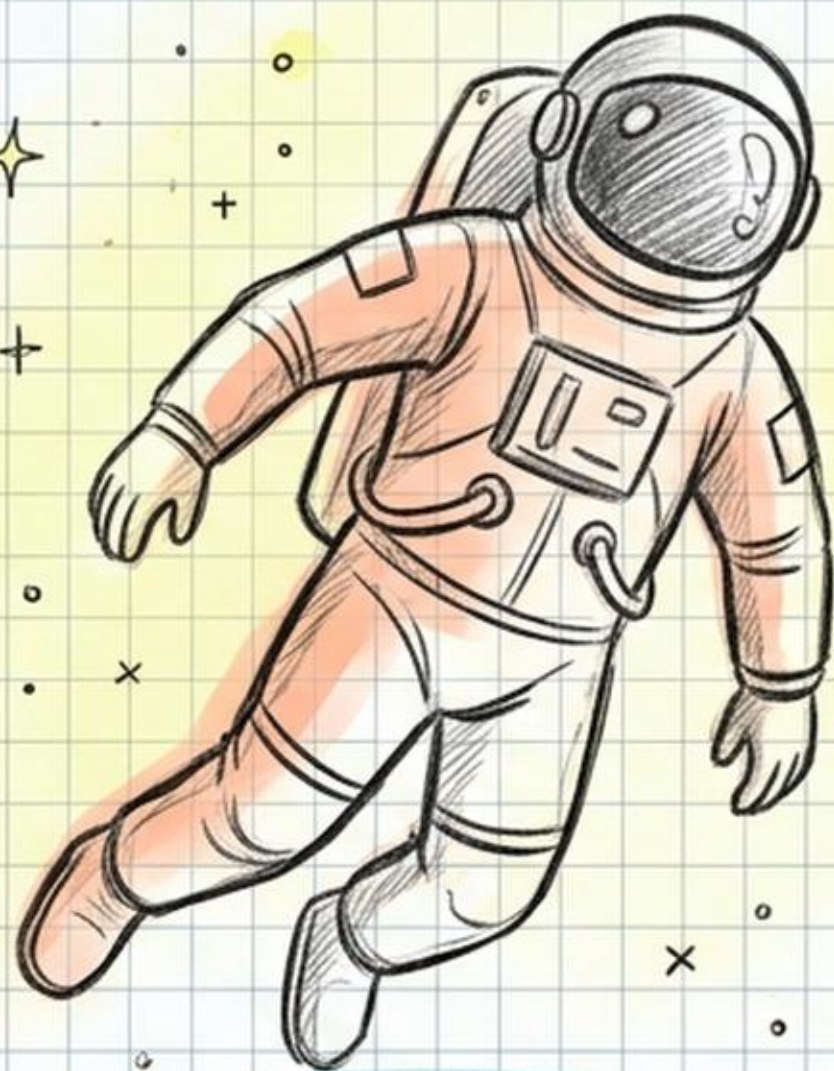


未记录案例：可能更多



这些人做了什么 让癌症退场？

- 能被理解吗？
- 能被复制吗？



从月球归来，
意识转变

埃德加·米切尔 / 阿波罗14号



《自发缓解：注释书目》1993年

自发缓解数据库

自发缓解sketch tag

<800+ 医学期刊>

<20种语言>

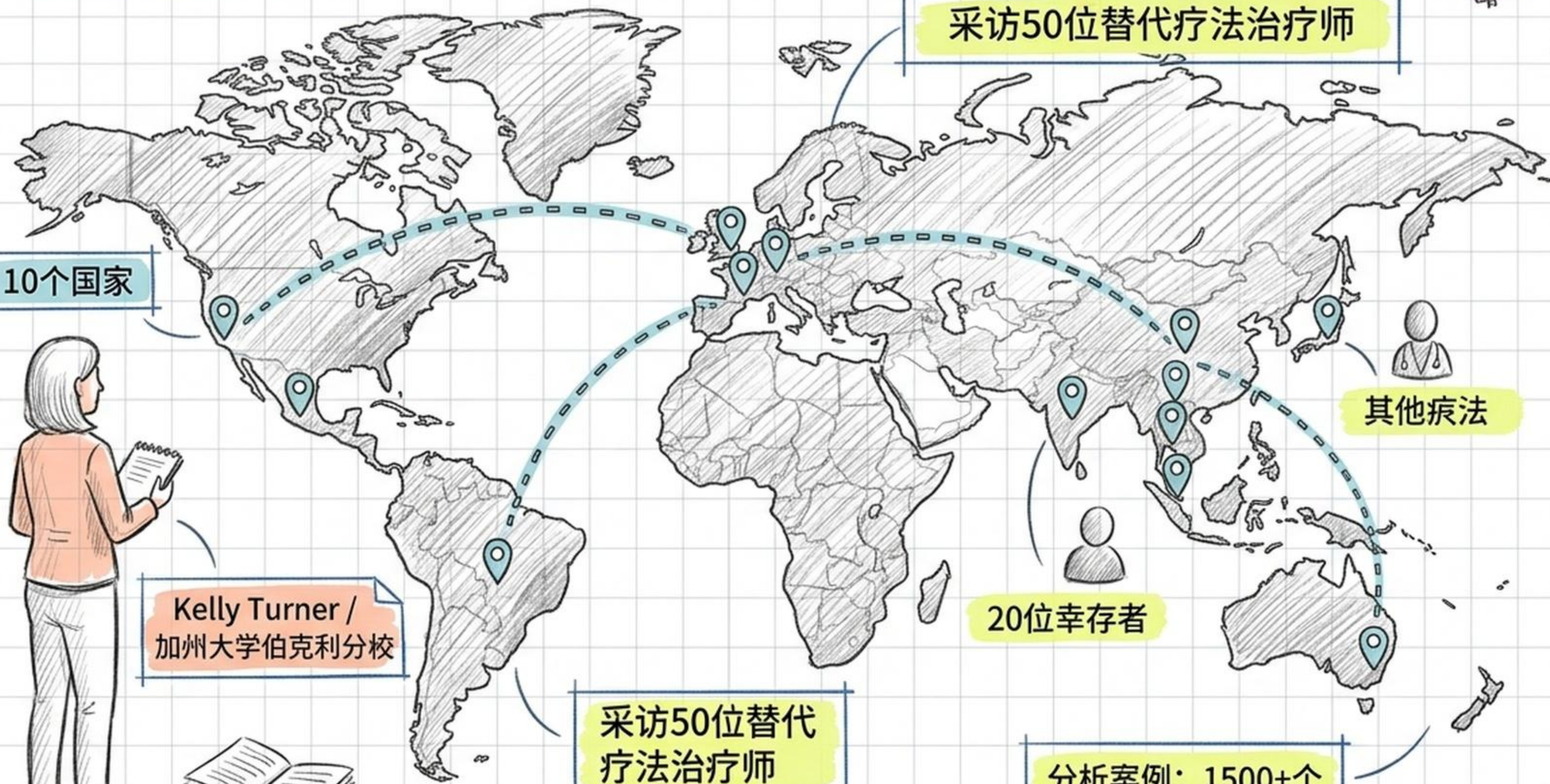
<20种 医学期刊>

<3500+ 收录案例>

<2025年升级为
在线可搜索版本>

* 每一案例均来自正规医学期刊
· 有诊断记录 · 有影像学证据

全球田野调查



九种关键因素



① 彻底改变饮食



② 掌控健康决策



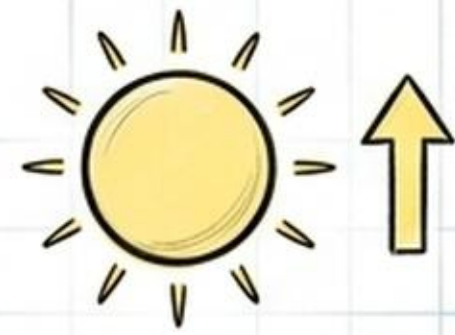
③ 跟随直觉



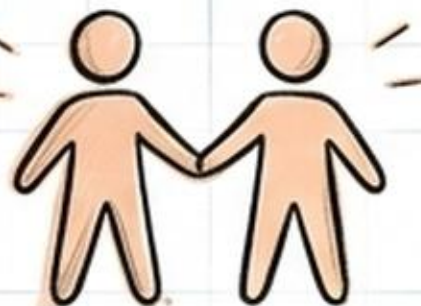
④ 草药与营养补充剂



⑤ 释放压抑情绪



⑥ 增加正面情绪



⑦ 拥抱社会支持



⑧ 深化灵性连接



⑨ 强烈活下去的理由

硬化的悖情原因因素

身体、心理及行为化 占数

30%



物质因素 (2个)

饮食改变
营养补充剂

70%



直觉



灵性



正能量



决定策



心理行为因素 (7个)

