

# 《防癌必读》

## 图书基本信息

书名：《防癌必读》

13位ISBN编号：9787506716956

10位ISBN编号：750671695X

出版时间：1998-01

出版社：中国医药科技出版社

页数：204

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

## 内容概要

### 内容摘要

癌症对人类健康和生命的威胁已成为严峻的社会问题。征服癌症是全人类的共同愿望。本书遵循“癌症是可以预防的”这科学论断，系统、全面地介绍生活方式、饮食营养、环境、职业因素、社会心理因素等与癌症发生的关系，阐明致癌物质的存在条件、接触机会、作用机理，应采取的防癌措施和方法，哪些食物具有抗癌作用及其机理以及癌症的早期发现和化学预防等。并就与日常生活密切相关、人们普遍关注的问题为读者提供了大量最实用、最重要的防癌保健科学知识。

本书内容充实、具体，叙述深入浅出，是推行健康教育，普及个人防癌保健知识的理想读物。

## 书籍目录

### 目录

#### 第一章 现代癌症概念

一 攻克癌症 世界性的战略目标

二 肿瘤、良性肿瘤和恶性肿瘤

三 肿瘤的分类和命名

四 癌的形成

五 癌的扩散

六 机体对癌的防御机制

七 癌症会不会传染

八 癌症会不会遗传

#### 第二章 生活方式与癌

一 吸烟

二 酗酒和烟酒协同致癌

三 吸毒

四 婚姻 性生活、生育史

五 肿瘤病人的婚姻 生育和性生活

六 美容化妆

七 体育运动和体力活动

八 母乳喂养利防癌

九 包茎和“割礼”

十 若要长生 腹内常清

十一 隐匿最深的污染 电磁波

十二 可敬可畏的“生命之父”

十三 热灼伤与癌

十四 警惕塑料

十五 洗衣粉

十六、令人不安的“安乐窝”

#### 第三章 饮食营养与癌

一 脂肪

二 蛋白质

三 维生素

四 微量元素

五 烟熏食物

六 焦糊食物

七 高盐饮食

八 腌菜 酸菜

九 用油三忌

十 饮水五防

十一 食不厌精易生癌

十二 素食好还是肉食好

十三 动物油好还是植物油好

十四 营养不良和营养过度

十五 天然食物中的天然致癌毒素

十六 天然食物中的天然抗癌物质

#### 第四章 食品添加剂与癌

一 甜味剂

二 发色剂

三 食用色素

四 其他食品添加剂

第五章 环境污染与癌

一 大气污染

二 水污染

三 土壤 立体污染 食物链

四 灰尘

五 室内空气污染

第六章 职业性致癌因素

一 镉

二 镍

三 铬

四 铍

五 铜

六 硒

七 苯

八 石棉

九 焦油

十 矿物性润滑油

十一 芳香胺

十二 射线

第七章 化学农药与癌

一 日益加剧的农药污染

二 农药的致畸、致癌作用

三 农药污染的综合防治

第八章 生物与医源性致癌因素

一 霉菌毒素

二 病毒和性传播疾病

三 艾滋病与癌

四 寄生虫

五 乙肝与肝癌

六 药物引起的癌症

七 医疗照射致癌

第九章 精神心理与癌

一 易患癌症的性格特征

二 恐癌心理和“恐癌症”

三 生命的唯一归宿

四 人生最后一杯苦酒

第十章 抗癌食物选

一 大蒜

二 大豆

三 大枣

四 无花果

五 白萝卜

六 西瓜

七 芦笋

八 花菜

九 卷心菜

十 胡萝卜

- 十一 刺梨
- 十二 枸杞子（附：枸杞叶）
- 十三 茶叶
- 十四 香蕉
- 十五 桂圆
- 十六 菱
- 十七 猕猴桃
- 十八 葫芦
- 十九 薏米
- 二十 魔芋
- 二十一 海带
- 二十二 海藻
- 二十三 木耳
- 二十四 香菇
- 二十五 银耳
- 二十六 猴头
- 二十七 牛奶
- 二十八 鸡
- 二十九 鳖
- 三十 海参
- 三十一 蜂蜜
- 三十二 蜂王浆
- 三十三 鹅血

## 第十一章 癌的化学预防

- 一 作用于不同致癌阶段的化学防癌剂
- 二 癌症高危人群的化学预防
- 三 化学防癌前景展望

## 第十二章 癌的“二级预防”

- 一 治癌关键在“三早”
- 二 癌症早期十大警号
- 三 癌前病变
- 四 伴癌综合征
- 五、肿瘤普查

## 第十三章 常见癌症的早期表现和早期诊断

- 一 脑瘤
- 二 鼻咽癌
- 三 喉癌
- 四 肺癌
- 五 食管癌
- 六 胃癌
- 七 肝癌
- 八 胰腺癌
- 九 结肠 直肠癌
- 十 乳腺癌
- 十一 子宫颈癌
- 十二 子宫内膜癌
- 十三 绒毛膜上皮癌
- 十四 卵巢癌
- 十五 外阴癌

十六 睾丸癌

十七 前列腺癌

十八 膀胱癌

十九 白血病

二十 皮肤癌

二十一 黑色素瘤

第十四章 癌的治疗

一 手术治疗

二 放射治疗

三 化学治疗

四 免疫治疗

第十五章 癌症疼痛治疗

一 癌痛原因和特点

二 控制癌痛的主要方法

三 癌痛的药物治疗

第十六章 癌的气功防治

一 气功在肿瘤防治中的作用

二 气功抗癌的辨证施治

三 抗癌气功例选

四 癌症患者练功注意事项

五 警惕伪气功

# 《防癌必读》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)