

我市举办首届 全国肿瘤防治宣传周 活动 市防癌抗癌协会邀专家与市民面对面



《《相关链接

食物抗癌 秘诀

有研究显示,对抗癌症最有效的方法,是应该建立正确的饮食观念和习惯。张俊涛老师说,希望分享的食物抗癌 秘诀 能为大家创造更美好的生活。

- 1.不挨饿。在人类 发现饥饿的肿瘤患者癌肿生长的速度是非饥饿患者的8倍至10倍。
- 2.科学忌。禽不必自禁,蛋非危险品。肉不是魔鬼,鱼不是祸害。
- 3.三盘 素食。多食用含有酵素(酶);植化素 维生素的食物。
- 4.四大原则。饮食遵循正确、全面、均衡、重点四大原则。
- 5.五句。吃食物不要吃食品,吃神 造的食物不要吃人造的食物,吃动物油不如吃植物油,吃植物油不如吃橄榄油,吃橄榄油不如吃欧米伽3油,喝白的不如喝黄的,喝黄的不如喝红的,喝复原奶不如喝鲜奶,喝鲜奶不如喝酸奶。

6.六点。吃粗一点、吃杂一点、吃色一点、吃淡一点、吃素一点、吃新鲜一点。

7.七个字(腌熏火料死垃臭)。少吃腌制食品、烟熏食品、火烤食品、用大料制食品、死动物食品、垃圾食品、发臭腐败食品。

8.高三低。三高食物指含有高抗氧化物、高欧米伽3、高纤维素食品。三低食物指含低糖、低亚油酸、低动物蛋白食品。

我已经预约了傅医师,还需要挂号吗?下午的肿瘤科普专家讲座在哪里开?15日,由市委宣传部、市科协、市民政局、市卫计局联合举办的2018永康 全国肿瘤防治宣传周 活动启动仪式,吸引了许多市民聚集在永康方大瑞金医院。仪式过后,人群并没有散去,反而越聚越多。原来,他们都是奔着当天的防癌抗癌专家义诊活动和肿瘤科普讲座而来。

记者 章琛

20 辆爱心顺风车接送 ,12 位肿瘤专家组团义诊

看了一辈子的病,从来没碰到过有专车接送的情况。86岁的李阿婆感慨颇多。前年,李阿婆不幸得了乳腺癌,受尽了病痛的折磨。

前几天,93岁的老伴在永康日报上看到义诊的消息后,便准备带着李阿婆去义诊活动现场复查,顺便自己也检查一下。

可是,李阿婆在多年前下身瘫痪,只能靠轮椅行走。义诊当天,家中孩子又刚好出差,怎么去义诊现场让二老犯了难。

得知李阿婆这一情况,方大瑞金医院立马为两位老人安排了爱心顺风车,安全接送他们来回。我们这次为出行不便的人士准备了20辆爱心顺风车。早上7点半就开始接送了。市慈善总会爱心顺风车分会副会长陈月华说,这项公益活动很有意义,他们希望能为永康的防癌抗癌事业出一份力。

本次专家义诊邀请了浙一院、邵逸夫医院、省肿瘤医院等12位肿瘤专家,接诊患者200余人,许多市

民更是专程而来。63岁的陈先生一大早就赶到该院。之前,他感觉肚子胀痛,就去上海等大医院检查。检查结果显示,他的铁蛋白指数偏高。

血清铁蛋白含量升高往往与肿瘤有些关系,我很担心。陈先生说,这次他特地预约了义诊,想听听专家的说法。我觉得这种义诊活动很有意义,这能让我了解到很多知识。下午的专家讲座,我也要来听听的。他说。

不定期邀请专家开展讲座,帮助大家解疑释惑

蜂蜜可以吃吗?当肿瘤科普高级医学讲师张俊涛在当天的肿瘤科普讲座《让食物成为你的药物》上抛出这个问题时,市民程女士很快地作答:可以,正规的蜂蜜就可以,因为它是果糖。今年60岁的程女士在2002年检查出患有乳腺癌,到目前为止,已成功抗癌16年。