情绪、意义、支持、决策、直觉、灵性、正能量

核心发现：
心理转变占主导

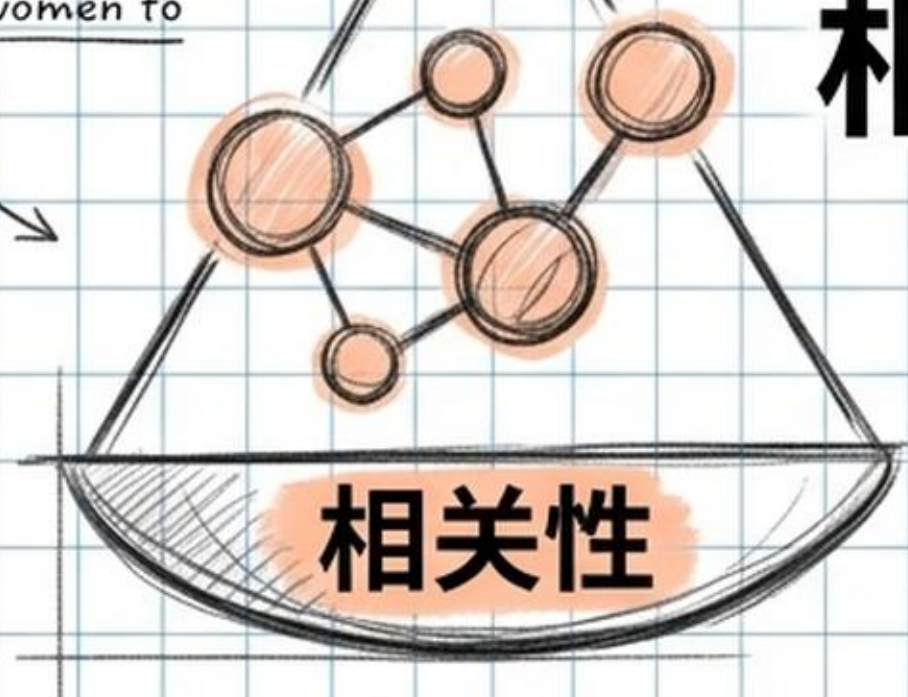
核心发现：
心理转变占主导



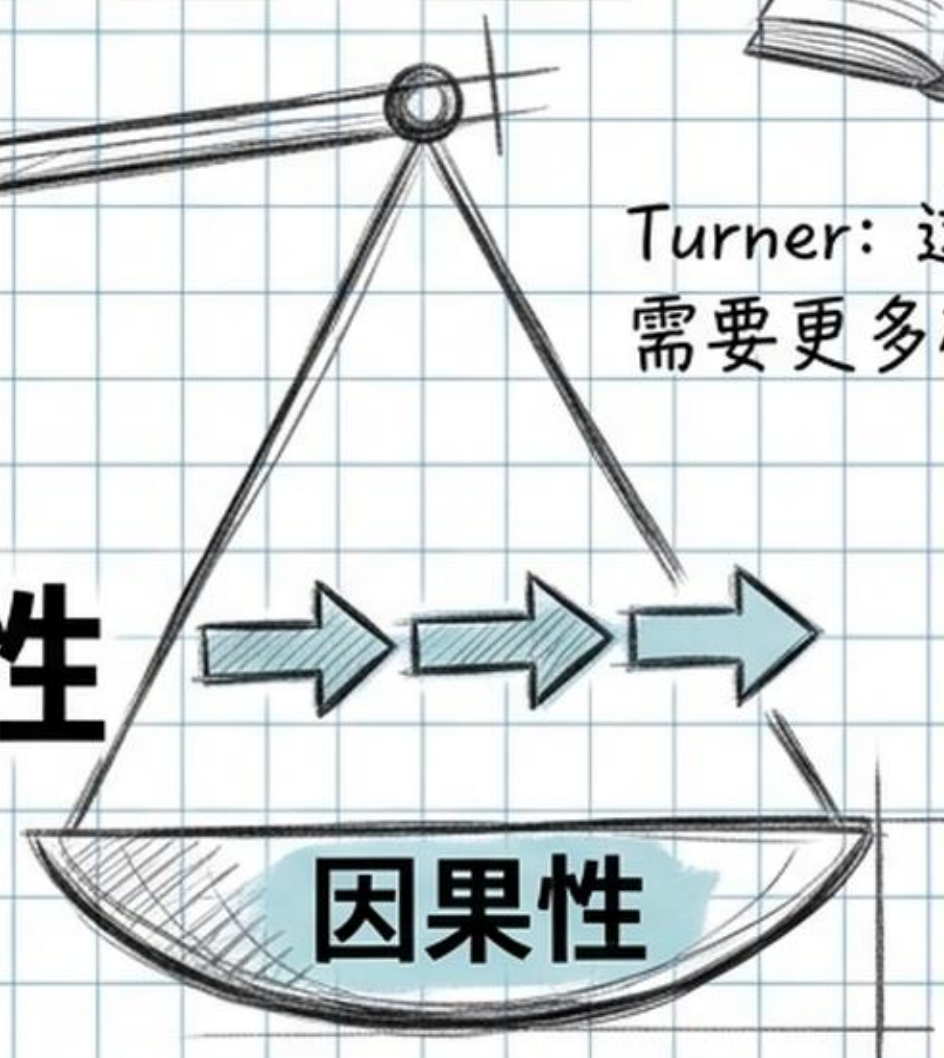
注意：/ 癌症被新消肺的相关性 ≠ 与因果性？！



Turner fgows is write that can 这是国高的改证相发性的可进程 or mer correlation, and me to cnoven to women to correlation.



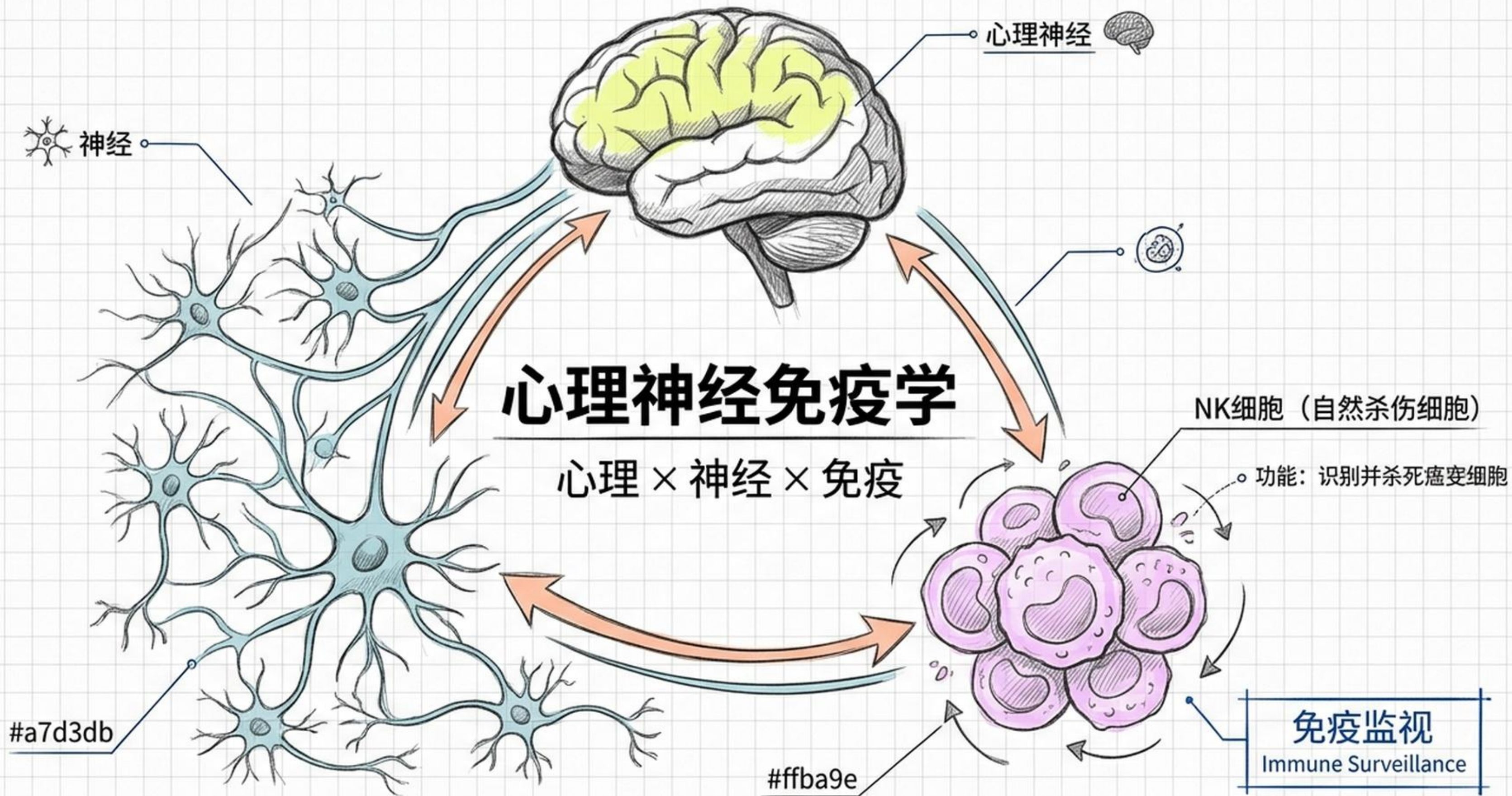
相关性 ≠ 因果性



Turner: 这是假说, 需要更多研究验证

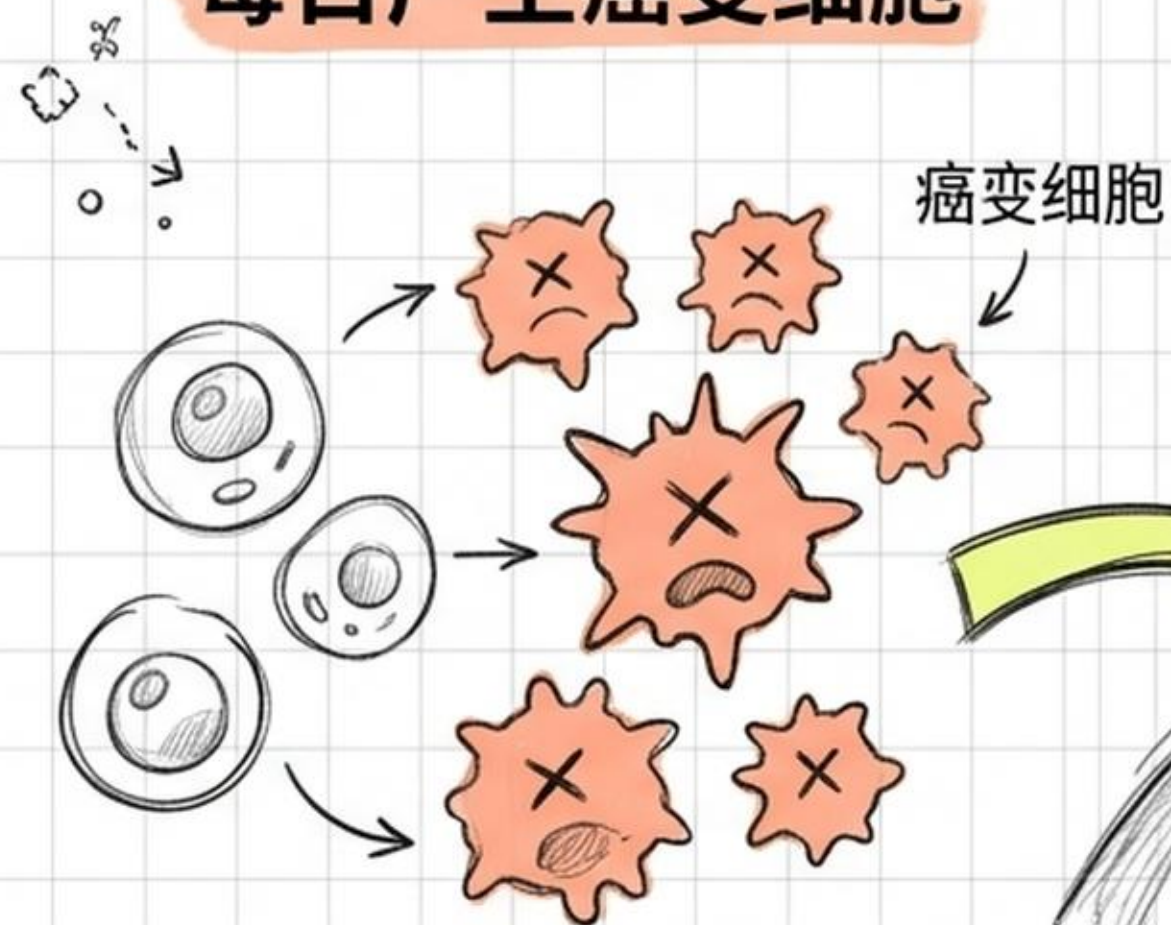
⑦ Scholarly footnote 是于 $P \neq Y$ 一餐的癌推的。他会会种芋蚕表结, 无法条件重点 (生的研究)

