

<<营养食疗防癌抗癌>>

图书基本信息

书名：<<营养食疗防癌抗癌>>

13位ISBN编号：9787546401287

10位ISBN编号：7546401283

出版时间：1970-1

出版时间：陆伟瑛 成都时代出版社 (2010-02出版)

作者：陆伟瑛

页数：115

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>

<<营养食疗防癌抗癌>>

前言

在这已被严重污染的地球上，有毒的化学物质无所不在，时时威胁着我们的健康，癌症总在不知不觉间来临。

所幸的是我们周围也有许多天然物质可以帮我们抵御癌症。

只要以科学合理的方式准备一日三餐，使身体摄取足够的抗癌物质，你就可以远离癌症的侵袭。

我们坚持“预防就是治疗”的新观念，形成了一套简便易行，以饮食防癌为基础的防癌养生法。

通过配合病情及营养需求的饮食，帮助维持体力，预防体重减轻或减轻过多，避免身体过度败坏，重建正常组织。

不幸已经患癌的病友，一定要对生活有信心。

为此，我们特意邀请了经验丰富的肿瘤专家集体编写这本书，针对不同的病症，为病友配备专属的菜例，针对不同人群的特点，设计了特别的防癌保护措施和饮食建议。

本书还搜集了大量的民间传统药方、偏方为广大病友防癌抗癌。

本书主要向你介绍通过饮食增强人体免疫力，利用食物的药性控制细胞异常化，用食物控制癌细胞扩散、修复受损细胞，调节心情，科学饮食，轻松防癌。

针对癌症的特点，本书全面而翔实地指导大家做出适合自己的营养美食，利用食物预防癌症。

在本书中，专家罗列出许多防癌抗癌的食材，让你远离癌症；营养师针对饮食习惯，为你讲述防癌细节，并精心配置不同防癌抗癌食谱；大厨为你精心烹饪，拒绝烧烤、油炸食品。

这是集体智慧的结晶。

我们送给读者的是时尚的健康理念和营养组合，涵盖现代人的饮食起居、身心保健等许多方面。

<<营养食疗防癌抗癌>>

内容概要

亚洲营养协会专家推荐，饮食是防癌、抗癌、治癌的关键步骤。
近100款最具食疗功效的抗癌食谱全面收录，针对身体八大系统的常见癌症病的最佳食疗方案推荐，涵盖你日常最应该摄取的素食、肉食、水产、汤羹.....，从营养成分到药理和疗效、烹制方法、防癌攻略，细致解析，全面防治日常生活中最常见的癌症疾病，科学的食疗方法指导，权威的食疗效果分析，抗病更治。
揭示12个不正当的饮食习惯、4种最易产生致癌物质的烹饪方法，教你养成防癌饮食新习惯，防癌要从日常做起，最具抗癌功效的“明星食材”推荐，怎么吃？
吃什么？
让身体远离癌症的饮食新观念，为你逐一揭示。
广泛搜罗民间抗癌偏方，抗癌烹饪技巧大公开。

<<营养食疗防癌抗癌>>

书籍目录

Part ONE 防癌资讯篇 正确认识癌症 防癌新概念, 饮食是关键 “明星食材” 防癌论剑防癌饮食细节哪些烹饪方法会致癌烹饪中的防癌小技巧民间偏方抗癌有术 健康素菜篇Part TWO 食疗菜例篇 (一) 胃癌 上汤豆苗 虾仁莼菜羹凉拌鱼腥草蜜汁南瓜香油苦瓜原味萝卜丝 (二) 结直肠癌 韭菜炒核桃仁芥菜豆腐钵蒜蓉荷兰豆三鲜素腰片 青豆煮腐皮结 拔丝红薯蜜汁红薯芋头豆角炒占地菇雪花玉米羹松仁玉米 (三) 乳腺癌酸奶核桃仁清炒花菜蒸芋头仔凉拌生菜 (四) 前列腺癌番茄烩包菜一品豆腐西芹百合炒腰果香菜拌干丝凉拌海带丝油菜焖芋头 (五) 肺癌芦笋煲素鸡果味三丝上汤芦笋 (六) 肾癌清炒莴笋清炒藕片板栗上海青蒜蓉蒸大白菜糯米葡萄枣清炒雪里红营养肉食篇 (一) 肝癌牛腩花菜汤莴笋肉丝玉米炒肉松南瓜炒牛肉西兰花腐皮卷西兰花炒牛肉肉末芋头 (二) 皮肤癌青豆红烧骨牛肉烩百合桂花冻青豆排骨汤芦笋炒牛肉小米椒蒸猪脚豆花牛肉调养水产篇 (一) 鼻咽癌白花甲鱼韭菜苔炒蛤肉 (二) 食道癌老醋蜆头浓汤蟹柳浸鱼肚 (三) 子宫颈癌豆花鱼片芦笋炒鲜鱿西兰花墨鱼片萝卜丝煮鲫鱼白果青鱼丸西兰花炒带子 (四) 白血病铁板生蚝酱烧海参蒜蓉粉丝扇贝鲍鱼扣海参红烧鱼翅圣品汤羹篇蝎子炖老鸡乌鸡炖鹿鞭巴戟花胶炖鹿尾沙参玉竹炖乳鸽芥菜豆腐汤排骨春菜煲橄榄木耳炖猪肉生蚝牛蒡汤蜈蚣土茯苓炖老鸡虫草鸡肉炖老龟红参海马炖鸡 (一) 脑肿瘤海鲜豆腐煲香菇牛肉羹海底椰炖雪蛤灵芝土茯苓炖龙龟墨鱼黄花菜炖肉大芥菜肉丸煲巴戟苡蓉炖鹿鞭老母鸡炖胎盘蝎子水蛇炖老鸡罗汉果川贝炖鹤鹑

<<营养食疗防癌抗癌>>

章节摘录

插图：

<<营养食疗防癌抗癌>>

编辑推荐

《营养食疗防癌抗癌》：亚洲营养协会专家推荐，从饮食入手，全面防癌、抗癌辅助治疗有奇效。近100款最具食疗功效的抗癌食谱完整收录。

饮食不当是引发癌症的第一因素、揭示12个不正当致癌饮食习惯、怎么吃?吃什么?全面解读让身体远离癌症的饮食新观念。

拒绝致癌物质，科学烹调方法大公开；最具抗癌功效的“明星食材”全面解析；科学防癌营养饮食习惯倾力推荐。

附赠VCD：食疗专家细致讲谈食物就是最好的抗癌药+针对各种病症最佳食疗方法推荐VCD中包含亚洲权威医师专业抗癌、治癌讲座；食物就是最好的防癌药，从日常饮食开始入手，打响身体防癌战；建立合理的膳食结构，保证安全的食品质量，培养科学的饮食习惯……

<<营养食疗防癌抗癌>>

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>