第一图书网, tushu007.com

<<癌症调养菜谱>>

图书基本信息

书名：<<癌症调养菜谱>>

13位ISBN编号：9787534569883

10位ISBN编号：7534569885

出版时间：2010-1

出版时间：江苏科技

作者：张继华//丁应林

页数：48

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

癌症，一个令人听之色变的疾病，多少人的生命被之夺去，多少家庭因之陷入悲痛之中。
，一个人类肆虐的恶魔.一个目前人类还挥之不去的阴影。
人类痛恨它，但每时每刻又有多少善良的人被它追逐。
人类一定要征服癌症、一定会征服癌症。
在征服的过程中，我们需要更多地了解癌症。
人们常常把癌与瘤混为一谈，认为癌就是瘤，瘤就是癌。
严格地讲，癌与瘤是不同的，癌是一种恶性肿瘤，而瘤则是良性肿瘤与恶性肿瘤的总称。
为此，我们要把普及防癌知识与癌症治疗摆在同等重要的位置，不仅要帮助癌症患者解脱痛苦，而且要帮助广大民众远离癌症..癌症对人类健康和生命的威胁很大.它和心血管疾患已成为医学上的两大难关。
在全世界构成死亡原因的头两位，全世界52亿人口中，每年约有700万人新患癌症，每年有500多万人死干癌症，几乎每6秒钟就有一名癌症患者死亡。
国际抗癌联盟组织把每年的2月4日定为“ 世界癌症日 ”.提醒大家预防癌症和其他慢性病要从儿童抓起，教育培养孩子从小养成健康生活习惯，可有效减少成年期癌症发生。
其实.癌症是可以预防治疗的。
，良好的膳食营养不仅具有潜在的预防肿瘤作用，某些营养素还有抗氧化、抑制肿瘤细胞的增生、刺激人体产生干扰素等功能.如维生素A、维生素c、维生素E、维生素D，矿物质硒、钙、碘、锌、钼和食物纤维素都具有一定的防癌或抑癌作用。
经过医学家们的长期探索，发现了许多具有一定防癌、抗癌作用的食物，许多中草药也具有一定的抗癌作用，而且经药理实验已证实了它们的抗癌、防癌的性能，.世界卫生组织列出有助于防癌的菜单：大蒜有抗胃癌的作用；洋葱有阻止癌细胞的功能：花椰菜、卷心菜可减少结肠癌与乳腺癌的发病率；胡萝卜番茄对抑制乳腺癌、胃癌、消化道癌、前列腺癌有一定食疗效果等。
虽然不能说单靠某种食物能保证人们不患癌或治疗后癌症不复发，但是经常有意识地选择食用.对抗癌、防癌还是有一定积极意义的。
为了帮助癌症患者通过饮食疗法减轻疾病痛苦，早日恢复健康。
我们紧扣时代脉搏、融知识性、实用性、科学性、趣味性为一体，以图文并茂的形式推出营养美味调养菜谱，让读者在品尝美味的同时.控制、治疗疾病，吃出健康来，我衷心地希望癌症患者能够合理配餐，更多地了解抗癌、防癌常识，摆脱癌魔的困扰，期待本书能成为您的良师益友。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

为了帮助癌症患者通过饮食疗法减轻疾病痛苦，早日恢复健康，本书紧扣时代脉搏、融知识性、实用性、科学性、趣味性为一体，以图文并茂的形式推出营养美味调养菜谱，让读者在品尝美味的同时，控制、治疗疾病，吃出健康来，编者衷心地希望癌症患者能够合理配餐。
更多地了解抗癌、防癌常识，摆脱癌魔的困扰，期待本书能成为您的良师益友。