对于讲座上讲授的关于食物抗癌的内容,程女士很有共鸣。我家里关于防癌抗癌的书本、报纸,都可以堆成山了。她调侃道,自从

患癌后,她已然成为半个抗癌专家,尤其在食物方面,她也总结一些心得。

张老师说得很对,保持一颗学习的心很重要。现在,我还能把学到的抗癌知识分享给需要的人,我很开心。程女士说。

抗癌很重要一点是爱。56岁的李先生听完张俊涛老师的话,向记者说起了他多年前,患直肠癌时的化疗经历。那段时间,家人的照顾给了我很大的勇气。我现在重新

站起来了,我很感恩那段经历。李先生说,他很珍惜现有的生活。

现场,张俊涛老师分享了一些食物抗癌口诀。许多市民纷纷拿出手机拍摄,保存 秘诀。

市防癌抗癌协会成立后,我们将不定期地邀请专家来瑞金医院开展有针对性的讲座,让更多癌症患者受益。市防癌抗癌协会常务副会长胡红美说,张俊涛老师也会在协会微信群中,进行网络授课,帮助大家答疑解惑。

省城肿瘤专家将常驻瑞金,家门口就能看名医

我之前在杭州就医时,是胡医师开的刀。本来前两天就要去杭州复查,听说他要来瑞金医院义诊,我特意拖了两天等他来。市民刘先生。他口中的胡医师,就是邵逸夫医院肿瘤外科副主任医师胡文献。

请了这么多专家来永康,节省了我们来回奔波的时间。我们不用多花精力在预约、住宿等地方,方便了很多。希望这样的义诊要多一点!来自象珠镇的吴大爷

说。与吴大爷一样,许多市民为这次义诊活动点赞,但同时不少市民也提出疑问:这样的义诊活动,是只组织一次呢,还是以后还会开展?

为了方便市民看病,我们会定期邀请省城肿瘤专家来我院坐诊。瑞金医院相关工作人员说,这次参加义诊的专家也位列其中。据悉,4月份,省城专家来方大瑞金医院坐诊的时间已经确定。有需要的市民可提前预约。

4月21日,来该院坐诊的专家

有浙江医院乳腺外科副主任医师、浙江大学医学肿瘤学硕士陈杰,浙江医院妇科主任医师蔡淑香,浙江医院超声诊断科主任医师、超声诊断科副主任洪勇强。

4月28日,来院坐诊的专家有浙江医院乳腺外科主任医师、乳腺外科主任谢尚闹,浙江医院妇科副主任医师、妇产科副主任周锦红,浙江医院超声诊断科主任医师、超声诊断科副主任洪勇强。

最美抗癌人 名单出炉

我成功抗癌19年,想告诉广大病友一句话,乐观是生命基础,运动是生命源泉,精神支柱最重要。15日,在2018年全国肿瘤防治宣传周启动仪式上,最美抗癌人代表黄天鑫用自己的亲身经历鼓励在场的抗癌人士,面对癌症,要崇尚科学,相信科学。

3月21日,永康市首届最美抗癌人评选活动报名启动后,受到了不少市民朋友的关注和支持。在20名抗癌勇士为期10天的微信投票中,投票平台的访问量达到680846次,累计票数82597票。结合投票数量和专家评审团意见,十佳最美抗癌人最终产生。

希望广大抗癌群众以坚韧不拔的毅力,超越自我的信心,不断战胜肿瘤,创造更加美好的生活。市防癌抗癌协会会长潘梨儿说,同时也希望全社会对肿瘤防治事业更加关注和支持,促进抗癌群众和谐参与社会生活,为健康永康、美丽永康作出新贡献!

十佳 最美抗癌人

方金桃 方美媛 王文静 李兰贞 陈旭红 施苏娟 周秋芳 胡红美 黄天鑫 程香蕉

十位 抗癌勇士

王用花 王丽晓 华绍芳 汤爱花 周佩菊 周品娇 胡兰英 胡苏绸 胡灵肖 胡金吐