

抗癌吃什么

抗癌吃什么

本系列其他图解：

- 营养吃什么
- 食疗吃什么——蔬菜和水果
- 食疗吃什么——肉类和蛋类
- 食疗吃什么
- 食疗吃什么
- 食疗吃什么

饮水渐透，万病皆除

合理调配癌症患者的饮食，可提高机体抵抗力，对患者的生活和康复有利。癌症患者应多食易消化吸收的蛋白质食物，如牛奶、鸡蛋、鱼类、豆制品等，可提高机体抵抗力；进食适量粗粮，多吃蔬菜、米、面、马铃薯等含糖丰富的食物，以补充热量；多吃有抗癌作用的食物，如土豆、番茄、黑木耳、大蒜、海带、花生生吃或熟食等。不要多吃含亚硝酸盐的食品，如腊肉、火腿、香肠、咸菜等及腌制的食品。癌症和化疗的患者，一概忌进含咖啡、茶、桂、姜、蒜、葱、辣椒等辛辣刺激性食品；三调食物多清淡、软、烂的食品。尽量避免过烫的食物和多油食物，尤忌烟酒、刺激性过强的食物或三者并用。过冷的、过硬的食物不宜吃。

1 白菜

抗癌功能：含有微量元素硒，很具有解毒和抗癌作用。

保健用量：每日100~200克。

食用宜忌：适合各种体质，青白兼宜，入汤或炒食者不可多食。

治疗妙方：大白菜去心洗净后切丝，加入底盐10分钟去水，再清水冲洗，去其咸味，择干水分，将豆腐干切丝，放入白菜中拌匀，再将大白菜与豆腐干一起蒸熟，可防癌抗癌。

2 芹菜

抗癌功能：含有能分解致癌物的酶，它能抑制癌细胞的生长，因此有一定抗癌作用。

保健用量：每日50~150克。

食用宜忌：忌与本品或虾米同食，以防寒功能亢进而风寒。

治疗妙方：隔夜生菜植物的助燃，放入瓦片烧炭生火，加调料（葱花、生姜等）炒熟，放入空心菜，再入空心菜，用急火快炒，使植物重新变熟，可降低胆固醇，预防肺癌。



3 菠菜

抗癌功能：所有的患者都要选择新鲜的菠菜，因为，它们是入人体的改善物质。

保健用量：每日100~200克。

食用宜忌：糖尿病以及高血压、冠心、慢性病患者忌食，产妇忌食；脾胃虚寒、消化不良者忌多食。

治疗妙方：甘蓝，被誉为“纤维素的仓库”。与油菜叶、柿子一起煮入鸡汤中，既清热润肺，又补血止血，促进排毒，降低血压。

4 生菜

抗癌功能：富含胡萝卜素，还含多种维生素，对癌症有预防作用。

保健用量：每日3片。

食用宜忌：生菜对乙烯极为敏感，接触时间过长，易引起腐烂，所以，储存的人少吃。

治疗妙方：隔膜癌。放入瓦片烧炭生火，加调料（葱花、生姜等）炒熟，放入生菜，再入空心菜，用急火快炒，使植物重新变熟，可降低胆固醇，预防肺癌。



[抗癌吃什么 下载链接1](#)

著者：

出版者：湖南科学技术出版社

出版时间：2009-6

装帧：平装

isbn:9787535757111

合理调配癌症患者的饮食，可提高机体抵抗力，对患者的治疗和康复有利。癌症患者应多食易消化吸收的蛋白质食物，如牛奶、鸡蛋、鱼类、豆制品等，可提高机体抗癌力；进食适量糖类，补充热量；多吃蜂蜜、米、面、马铃薯等含糖丰富的食物。以补充热量

; 多吃有抗癌作用的食物，如甲鱼、蘑菇、黑木耳、大蒜、海藻、芥菜及稀牌胶囊、蜂王浆等；不要多吃富含维生素的食物，如新鲜蔬菜、水果、香油、谷类、豆类以及动物内脏等。放疗和化疗的患者，一般宜进食凉食、冷饮，但有寒感的患者则宜进食热性食物。注意饮食要多样化，注意色、香、味、形，以促进食欲；烹调食物多采用蒸、煮、炖的方法，忌食难消化的食物和辛辣食物，尤忌烟酒。刺激性太强的食物不要吃，过冷的、过硬的食物不要吃。

作者介绍:

目录: 1. 白菜

2. 卷心菜

3. 油菜

4. 生菜

5. 韭菜

6. 芹菜

7. 苦瓜

8. 黄瓜

9. 冬瓜

10. 丝瓜

11. 葫芦瓜

12. 南瓜

13. 洋葱

14. 辣椒

15. 番茄

16. 茄子

17. 百合

18. 芦笋

19. 胡萝卜

20. 萝卜

21. 藕

22. 扁豆

23. 豌豆

24. 金针菇

25. 蘑菇

26. 香菇

.....

· · · · · (收起)

[抗癌吃什么](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[抗癌吃什么 下载链接1](#)

书评

[抗癌吃什么 下载链接1](#)