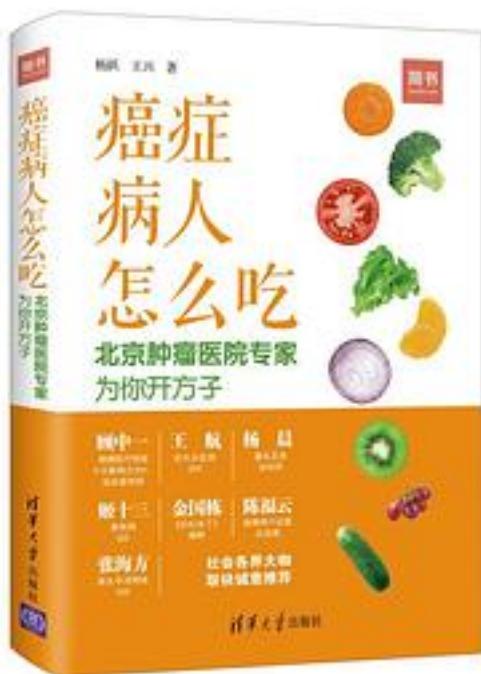


癌症病人怎么吃



[癌症病人怎么吃 下载链接1](#)

著者:杨跃

出版者:清华大学出版社

出版时间:2018-8

装帧:精装

isbn:9787302505778

每年中国有400万新发的癌症患者，不科学的传统饮食观念和民间的谣言使很多患者明明治疗得很成功，却因为饮食出现各种状况。

本书用通俗的语言、真实的病例，手把手教你如何从饮食上帮助患病的亲人。也许正是通过你的帮助，病人合理地补充了营养，提高了身体免疫力，更提高了手术和化疗的治愈率。

更重要的是，你还能顺便学一学，怎么吃才能不得癌！

作者介绍:

杨跃 教授

北京大学肿瘤医院胸外二科主任，主任医师，教授，博士生导师，中国肺癌诊疗规范执笔人，《养生堂》《健康之路》《健康有约》明星嘉宾，从医35年，做过的手术超过20000台，接诊病人超过100万例。

王兴（简书ID：狼医生）

北京大学肿瘤医院胸外科主治医师，肿瘤学博士，曾受邀参加世界肺癌大会，简书签约作者，头条号签约作者，曾代表北京大学参考高校青年教师讲课比赛，获最受学生欢迎奖，果壳谣言粉碎机达人，被《健康报》评为2017年度健康传播影响力人物。

目录:

[癌症病人怎么吃](#) [下载链接1](#)

标签

科普

健康

癌症

医学

科学

微信读书

评论

对于癌症病人家属想知道的都能找到答案，能感觉到医生的温度，是温暖的解答。是一本癌症病人家属的指导手册。

虽然有些地方还是觉得其实医生也不能解释透彻所有的问题，但已经看得出是尽最大努力为病人着想，最大限度回答病人关心的问题了，作为家属，感觉能早点看到这本书就好了

极其科学，还极其富有操作性，里面大部分搭配都列了克数和配比。大蒜真的能抗癌，每天一瓣就好。十字花科食物多吃也有好处。吃烧烤时不要吃烧了的部分，最好搭配着蔬菜吃。很多食物致癌是因为造成肥胖而肥胖是高风险元素。辣椒也要适量吃虽然里面维C

含量是蔬菜之首胡萝卜素也只比胡萝卜稍低适量会降低各种疾病的风险但过量会刺激胃肠道。豆类和粗粮和蘑菇都是很好的。肠内营养制剂和打碎食物是两个好的营养补充方法。保健品和中药的心理安慰能力也是挺好的，但是不要吃来源不明的保健品。可溶性膳食纤维可以降低心脑血管疾病的概率，不可溶性的促进胃肠蠕动，蛋白质需要和碳水搭配1：1食用达到最好的营养吸收。补血要吃动物肝脏，菠菜红枣阿胶没有用。吃夜宵会加重反流性食管炎（吃后两小时睡）从而致癌，但是没有的话可以吃，夜宵应该吃高蛋白。

地中海饮食

家里有病人非常实用的一本书！

很认同医生说的，抗击癌症不单单靠医生，还要靠病人以及家属的共同努力。三分靠治，七分靠养。食物是人体能量的主要来源，照顾病人要像照顾婴儿一样，需要耐心，细心。

真希望这种科普书能多一点，父亲下周做肺癌手术了，这本书的出现刚刚好。给几个重要的概念，保健品都是没用的；中药只能辅助不能代替西药；吃比治重要；什么发物、不能吃鸡没有科学支持

希望这种靠谱实用又能让小白看下去的科普书多一些

除了关注怎么吃，还有一个系列是《抗癌必修课》。可以搭配着看。

清晰明白，具体操作上跟美国不太一样。

条理清晰，有理有据。把一些文献结论用通俗易懂的白话翻译出来。无论是之前疑惑的或者没有考虑到的问题都得到了很好的解答。

超赞，非常好的一本医学科普书！

自认为非常好的一本书推荐给大家，不一定符合大家对养生的需求，但是确实是不说半句假话的书

[癌症病人怎么吃 下载链接1](#)

书评

选择读这本书源于我的三个角色，第一我是一个吃货，正在向着蔡澜先生提出的“食儒”方向努力，所以我难免会琢磨“万一自己被确诊为癌症，还能不能愉快的吃喝”；第二，我是患者家属，母亲去年被诊断出结直肠癌，从手术到化疗的整个过程中，我都在到处打听“该怎么吃”的问题；...

[癌症病人怎么吃 下载链接1](#)