心理状态能影响癌症进程吗？通过什么机制？



免疫监视

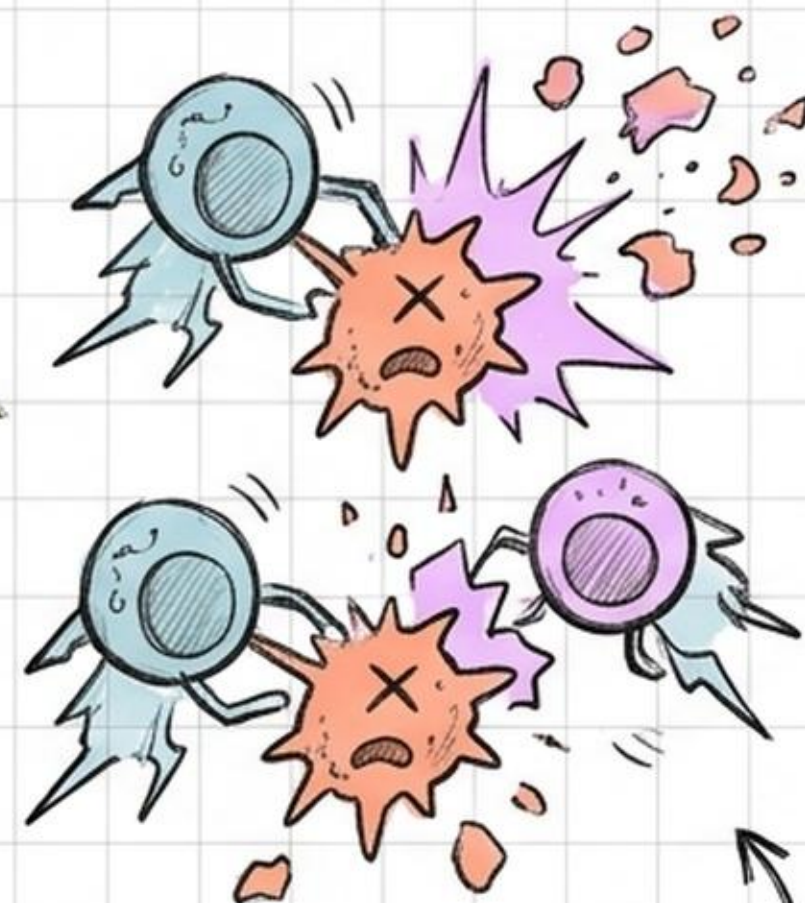
每日产生癌变细胞



NK细胞巡逻识别



消灭癌变细胞



每日产生癌变细胞



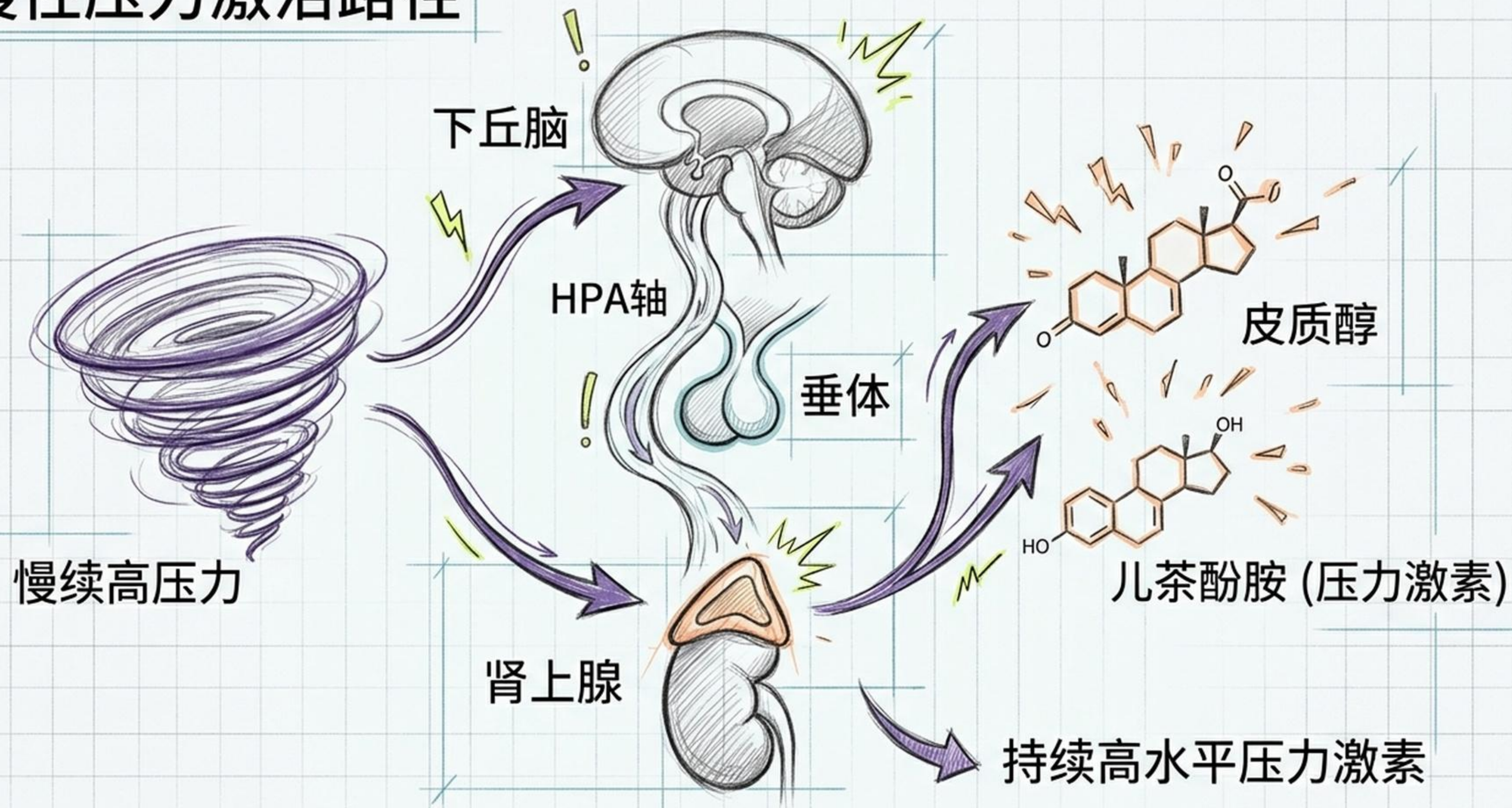
NK细胞巡逻识别



消灭癌变细胞

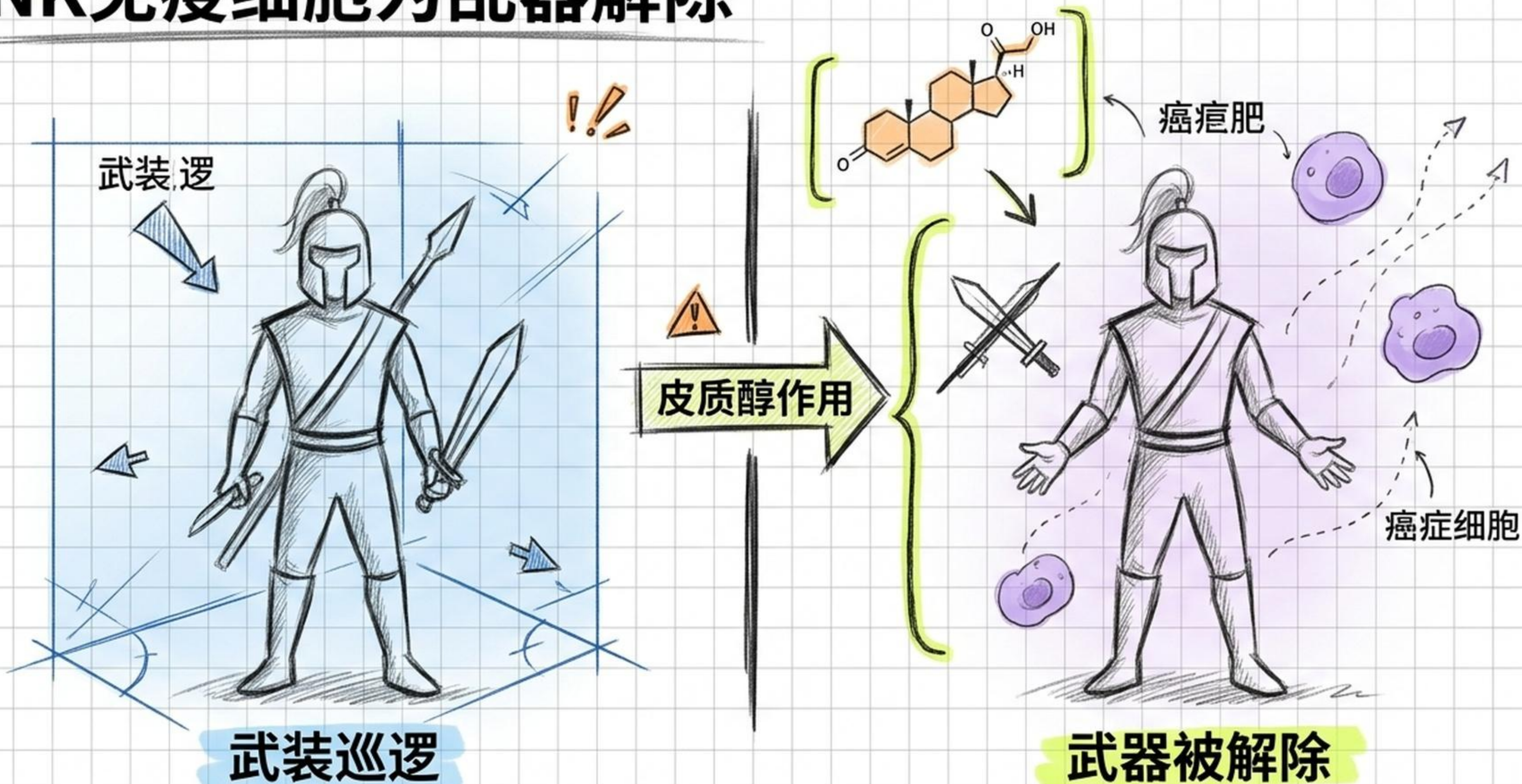
关键证据：免疫抑制患者癌症发生率显著升高

慢性压力激活路径



NK免疫细胞为乱器解除

慢性性壓披癌的貳率



《Cellular and Molecular Immunology》

