

抗癌吃什么



北京食品营养研究所 编
首都医科大学附属北京同仁医院 肿瘤科主任医师 编
张永新 苏建明 审校

抗癌吃什么

本系列其他书籍：
● 癌症吃什么 ● 癌症预防吃什么——营养与癌症
● 癌症吃什么 ● 癌症预防吃什么——饮食与癌症
● 癌症吃什么 ● 癌症预防吃什么——饮食与癌症
● 癌症吃什么 ● 癌症预防吃什么——饮食与癌症

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。

1 白蛋白

● 抗癌作用：所含的微量元素，能具有抗肿瘤和抗癌作用。
● 健康用量：每日100~200克。
● 食用宜忌：忌与豆制品同食。肾功能衰竭、大便秘结患者不可多食。
● 食疗妙方：大白菜洗净后切片，加入适量盐腌15分钟左右，加清水洗净，去其咸味，晒干水分，将豆腐干切片，加入白菜丝，拌匀即可食用。



2 维生素

● 抗癌作用：含有维生素A和维生素E，能抑制癌细胞增殖，因此有一定抗癌作用。
● 健康用量：每日50~150克。
● 食用宜忌：忌与辛辣刺激性食物同食。肾功能衰竭患者不可多食。
● 食疗妙方：将白菜洗净后切片，加入适量盐腌15分钟左右，加清水洗净，去其咸味，晒干水分，将豆腐干切片，加入白菜丝，拌匀即可食用。



3 油脂

● 抗癌作用：所含的微量元素，能具有抗肿瘤和抗癌作用。
● 健康用量：每日200~300克。
● 食用宜忌：忌与辛辣刺激性食物同食。肾功能衰竭、大便秘结患者不可多食。
● 食疗妙方：将白菜洗净后切片，加入适量盐腌15分钟左右，加清水洗净，去其咸味，晒干水分，将豆腐干切片，加入白菜丝，拌匀即可食用。



4 生菜

● 抗癌作用：含有维生素A和维生素E，能抑制癌细胞增殖，因此有一定抗癌作用。
● 健康用量：每日50~150克。
● 食用宜忌：忌与辛辣刺激性食物同食。肾功能衰竭患者不可多食。
● 食疗妙方：将白菜洗净后切片，加入适量盐腌15分钟左右，加清水洗净，去其咸味，晒干水分，将豆腐干切片，加入白菜丝，拌匀即可食用。



[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](#)