



健康知识

第 4 期

台州市博爱医院 主办

地址:路桥区商海南街 609 号
健康咨询:82575951
专家门诊:每周二、四上午

良性肿瘤和恶性肿瘤如何正确饮食

博爱医院肿瘤内科主任、博爱肿瘤医院院长、副主任医师陈国卿

一般认为,各种良性肿瘤,病伤津劫阴,多属阴虚内热,故在饮食调理上,应忌辛温燥热属性的食品,滞腻食品也主张少吃;而性属寒凉的食品,则应少吃或不吃。在不同的病种上,癌症患者饮食禁忌也有所不同,如鼻咽癌病人,应忌辛温燥热、油炸烧烤食物,忌吃狗肉、羊肉、胡椒、茴香等;胃癌病人忌食辛辣食品、桂皮、芥末,辣椒等;食管癌病人忌老猪肉、老鸭肉;肝癌病人忌母猪肉、少吃韭菜。总之,忌口应适当,盲目地忌口将致营养不良,影响疾病康复。生命的维持,必须依赖食物中的各种营养素。癌症患者最主要的问题是营养障碍,改善病人的营养是抗癌治疗中最重要的措施:

- (1) 供给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。
- (2) 进食适量糖类,补充热量。大剂量放射治疗病人,可使其体内的糖代谢遭到破坏,糖原急剧下降,血液中乳酸增多,不能再利用,而且胰岛索功能不足加重。所以补充葡萄糖的效果较好,另外宜多吃蜂蜜、米、面、马铃薯等含糖丰富的食物以补充

- 热量。
- (3) 多吃有抗癌作用的食物,如甲鱼、蘑菇、黑木耳、大蒜、海藻、芥菜及蜂皇浆等食物。
- (4) 研究发现,冬虫夏草所含虫草素能有效吞噬肿瘤细胞,效果是硒的 4 倍,还能增强红细胞黏附肿瘤细胞的能力,在肿瘤化疗期间以及肿瘤手术后可起到阻止肿瘤复发、转移的作用。配方:选用质地优良的福临门冬虫夏草,粉碎后服用,每次 1.5 克,每日 2 次,连续服用 1 个月大部分患者均可取得良好的疗效。
- (5) 饮食多样化,注意色、香、味、形,促进病人食欲;烹调食物多采用蒸、煮、炖的方法,忌食难消化的食品,禁饮酒。
- (6) 维生素 A 和 C 有阻止细胞恶变和扩散,增加上皮细胞稳定性的作用,维生素 C 还可防止放射损伤的一般症状,并可使白细胞水平上升;维生素 E 能促进细胞分裂,延迟细胞衰老;维生素 B1 可促进病人食欲,减轻放射治疗引起的症状。因此,应多吃含上述维生素丰富的食物,如新鲜蔬菜、水果、芝麻油、谷类、豆类以及动物内脏等。

瑶族泡脚走进湖南卫视百科全说节目

三天吃只羊 不如泡脚再上床

2011年10月11日,一位姓覃的瑶族名医走进某卫视大型生活智慧养生节目,详细讲述了瑶族人用瑶药泡脚养生、治病的真实奇方,引起全国收视狂潮和各地观众对养生的兴趣。

“身饱暖、牛大力、铜凉伞、红花倒水帘……”虽然这些瑶药的名字千奇百怪,但是有条件买到的顾客试用后,还是大呼神奇!

真是神了,刚泡 20 多分钟,背后就热呼呼出汗,一量血压下降了 30 多毫米汞柱”

血脂、血糖都降了,连泡一个月稳稳的,这下不用吃药了”

脚气、脚癣、灰指甲都好了,连便秘都没了,皮肤白白滑滑的”

三天吃只羊 不如泡脚再上床

在百岁人口分布率居全球之首的“世界长寿之乡”——广西巴马瑶族自治县,流传着这样的谚语“饭后百步走,睡前一盆汤”、“三天吃只羊,不如泡脚再上床”……。

每天粗茶淡饭、多劳动,晚上泡泡脚”113 岁的巴马老人谭阿曼憨厚的笑着说,这就是她的长寿秘诀。

不像城市里的人,动不动就要吃药,我们这里谁要是不舒服,晚上用草药泡泡脚就好”当地一位学者说,据他表示在巴马乃至整个瑶族地区,光脚走路、用草药泡脚,似乎已经成为了瑶族人的一种生活习俗。

这种天然的泡脚疗法,让当地人患脚病、风湿、高血压、糖尿病、心脏病、便秘、前列腺、中风等慢性病的人几乎为零,迄今为止没有发现一例癌症患者,瑶族姑娘的皮肤也是个水灵灵。

足是人之根 泡脚治全身

早在几千年前,中医就发现了“足是人之根,

泡脚治全身”的妙处。采用瑶药“一身饱暖、牛大力、铜凉伞、红花倒水帘、夜交藤、威灵仙”等秘制而成的“巴马汤”草本浴足粉,遵循“中医药学”、“经络学”与“足底反射学”之养生机理。

通过足浴热能助推原理,使草药的有效成份溶于水中与脚接触,足浴时,水的温热还可以促进血液循环、促进新陈代谢,药物可通过皮肤上的汗腺、皮脂腺渗透进行吸收,对脚病以及亚健康、心脑血管病、糖尿病、失眠、肾虚、前列腺等慢性病有着极其神奇的功效:

- 脚病(脚气、鸡眼、灰指甲、皴裂、脚癣、脚臭):
- 俗话说“树老先老根,人老先老脚”,人一上年纪,或者过度劳累后,脚病就会出现,这个时候您别着急,用“巴马汤”每晚泡泡脚,在舒服的享受中就可发现,老皮换新皮,脚气不痒了,指甲变白了,70 岁的人往往能泡出 20 岁的白嫩、健康脚。
- 心脑血管病(高血压、心脏病、高血脂、中风等)



泡脚疗法

脚病、高血压、糖尿病、冠心病、偏头痛、风湿骨病、足根痛、皮肤痒症、气管炎、肠胃病、免疫力低、经常感冒、失眠、便秘、痛经、手脚冰凉、色斑、肾虚、前列腺、脂肪肝、中风偏瘫、动脉硬化、亚健康、易疲劳

巴马汤泡脚能改善 60 多种身体不适

- 泡脚的热水和草药逼出体外,因而对风湿、类风湿、颈肩腰腿疼,有着药到病除、标本兼治的奇效,往往 1—3 月就能不药而愈。
- 鼻炎、气管炎、免疫力低下、易感冒
- 当你脚凉或受风的时候,鼻子立马打喷嚏,“巴马汤”浴足在促进血液循环的同时,也改善了淋巴液的循环,提高了人体的免疫功能。因此,用“巴马汤”泡脚对反复感冒、鼻炎、慢性支气管炎等多种免疫功能低下引起的疾病均有特效。
- 痛风、脂肪肝、痛风、脂肪肝都是因为营养过剩造成的,每

“巴马汤”中的秘制瑶药成份,具有泡脚降血压、改善血液循环,消除心脑血管并发症的功效,通过药液的温热刺激和透皮吸收,作用全身穴位,血压一泡就降,头晕、胸闷随即消失,更有助中风康复。

● 风湿骨病(足跟痛、关节痛、腰腿痛、肩周炎、颈椎病)

“巴马汤”能舒筋活络,祛寒除湿,活血化淤。用它泡脚时会感觉膝盖很凉,说明体内的寒湿正在被

“巴马汤”泡脚疗法再好不过了,它能舒缓压力、排出毒素,促进大肠蠕动,调节人体微循环,3—5 天即可排便、排尿顺畅,治病又养生,越泡越轻松!

- 痛经、手脚冰凉、色斑
- 很多女性有痛经、手脚冰凉、色斑生痘的症状,用“巴马汤”泡脚能畅通气血,温通经络,因而对虚寒、气滞、血淤导致的痛经、手脚发冷、色斑的女性朋友非常有效,15—30 天即可手暖脚暖、肚子不疼,45 天色斑、痘痘消失,皮肤光滑水灵!
- 亚健康、肾虚、易疲劳

当代都市男人工作压力大、烟酒过度,往往出现易疲劳、性功能低下现象。每天用“巴马汤”泡脚,促进经络排毒、血液循环,舒缓精神压力,使人容易放松,两三天即可恢复体力、强肾壮举。

施工一仓的时间少则 15 小时,多则达 24 小时。”宋汉耀说,“而一般隧洞的一仓方量在 80—100 立方米,而这个相当于普通隧洞的两倍。”

另一方面,地质条件不佳也着实成了施工过程中的拦路虎。当初勘探而出的土质是劣五类,这种土质含泥沙多,容易发生较大规模的变形和破坏,也就是说在洞室开挖中容易造成崩塌、冒顶,几经斟酌商榷,隧洞才决定垂直于吞里山谷通过。

开挖到 500 米时,是我们工程技术难度最大的地方。”站在隧洞这个关键点,宋汉耀表情凝重且淡定,他说,“这一段是穿过吞里坑,这个地方覆盖层最薄处只有 12 米,隧洞要从溪坑底部穿过,岩石风化速度很快,非常危险,所以工人加班加点赶进度,开足马力赶支护,终于在浅埋层这段顺利通过。”

为了赶进度,施工方设置了开挖、出碴、支护、二衬、机修电工等班组,实施 24 小时循环作业,打炮眼、装火药、起爆、出碴、支护、二衬等一环扣一环进行。

截至 7 月 3 日,隧洞已开挖近 550 米,已完成投资的 29.6%,工程量的 20%。预计到今年年底将完成工程投资额的 50%,完成投资额 3000 万元。”郑灵超说。

停电信息

各用户:

2012年7月13日 08:30 至 17:30):北塘洋洪开关站灯饰 8039 线 8# 杆新装洋洪 6812 公变 400KVA 一台,停电区域:台州珠光房地产、洋洪经济合作社、士林电机有限公司、珠光集团圣诞灯有限公司、华迪灯饰、节日灯园区、陶正宾等。

以上线路因检修停电,遇雨顺延,希各用户注意!给用户带来不便,敬请谅解!

路桥供电局

2012 年 7 月 4 日

商都便民信息

电话 13806596000 0576-82796000

遗失声明

● 遗失台州市路桥月河电器塑胶厂门市部税务登记证正、副本各一本,税号:331004769637131,声明作废。

● 遗失台州安琪塑胶制品有限公司税务登记证副本一本,证号:331004742030188,声明作废。

大型特大优惠活动

买三赠一 买六赠三

因本次活动赠品有限,凡参加此次活动须电话提前订购。

咨询电话

0576-88888334

指定销售药店:路桥博大药店
(地址:南官大道 158 号,皮革城正对面)

全市范围内可免费送货上门
可货到付款



每盒仅售 128 元