≠ 不减少数量，只关闭战斗模式



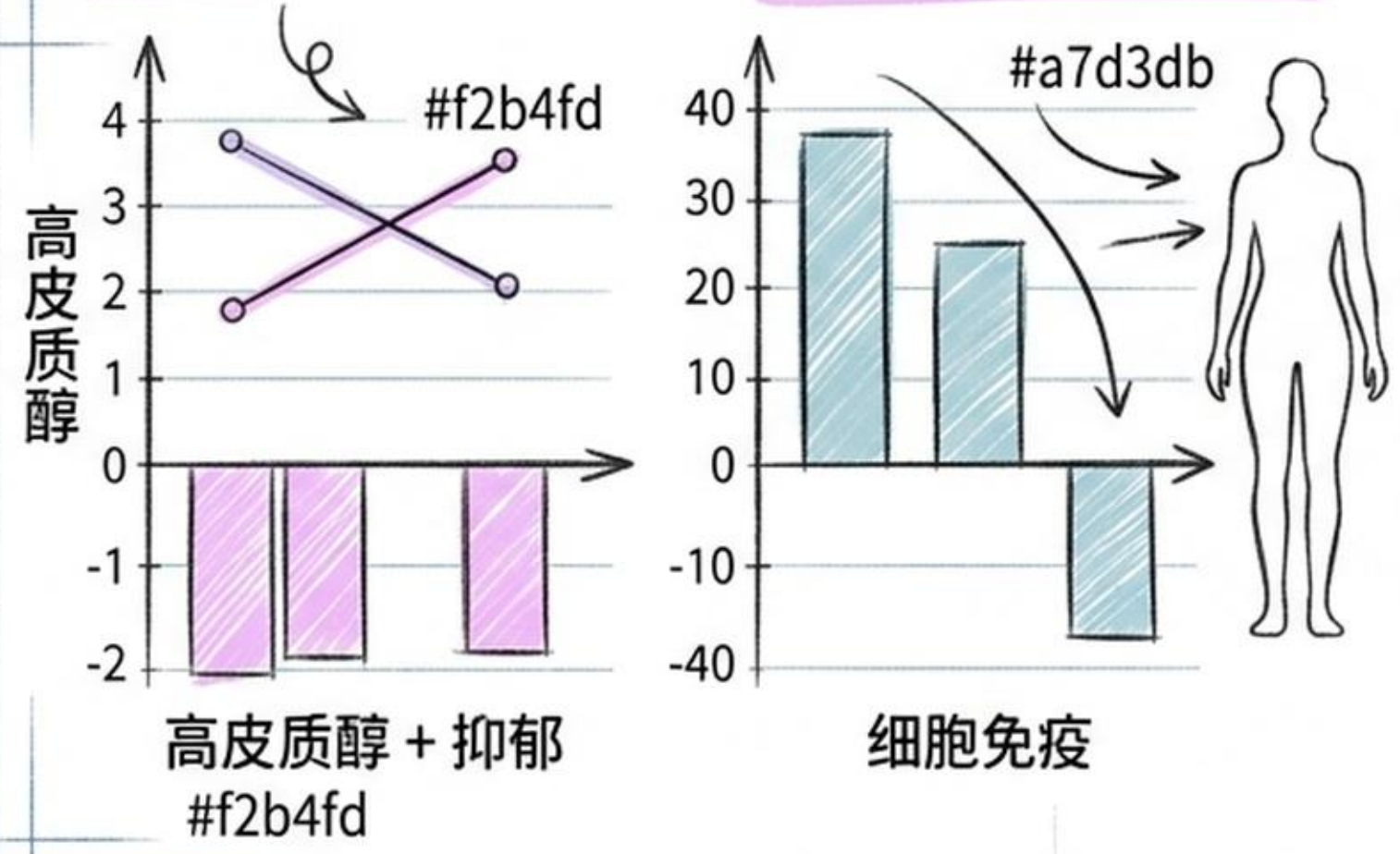
临床研究数据

#a7d3db



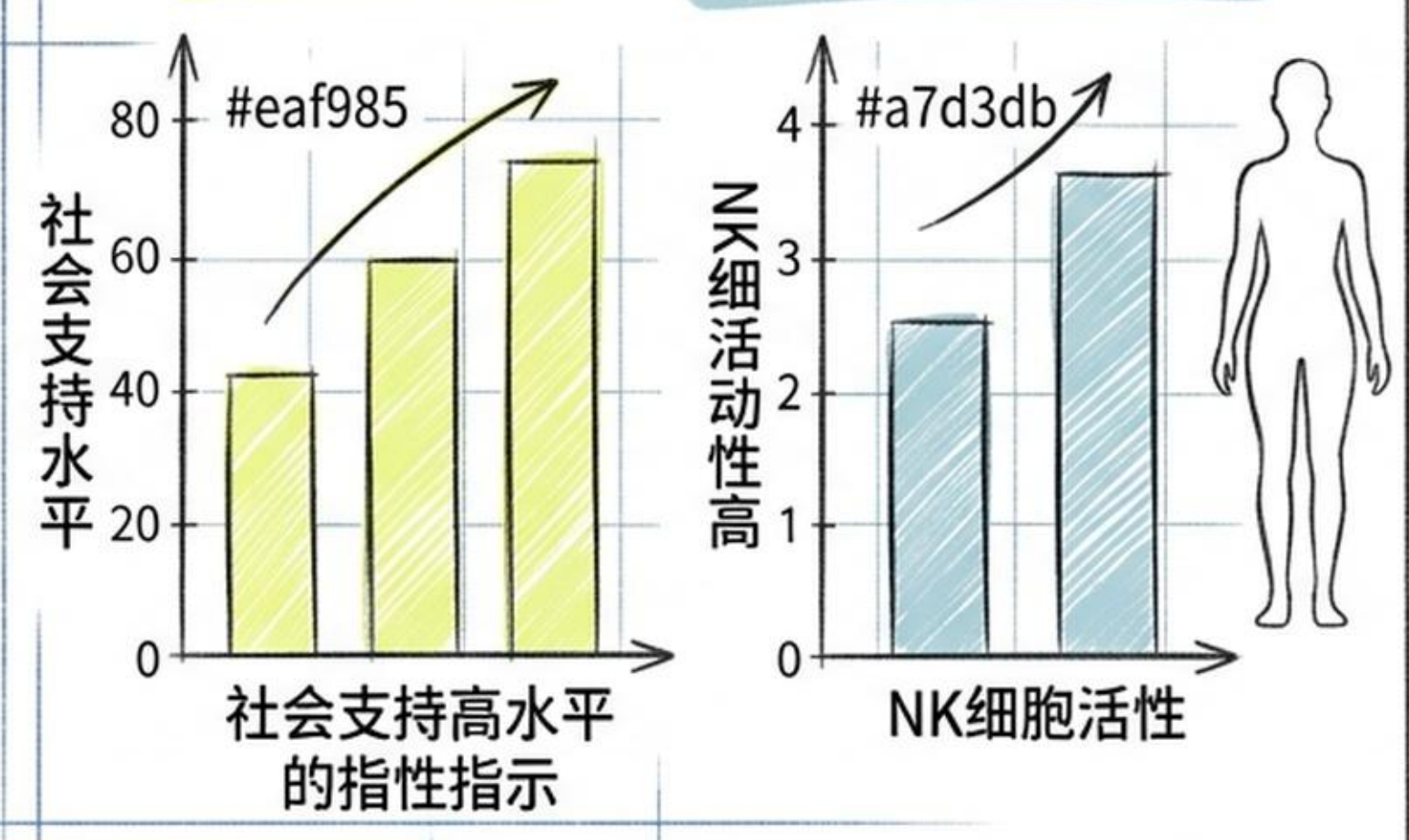
研究一：乳腺癌患者

高皮质醇 + 抑郁 → 细胞免疫受压制



研究二：卵巢癌患者

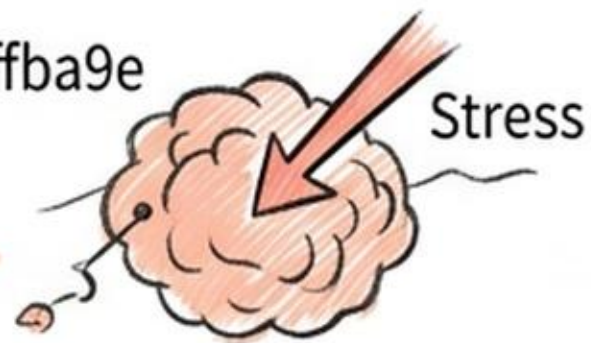
社会支持高 → NK细胞活性更高



社会孤立 → 肿瘤内去甲肾上腺素升高

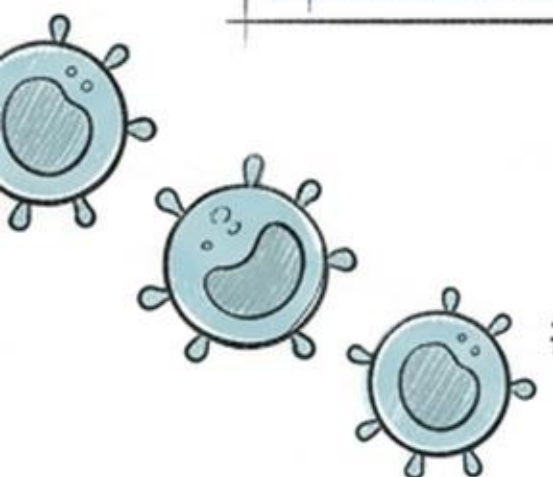
临床研究数据

