

# 补血+升白细胞方案

如果发现红细胞和血红蛋白明显下降时，要马上停青蒿琥酯，这是青蒿琥酯最大的副作用，远大于对肝功能的影响。

青蒿琥酯相关的血红蛋白下降，如铁蛋白不低则不属于缺铁性或叶酸缺乏性贫血，而是以氧化应激和红细胞寿命缩短为主，本质是”红细胞更容易被氧化和提前清除”，而不是”造血原料不足”。但如果铁蛋白降低则应补铁。

因此，**如非铁蛋白低则不宜补铁，也不建议补充维生素B族。**应要做的是以“NAC+维生素E+甘氨酸”为核心来保护红细胞，在抗癌期红细胞下降时最怕的是“好心办坏事”。

NAC+维生素E+甘氨酸是既保护红细胞，又不喂养肿瘤的方案。这更安全也更符合抗肿瘤代谢策略，这在肿瘤患者里是一条不反噬的方向。

不去推分裂

不去加速复制”

\*延长现有红细胞寿命

为什么不补中药？

黄芪/当归/人参/丹参等中药会提高细胞耐受性，微循环，修复能力。它们分不清正常细胞和肿瘤细胞，会”顺手把癌细胞也保护了”。

为什么不能常规补维生素B族？

B1/B6/B12/叶酸，都直接或间接参与DNA合成氨基酸代谢细胞复制，对肿瘤来说就是代谢燃料。

为什么补充NAC+维生素E+甘氨酸？

**NAC:** 是细胞内抗氧化核心，提供半胱氨酸，合成谷胱甘肽(GSH)，减少溶血，不刺激DNA，不刺激分裂。

**维生素E:** 为红细胞膜提供保护，阻断脂质过氧化，防止红细胞变脆被脾脏清除，作用在膜层面。

**甘氨酸:** 是GSH的第三个原料，参与血红素合成，不驱动细胞周期

⚠️ 补血+升红细胞方案：

1. 血红素铁
2. 血红蛋白肽
3. 红景天提取物
4. 维生素B族
5. 鹿茸精注射液
6. 红珊瑚益气维血胶囊肽

7. 补血食补：牛血猪血，猪肝牛肝，牛血粉，牛肝粉，鹅血鸭血，鹿血晶粉，鹿角胶，阿胶，布鲁士菜汁，五米粥。

### ! 升白细胞方案：

1. 吡啶甲酸锌；
2. 参一胶囊：可升白细胞+强健身体，升白效果较为明显；地榆升白片；
3. 适当补充硒。硒具有升白和其他较为全面的抗癌保健等作用；
4. 食补：鲫鱼豆腐汤，牛肉番茄汤，牛蹄筋汤，鸽子蛋，茧蛹，牛白腰/羊白腰，知了猴等，适合长期强壮身体，具有升白作用；

### ! 改善造血微环境方案：

人参皂苷，黄芪甲苷，淫羊藿苷类

### ! 提升合成与转运方案：

B12，叶酸，b6+食补

## 如何提升白细胞+红细胞+血红蛋白+淋巴细胞

### ! 针对血象回升目标重要性排序：

1. 红细胞/血红蛋白：贫血直接影响氧运能力，是最急需改善的指标。
2. 白细胞/中性粒细胞：抵抗感染能力关键，尤其在化疗/放疗后。
3. 淋巴细胞：免疫调节作用重要，但短期通过营养提升有限。

**注意：**血象改善依赖骨髓功能，营养只能辅助，并不能完全逆转严重化疗/放疗后的骨髓损伤。

### ! 推荐维生素和营养素：

#### 1. 红细胞/血红蛋白==

·叶酸：核酸合成，红细胞成熟必需维生素·B12：参与红细胞DNA合成==

·维生素E：为红细胞膜提供保护，阻断脂质过氧化，防止红细胞变脆被脾脏清除，作用在膜层面

·铁元素：==仅在缺铁时补，铁蛋白高不补

·维生素C：辅助非血红素铁吸收并抗氧化

·甘氨酸：是血红蛋白合成原料，参与血红素合成，不驱动细胞周期

#### 2. 白细胞/中性粒细胞

·维生素B6(吡哆醇)：促进淋巴细胞和粒细胞生成

·维生素C：提升白细胞功能和抗氧化

·锌：白细胞生成、淋巴细胞活化

·硒：抗氧化，支持免疫细胞增殖

·核苷酸+蛋白质：造血原料

### 3.淋巴细胞

- 锌+硒+维生素C: 免疫调节
- 维D3+K2: 提升免疫耐受和调节淋巴功能
- NAC: 抗氧化, 保护淋巴细胞

#### ! 补充逻辑总结:

核心原则: 先确保骨髓有合成原料, 再提供免疫调节和抗氧化营养素。

1. 先补叶酸+B12+蛋白质/氨基酸: 改善红细胞/血红蛋白的合成原料。
2. 再补锌+维C+B6+硒: 支持白细胞、中性粒细胞回升。
3. 维生素D3+NAC: 辅助调节淋巴细胞
4. 铁元素仅在铁缺乏或铁蛋白正常偏低时考虑, 肿瘤患者铁蛋白高不补。

## 补铁补血的逻辑梳理:

青蒿类药物用药期, 补铁须根据铁蛋白指标合理补充, 不能过量!

