

乳腺癌吃什么鱼好

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678322720192168.html>

范文网，为你加油喝彩！

近代研究证明，多吃鱼类，可以有效的预防乳腺癌。鱼肉是人们喜欢吃的水产食品，它营养丰富，含大量优质蛋白质，而且脂肪少后起之秀，吃起来还细致嫩滑，容易消化。据有关报道，鱼类食品吃得较少的美国、瑞士、加拿大和新西兰等国家的妇女，乳癌发生率均较高，而摄取鱼类食品较多的日本，妇女乳癌发生率则较低。专家们说，鱼类中含有一语云种脂肪酸，具有抑制癌细胞增殖的作用，经常适当地多吃些鱼，对预防乳腺癌十分有益。那么乳腺癌吃什么鱼好呢?我们一起来看看。

鲫鱼

鲫鱼可补阴血、通血脉、补体虚，还有益气健脾、利水消种、清热解毒、通络下乳的功效，鲫鱼肉中富含极高的蛋白质，对于提高人体免疫力有一定的作用，鲫鱼对于乳腺癌身体虚弱者有一定的食疗作用。

墨鱼

墨鱼有滋肝肾、益气的功效，墨鱼的墨液中含有抗癌物质，有治疗癌症的作用，墨鱼还富含维生素C，可预防细胞癌变，墨鱼具有抗癌旁观者清作用，适合乳腺癌患者经常适量食用。

鳗鱼

鳗鱼具有抗癌、滋补保健的功效，男性夏季食用有壮阳、防癌的魏郡功效。

银鱼

银鱼具有健胃、益肺、利水、滋阴等多种补益作用，对于消化系统的癌症等有一定的辅助治疗功效，乳腺癌水肿的患者适量食用银鱼，能够在一定程度上减轻乳腺癌水肿的症状，还能够帮助身体虚弱的乳腺癌患者补充营养。

乳腺癌患者不能吃的鱼类主要有鲳鱼、蚌肉、带鱼、黄鱼、虾、螃蟹等水产品，这类食品大多咸寒而腥，对于体质过敏者，易诱发过敏性疾病发作如哮喘、荨麻疹等，同时，也易催发疮疡肿毒等皮肤疾病。

除了乳癌病人的饮食要注意，身心也要有良好的护理，积极乐观虽于癌症患者虽然不容易做到，但也要努力，因为只有这样对病情对生存质量才有帮助。

小编

寄语：乳房的

健康对女人来说很重要，为

了自己的身体，建议平时女性朋友在了解**哪些女性更容易患乳腺癌**的基础上，学习一些乳腺疾病的科普知识，掌握乳腺自我检查方法，养成定期自查习惯，积极参加乳腺癌筛查，才能防患于未然。

想要了解更多 **女性疾病安全小知识**，敬请关注<https://www.882682.com/>每日更新。

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发