#ffba9e



#FFFFFF

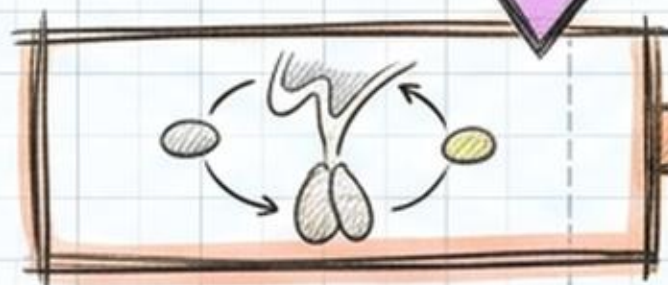
#a7d3db



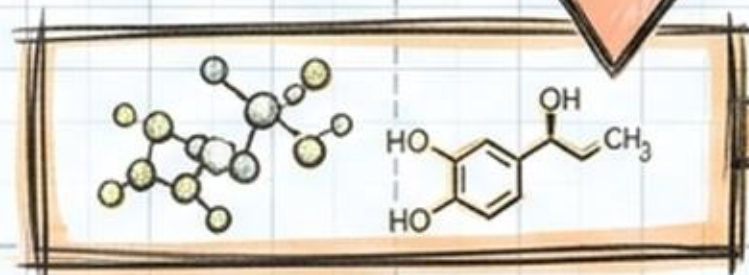
慢性心理压力



激活HPA轴+交感神经系统



释放皮质醇+儿茶酚胺

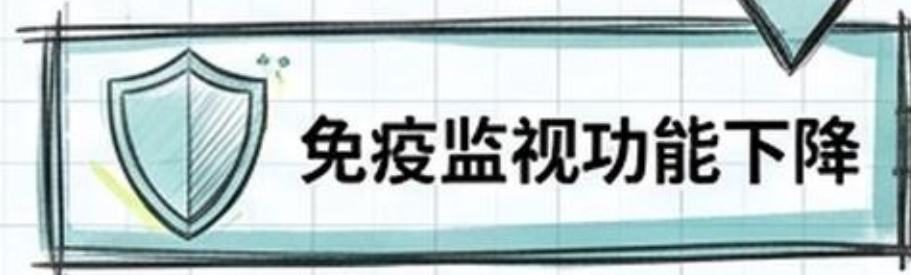


NK细胞活性受抑制

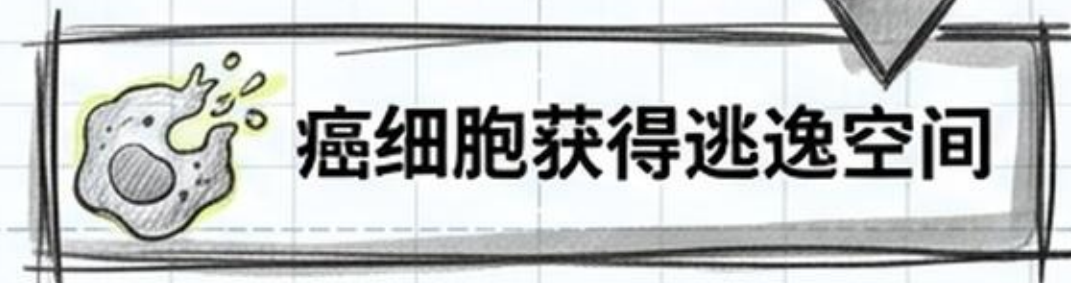


NK细胞

免疫监视功能下降

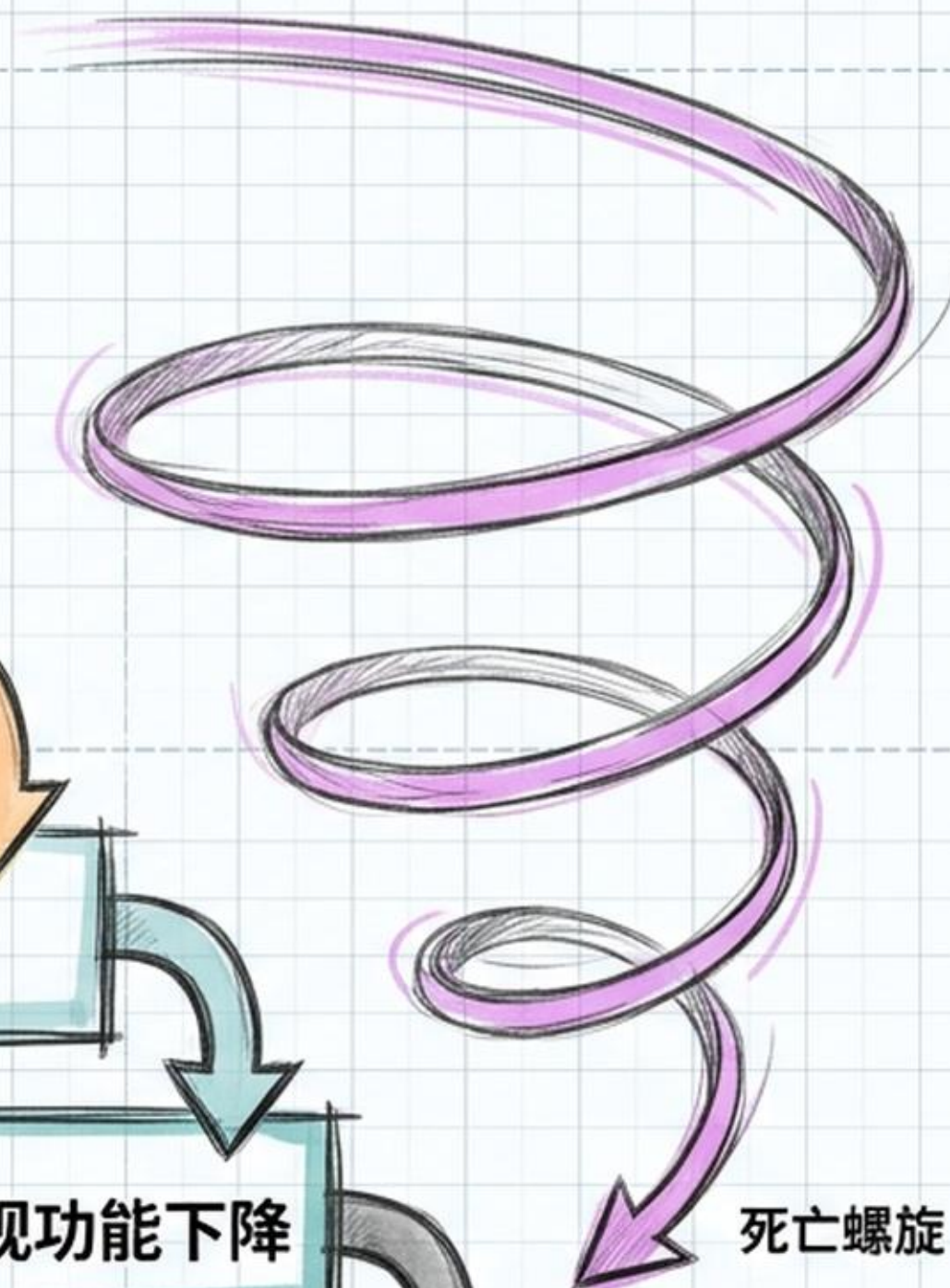