第一图书网, tushu007.com

<<癌症调养菜谱>>

书籍目录

一、癌症的基础知识二、癌症的饮食调养原则三、预防癌症的食物四、癌症患者的调养菜谱 萝卜煮牛肉 西兰花炒肉片 花菜烩肉柳 黄豆煲瘦肉 四季豆猪肉片 洋葱烧牛肉 蕹菜炒牛肉 灵芝粉蒸肉丸 西葫芦炒肉片 木耳炒猪肝 黑豆芽炒肚丝 黄瓜炒肉片 蘑菇猪肝汤 竹笋炒肉丝 银耳肉丝 萝卜炖小排 枸杞煨猪肚 兔肉炖南瓜 蒲公英兔肉汤 百合兔肉片 翡翠兔肉 双菌兔肉丝 枸杞肉丝 海带煲猪骨 明珠甲鱼 香菇蒸鲥鱼 虾烧墨鱼 首乌炖水鱼 香煎带鱼 碧绿海蜇 盐水河虾 金蒜炒鳝片 龙井虾仁 菠萝蒸鲳鱼 灵芝草炖甲鱼 香菇炖鲫鱼 天麻炖鱼块 山珍草鱼汤 百合炖鳗鱼 蒜烧带鱼 鲶鱼烧菜花 双冬墨花五彩鱼丸 泥鳅炖豆腐 百合烧海参 双耳鱼圆 人参炖鹌鹑 百合炖肉鸽 蒜头烧鸭块 牛蒡炖鸡 鸡肉烧莴笋 鸡丝烩豌豆 西百炒鸽脯 鸡茸花菜 绞股蓝蒸鸡 韭菜炒鸡蛋 天枸煲鸡翅 绞股蓝炖鸭块 平菇豆腐汤 蒸海带卷 素鸡烧苦瓜 锦绣香干 豆腐烩鱼丸 肉末烧豆腐 香菇酿豆腐 蒸扣三丝 凉爽木瓜 麻香海带 白焯金针菜 橄榄芥蓝 陈皮苦瓜 松香芦笋 三丝白菜 海带炒豆芽 草菇拌菠菜 虾皮菜心 绿豆冬瓜汤 海带烧花菜 双菇烧芸豆 海带煮花生 黄瓜拌绿豆芽 金钩蒜薹 吉司慈姑 酒酿百合 佛手灵菇 油焖香菇

章节摘录

插图：1.牛奶和酸奶牛奶含钙和维生素D，在肠道内能与致癌物质相结合，清除其有害作用。
酸奶能抑制肿瘤细胞的生长。
2.蜂蜜和蜂乳蜂蜜能促进新陈代谢，增强机体抵抗力，提高造血功能，帮助组织修复。
近年来发现蜂乳含有特殊的蜂乳酸，对防治恶性肿瘤有效。
3.茶含儿茶素，能清除体内的放射性物质。
放疗病人经常饮茶有益康复。
茶还可以防龋齿。
4.花粉食品这类食品可提高智力，促进发育，补血，增加耐力，延缓衰老。
具有激素样作用，增强抗病能力等。
5.蔬菜新鲜蔬菜如胡萝卜、萝卜、瓠瓜、茄子、甘蓝等，含有干扰素诱导物，能刺激细胞产生干扰素。
这种物质可以增强病人对疾病和癌瘤的抵抗力。
但它易受加热的影响而被破坏，因此以上食物以生吃为好。
许多研究都证实，大蒜具有防癌抗癌能力。
大蒜中的脂溶性挥发性油能激活巨噬细胞，提高机体的抗癌能力；还含有一种含硫化合物，也具有杀灭肿瘤细胞的作用。
葱头也能抗癌，可能是含有谷胱甘肽以及多种维生素的缘故。
对淋巴瘤、膀胱癌、肺癌和皮肤癌等均有防御作用。
6.海产品可用作恶性肿瘤病人的辅助治疗食品。
海藻类有效成分主要是多糖物质和海藻酸钠。
海藻酸钠能与放射性锶结合后并排出体外。
常吃海带、紫菜等食品对身体有益。
鲨鱼的软骨能抑制肿瘤生长。
鱼翅有抑制肿瘤向周围浸润的能力。
鱼类中含有丰富的硒、锌、钙、碘等无机盐类，对抗癌也是有益的。
7.食用菌菇类含有多糖物质和干扰素诱导剂，能抑制肿瘤。
香菇对胃癌、食道癌、肺癌、宫颈癌有一定的疗效。
金针菇也具有同样的功效，对肿瘤有抑制作用。
猴头菇对胃癌有疗效，可延长病人的生存期，提高免疫力。
银耳对癌瘤有抑制作用。
近年发现，茯苓中90%的p一茯苓聚糖可增强免疫功能，有抗癌瘤的作用。

编辑推荐

《癌症调养菜谱》：调养疗方，科学营养，好学易做，吃出健康。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com