1. 铁蛋白过高不要补铁, 而是在造血能力+合成+转运上做文章。青蒿类有156种抗癌的机制, 而铁死亡只是其中一种。
2. 但如果是缺铁性贫血, 铁蛋白降低, 不仅要补铁, 严重的还要可能要补血。

关于补血+补铁

1. 首先看红细胞+血红蛋白: 血红蛋白是红细胞的组成部分。
2. 其次看铁蛋白: 铁是血红蛋白的一个组成部分, 重要生产要素, 狭义理解是库存。

补铁: 一方面与青蒿类增效诱导铁死亡有关, 提升增敏作用; 另一方面是补铁即补血。但须根据铁蛋白指标来定补充剂量, 盲目补适得其反。

补血: 是造血能力逻辑。铁是一个生产要素, 是必要条件, 不是充要条件。铁多, 一方面是病理性的。铁如何转化为红细胞, 是造血能力。比如青少年, 成年人远比老年人, 癌患造血能力强。补血的本质是提升造血能力。再细分, 是生产, 转运的能力。也就是补铁, 只是补血的一个重要途径。提升整体机能的造血能力, 才相匹配。比如化疗, 就会对造血功能, 造成破坏。一些疾病, 是需要骨髓移植。

第1种是通过药物改善骨髓微环境, 改善炎症, 免疫调节, 提升转化

第2种就是食补, 营养提升。

举例, 有患者70多岁, 用到250到300mg的青蒿琥酯, 红细胞/血红蛋白依然超牛的, 让人羡慕。而有些人就扛不住。造血能力是有差异性的。所以饮食营养支持+补剂, 是有核心价值的。不管何种方案, 营养支持永远是核心, 是支撑持续治疗的基础。

上面是铁与补铁的整理，结合自身情况。原则是首先要查，缺就补，不缺适当补充。补铁与补血是2个逻辑。一种是发挥药效，一种是对青蒿类药物疗程期间的指标调节，具备中长期，中高剂量青蒿类使用的身体基础。

## 提高红细胞稳定性

升红细胞对于使用青蒿类衍生物抗肿瘤是大挑战，是持续治疗的基础。补血好比，增加供给，补是一条思路。而补充的”血红蛋白，红细胞兵员”，如何保持”战斗中”的存活率，也就是提升红细胞与血红蛋白的抗氧化性的稳定性也是另外一条探索的方向。同时，这条路径上，避免不了抗氧化+抗炎属性的补剂使用。这就需要使用者在是否中长期思维，是否上剂量，身体机能状态，疾病种类，认知理念等因素中，做取舍与决策。

**用药期:** 可以用药期增加维生素C的剂量(尤其大剂量维C针剂注射抗癌疗法)，还有增加维生素E的使用。

**歇药期:** NAC或谷胱甘肽可以在歇药期增加剂量，用药期酌情使用。

## 药物服用顺序

青蒿琥酯半衰期约45-90分钟，比较明确，这意味着3小时后基本代谢完毕。所以尽可能使用青蒿类3小时以后再用其他半衰期不明的药物。要抓住重点，核心是青蒿类药物与其它药物间隔！

青蒿琥酯，水溶性，饭前空腹服用

蒿甲醚，脂溶性，饭后服用

\*伊维菌素，脂溶性，饭后服用

饭后一般是脂溶，空腹是水溶性。

## 五米粥主料：

红米 黑米 红芸豆 红花生 红豆。

## 五米粥配料：

桂圆枸杞红枣（补血三剑客）

薏仁（祛湿）

白芸豆（降糖）

桑葚干 黑白芝麻 山药（补中益气）

栗子 杏仁 榛子 核桃（加强营养非  
必选）

泡澡泡脚 也少不了 生姜驱寒 薏仁  
排湿

以上食材尽量选有机



# [12] 发明专利申请公开说明书

[21]申请号 93118728.1

[51]Int.Cl<sup>5</sup>

A61K 35/78

[43]公开日 1995年4月26日

[22]申请日 93.10.21

[71]申请人 **军事医学科学院放射医学研究所**

地址 100850北京市太平路27号

[72]发明人 高月 刘秀珍 葛忠良

[74]专利代理机构 北京市医药医疗器械专利代理事  
务所

代理人 王为

说明书页数: 附图页数:

[54]发明名称 **用红景天提取物制备一种治疗贫血及促  
白细胞增生的药物**

### [57]摘要

本发明涉及用红景天提取物制备一种治疗由造血  
机能障碍引起的贫血和白细胞下降的药物,用红景天  
提取物制备的药物通常用来治疗肺炎咳嗽,咳血咯  
血,妇女白带,跌打损伤,烫火烧伤,以及抗疲劳抗  
缺氧等,并有滋补强壮作用。本发明发现了红景天提  
取物有抗贫血和促白细胞增生作用,可用于防治由辐  
射或化疗引起的造血机能障碍引起的疾病,从而增加  
了该药物的适应症。

(BJ)第 1456 号