免疫监视功能下降



癌细胞获得逃逸空间

死亡螺旋



乳腺癌术后患者免疫指标追踪研究

干预组：8周正念减压

同样的诊断，不同的走向

对照组：无干预

recovery

NK细胞 ↑
促炎因子 ↓
皮质醇 ↓

NK细胞 ↓
促炎因子 ↑

decline

过程4段

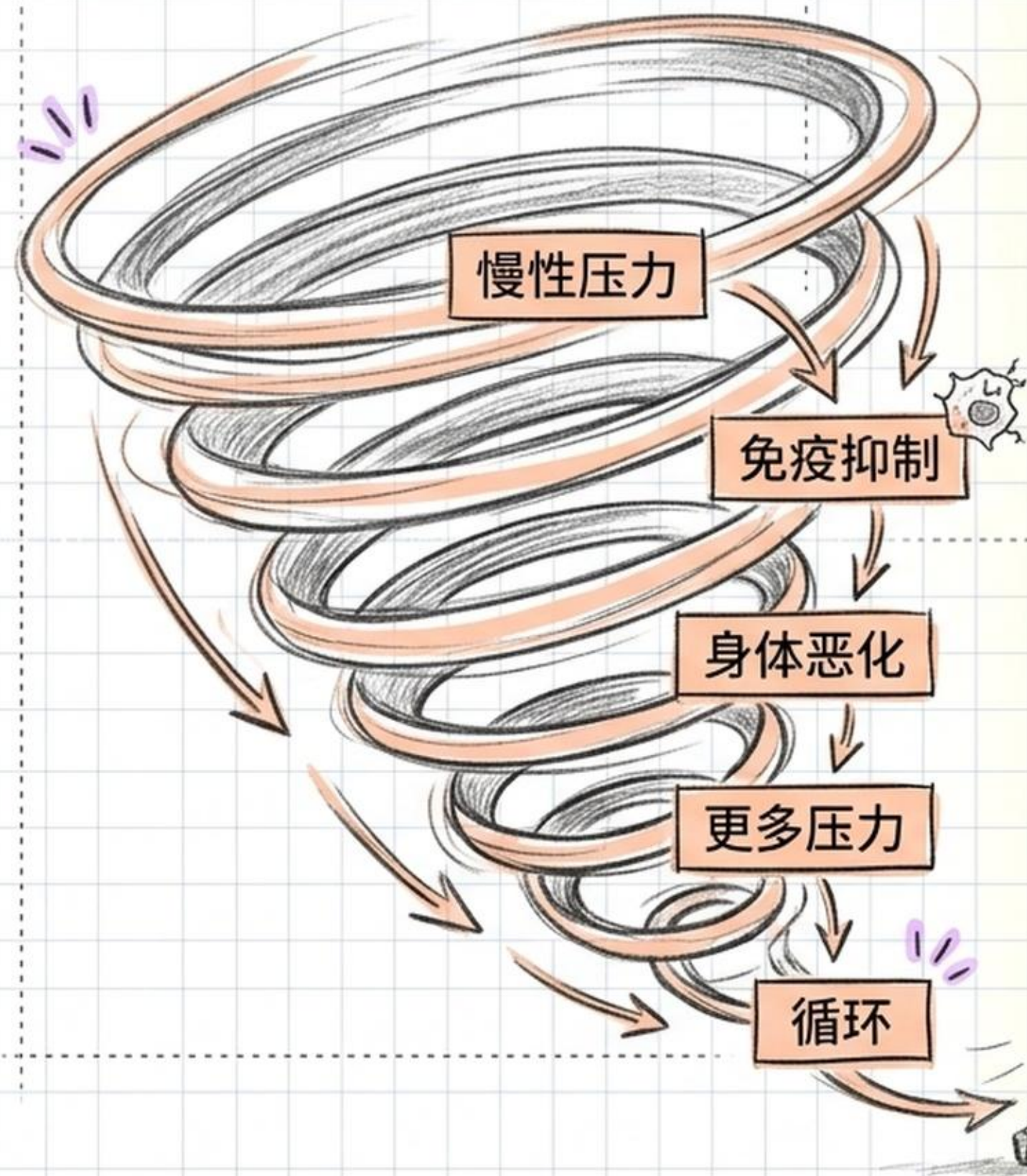
过程2周

过程4段

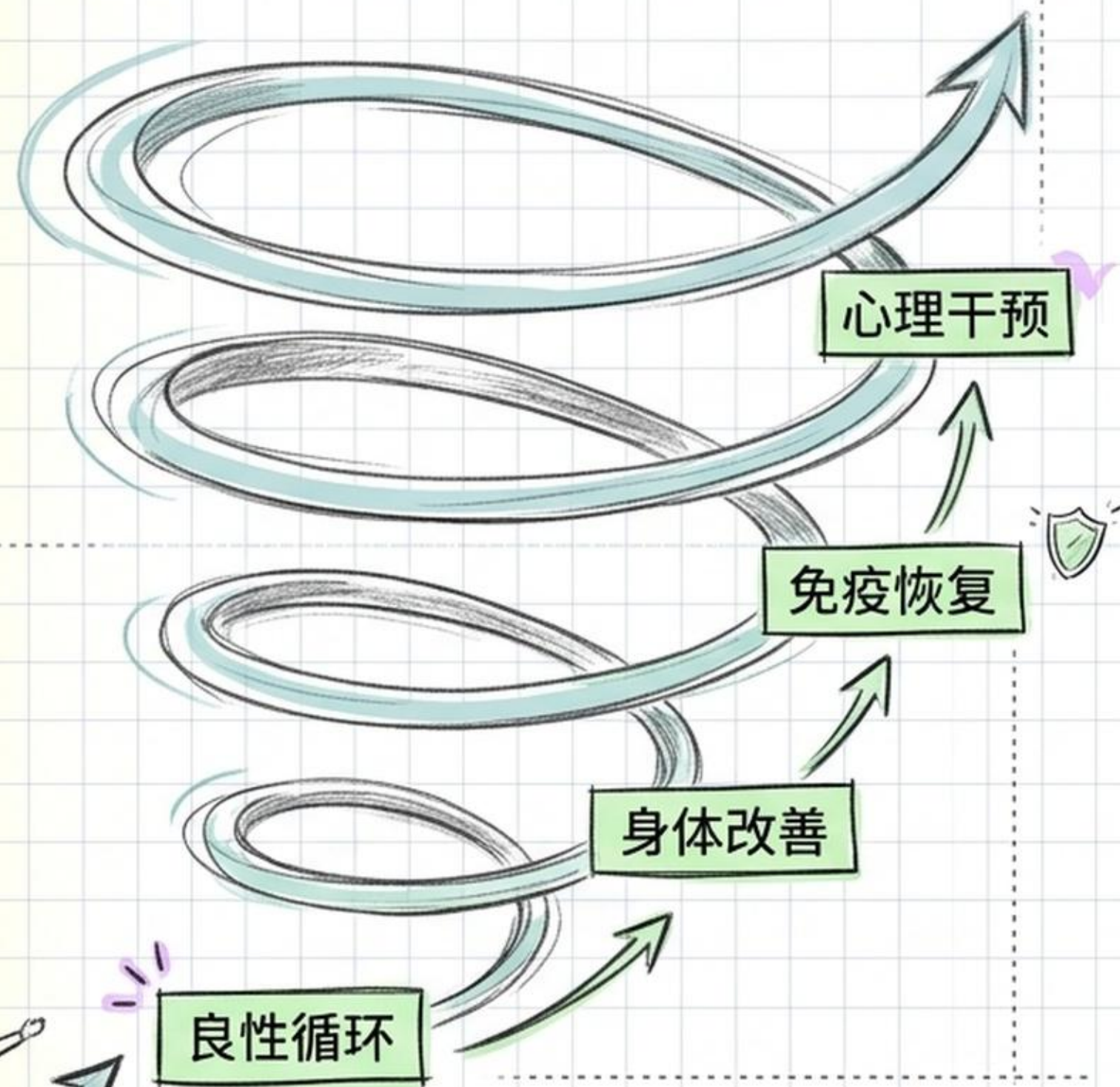
过程点段

过程点周

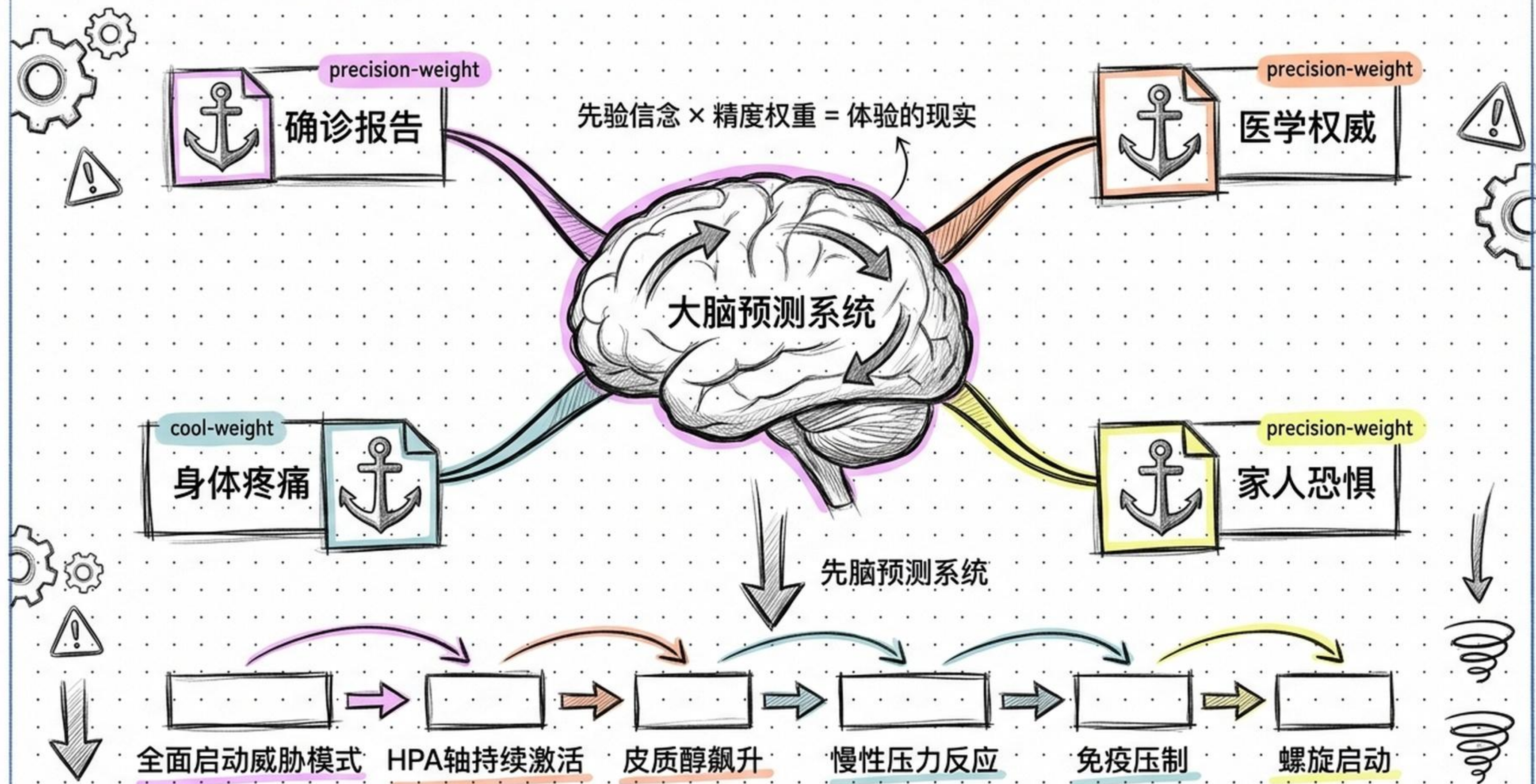
死亡螺旋



