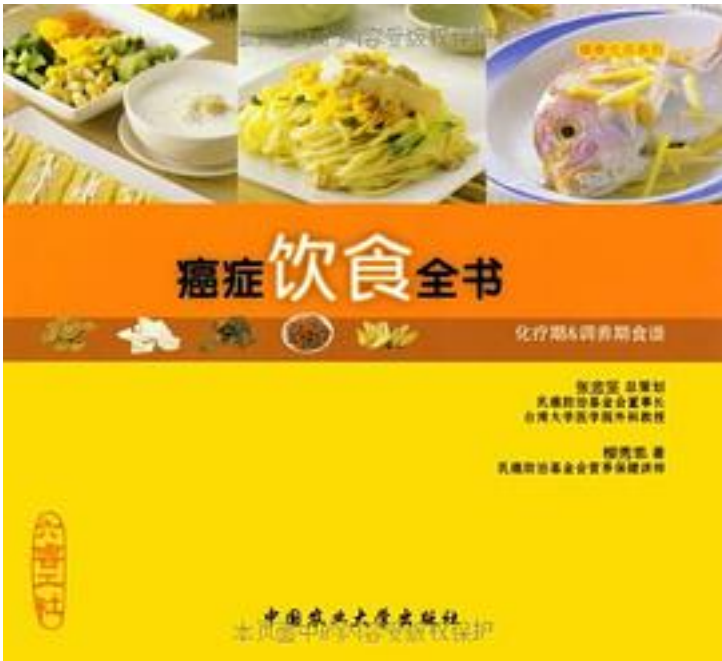


癌症饮食全书



[癌症饮食全书 下载链接1](#)

著者:柳秀乖

出版者:中国农业大学

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787811176070

《癌症饮食全书》是一本专为癌症病友量身定做的饮食照护全书！癌症病友怎么吃才正确？特别介绍热门的“7色饮食疗法”，让病友轻松依据7色原则，变化菜单获取更多植物性营养素，不再为该吃什么、不该吃什么而无所适从。特别提供近60道“早、午、晚餐的食谱示范”，配合季节性调整，病友可依据需求选用适当食谱，也可自行变化交换同属性食谱如主食替换、副食替换，补充体力及免疫力。

化疗时如何增加热量及食欲？提供近20道“点心、保健茶食谱”。点心食谱每份所含热量不同，为100～300千卡，可作为三餐以外的热量补充；保健茶以补充每日水分量及改善化疗不适症状为辅，可增进水分摄取及增进食欲，加强抵抗力，并补充抗癌体力。化疗产生副作用时怎么调整饮食？提供“15种辅助化疗饮食的调味酱料”、“6种辅助化疗饮食酱汁”，当病友出现食欲不振、恶心、味觉改变等化疗常见副作用时，可加以

变化食谱，增进食欲，提高免疫力。化疗时辅助饮食怎么吃才正确？介绍“32种辅助中药材”，让病友依据自身的体质属性，选择适合自己的中药材，提升免疫力。特别收录“养生素食疗法”的介绍，让读者认识养生素食不仅只是生食，亦可以煮食烹调食物，包含奶、蛋、肉类、五谷、蔬果。

作者介绍:

柳秀乖

主要经历:

资深护理师

1969—1994年

台北护理学院附设医院护理临床工作

1994—2003年

美国惠氏药厂营养品事业处营养咨询服务

1994—迄今

女青年会爱心服务队社区医疗保健讲师

2003—迄今

财团法人乳癌防治基金会营养保健讲师

养生营主办人

相关著作:

《怀孕坐月子食谱》、《养生茶及保健汤》、《调经食谱指南》、《家庭保健菜》、《婴幼儿食谱》等。

目录:

【推荐序】防癌抗癌的保健良书【作者序1】吃得对，轻松抗癌！【作者序2】食物是最好的医药【本书使用说明】&【本书特色】PART 1 请教医师 认识癌症
癌症的治疗方法与副作用 当亲人罹癌治疗时，该怎样协助照顾及抚慰？PART 2
请教营养师 有益化疗的抗癌食物有哪些？ 化疗期间该怎么吃才正确？
化疗引发不适症状该怎么调整饮食？ 化疗期间的饮食照顾

【专栏】危险的致癌食物PART 3 健康厨房 化疗期间的食材准备
7色辅助化疗饮食的抗癌食材 32种辅助化疗饮食的中药材 15种辅助化疗饮食的调味品
6种辅助化疗饮食的酱汁 化疗期间的食谱示范 【早餐篇】

第1套：糙米四神粥·焗烤杏鲍菇·水果香豆奶

第2套：香菇山药粥·醋溜双色·柴鱼豆腐 第3套：绿豆小米粥·番茄蛋包·水果泥

第4套：金枪鱼三明治·燕麦牛奶·综合色拉 第5套：五谷奶浆·全麦卷·海苔蛋

第5套：全麦馒头·胚芽豆浆·酸奶蔬果 【午餐篇】

第1套：糙米饭·荸荠肉末·芽菜汤 第2套：樱花虾炒饭·木耳肉丝·保健汤

第3套：五彩寿司·甘味鳕鱼·海带菇笋汤 第4套：山珍海味粥·番茄牛腩·芝麻菠菜

第5套：三色荞麦面·蒜泥地瓜叶·冬瓜薏仁汤

第6套：地瓜饭·核桃炒素珍·干贝乌骨鸡汤 【晚餐篇】
第1套：梅汁排骨·竹荪丝瓜·素四物汤 第2套：燕麦饭·樱花虾圆白菜·四君子汤
第3套：百合扒芦笋·柠檬香鱼·地骨鸡汤
第4套：红豆五谷米饭·韭菜煎蛋·三菇鲜羹
第5套：百香木瓜·香麦蒸蛋·淮杞牛肉汤
第6套：双色花椰菜·清蒸鲜鱼·巴西蘑菇汤 【点心&保健茶篇】 点心
薏仁薄荷汤·银耳百合汤 红芋奶露·枸杞藕粉糊 杏仁桑葚冻·酸奶石花冻
首乌芝麻糊·野米桂圆粥 保健茶 舒咽茶·参麦茶 紫苏生姜饮·菊苣饮
玫瑰蜜茶·白术抗癌茶 黄芪红枣茶·补气汤 【附录】附录1 癌症病友的现身说法附录2
癌症饮食的迷思O&A附录3 养生素食的迷思O&A附录4
每日营养素及热量摄取的理想比例附录5 参考书目
· · · · · · ([收起](#))

[癌症饮食全书_下载链接1](#)

标签

- 抗癌
- 健康
- 送给爸爸

评论

和 癌症患者生活调养妙招 一起买的，一个是关于西餐，一个是中餐的，这本更适合。

菜式还是少了点，关于营养学方面比重偏大

分类说明食材和中药的疗效，还有从早餐到甜品的菜谱，普通食材容易制作。

彩图不错，可惜食谱大多可用性不大。

每个家庭都应该备一本的好书。

[癌症饮食全书_下载链接1](#)

书评

国内做这种书的人很少，此书是从台湾引进的，实用性比较强，内容蛮丰富的。对于不幸罹患癌症的患者很有帮助，特别是化疗时期，很多人会脱发、厌食，书中讲了如何通过改善饮食增进食欲，改善体质。
其实癌细胞在每个人的体内皆存在，只是因为个体因素，如生活作息不正常、营养不...

[癌症饮食全书_下载链接1](#)