逆转螺旋

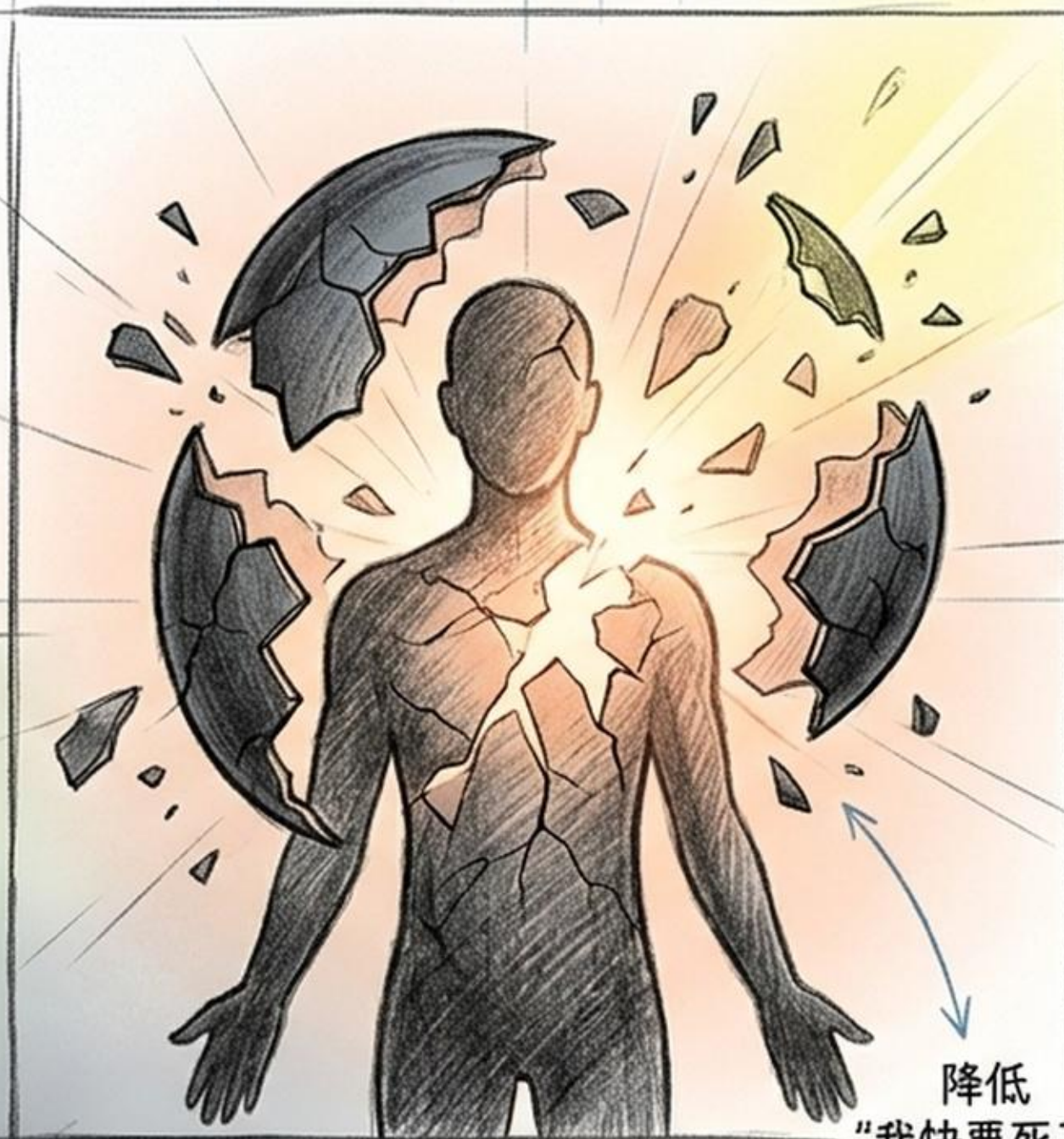


自发缓解者：打断了死亡螺旋





绝望后想开了

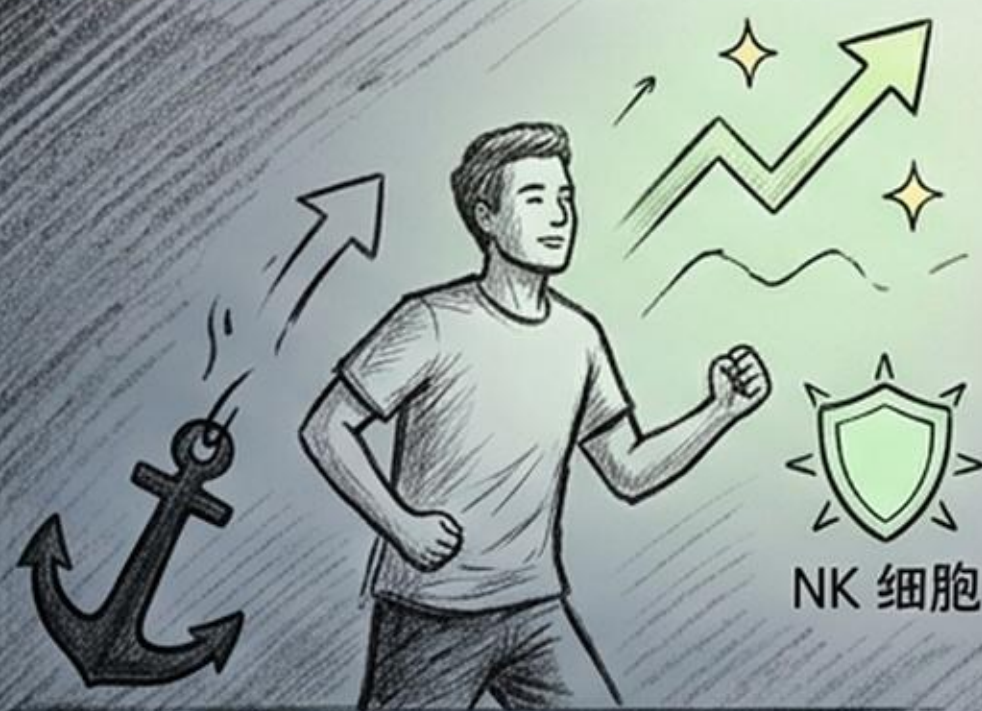


先验信念更新

降低
“我快要死了”
的精度权重



灵性平静与接纳

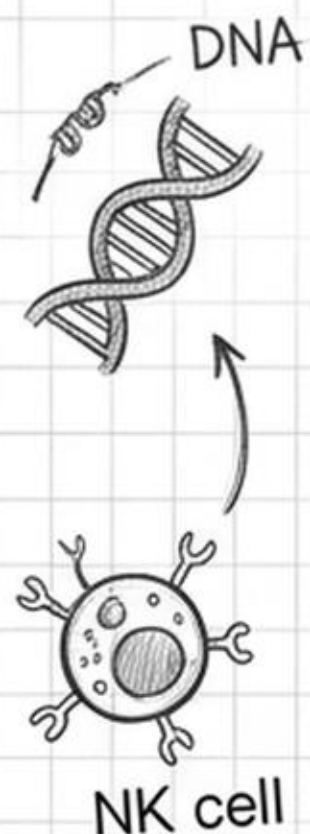


掌控生活方式



释放压抑情绪

威胁模式解除 → HPA轴降温 → NK细胞重新上线



有充分证据

慢性压力



免疫压制



肿瘤进展



科学红线



心理转发



巨大的跳跃?

肿瘤回归



证据待定，结论未明

自发缓解：多因素机制，免疫只是其中一部分

《免疫前沿》



《脑·行为·免疫》



《临床肿瘤学杂志》

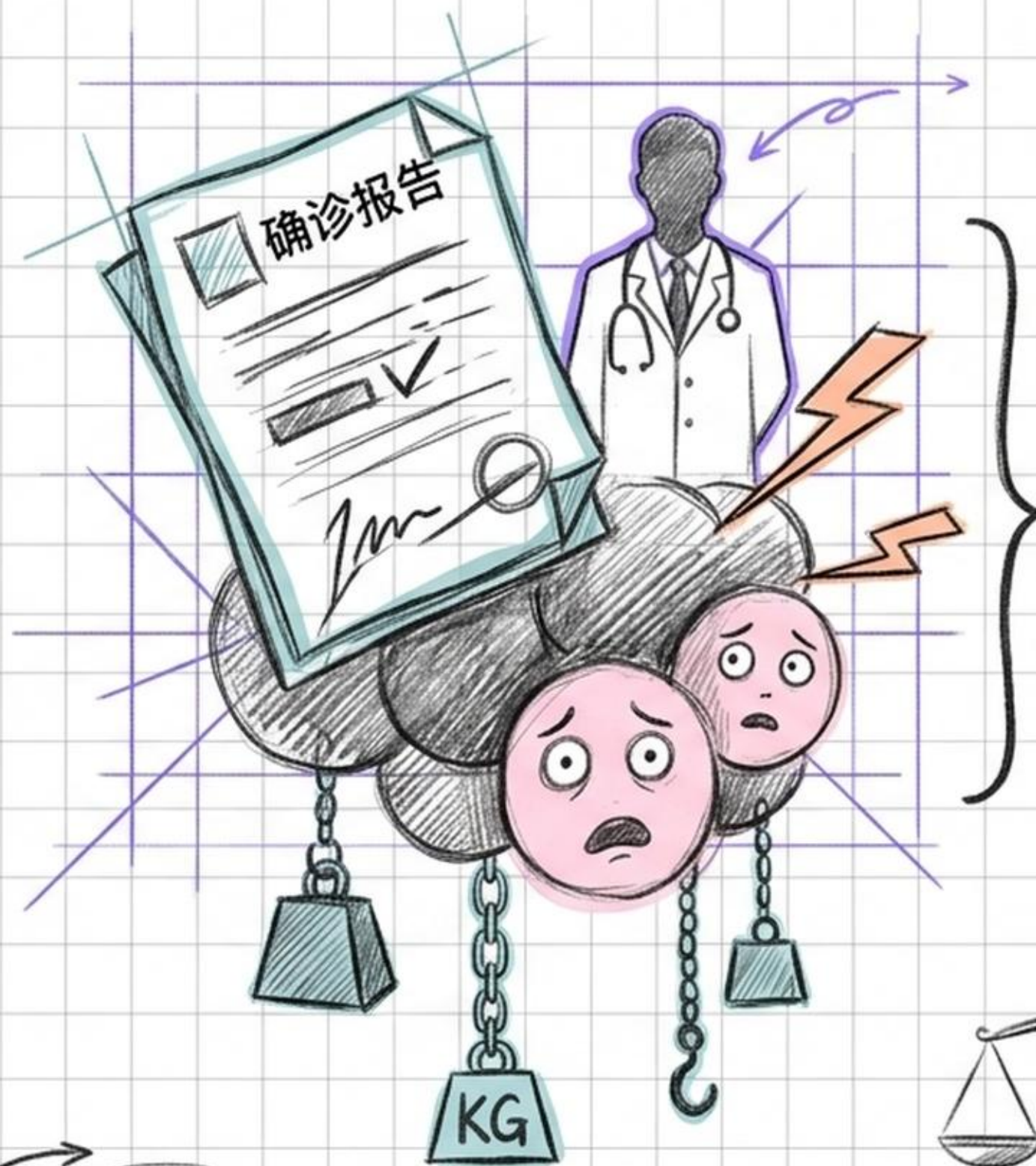


别有压力
保持心态好

知道与做到的鸿沟



不是意志力不够，是先验权重不对等



确诊报告
医学权威
身体疼痛
家人的恐惧



撬动先验信念的四种体验

深度正念冥想



释放压抑情绪

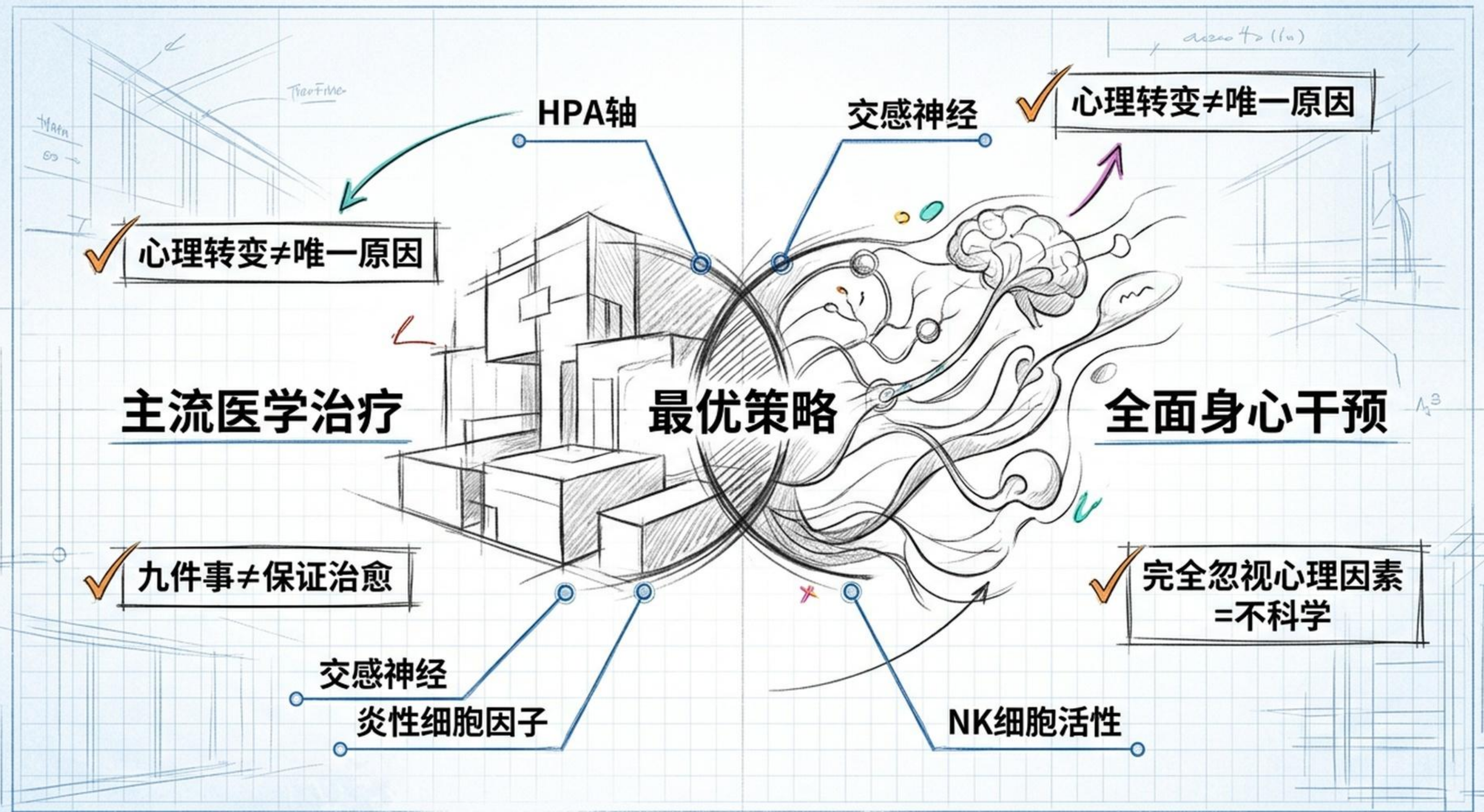


强烈活下去的理由

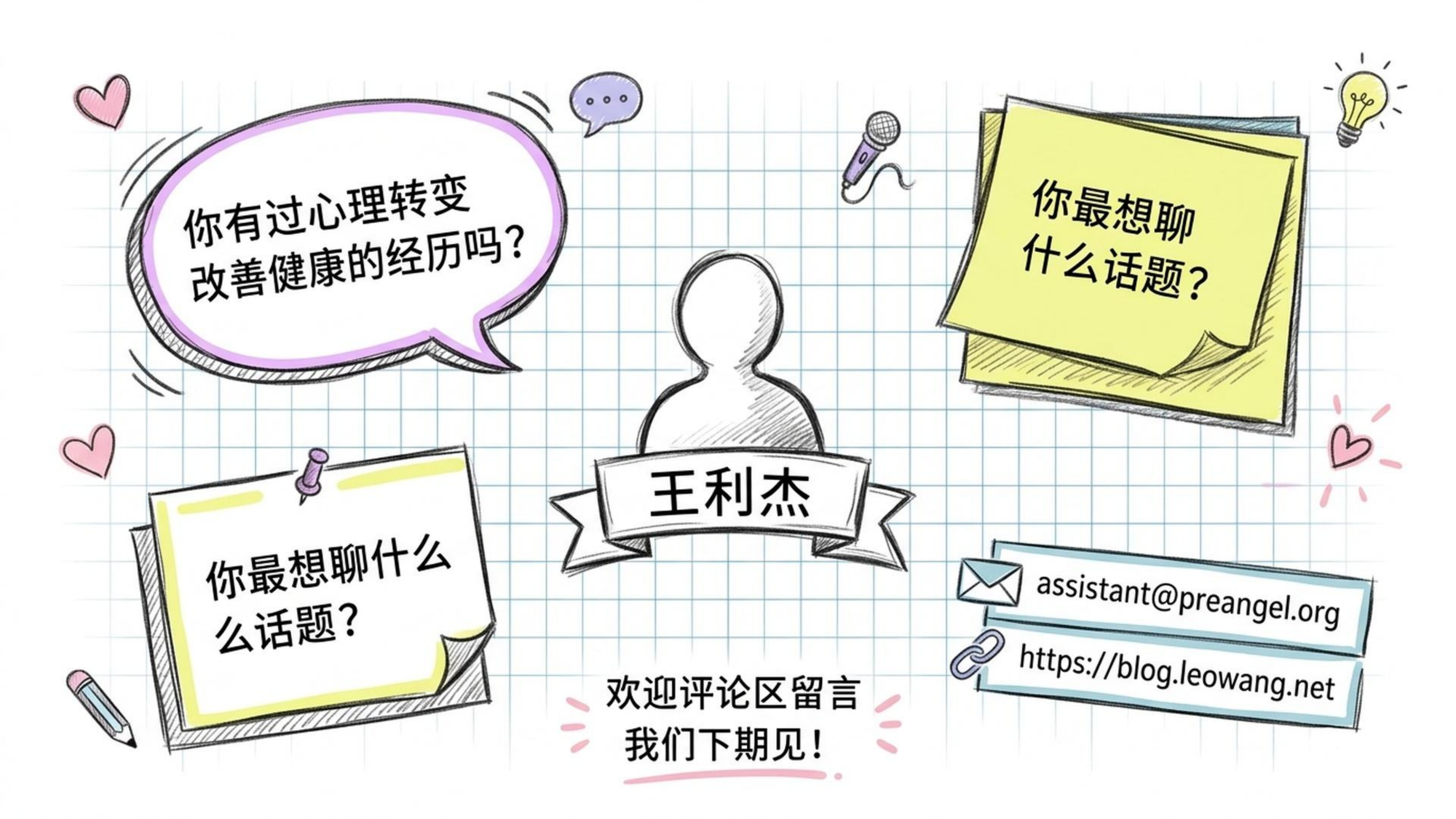


支持性社群









你有过心理转变
改善健康的经历吗？

你最想聊
什么话题？

王利杰

你最想聊什么
么话题？

欢迎评论区留言
我们下期见！

assistant@preangel.org

<https://blog.leowang.net>