

رژیم غذایی

و

مبارزه با سرطان مثانه

نویسنده:

دکتر هوریا زنگرز

مترجمان:

دکتر ناهید رضائی جلفایی

دکتر محمد محمدی

دکتر امین صالحی ابرقویی

تهران، ۱۴۰۱

سرشناسه: زیگرز، موريس.

عنوان و نام پديدآور: رژيم غذايی و مبارزه با سرطان مثانه/ نويسنده موريس زيگرز؛ مترجمان ناهيد رمضانی جلفايی، محمد

محمدي و امين صالحی ابرقويی.

مشخصات نشر: تهران: مهرراوش، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهري: ۱۳۰ ص. مصور، جدول، نمودار.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۱۸-۱۰-۴

وضعيت فهرست‌نویسی: قيبا

يادداشت: عنوان اصلي: Diet and Fighting Bladder Cancer, 2020

يادداشت: کتابنامه: ص. ۱۲۳-۱۲۹.

موضوع: مثانه -- سرطان -- درمان

موضوع: مثانه -- سرطان -- تأثیر تغذيه

شناسه افزوده: رمضانی جلفايی، ناهيد، ۱۳۶۸ - مترجم

شناسه افزوده: محمدي، محمد، ۱۳۶۷ - مترجم

شناسه افزوده: صالحی ابرقويی، امين، ۱۳۶۳ - مترجم

رده‌بندي كنكره: RC۲۸۰

رده‌بندي ديويی: ۶۱۶/۹۹۴۶۲

شماره کتابشناسی ملی: ۸۷۷۶۱۶۰



رژيم غذايی و مبارزه با سرطان مثانه

نويسنده: دكتور موريس زيگرز

مترجمان: دكتور ناهيد رمضانی جلفايی، دكتور محمد محمدي، دكتور امين صالحی ابرقويی

ناشر: مهرراوش

چاپ و صحافي: نسيم

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۱

شمارگان: ۱۰۰ نسخه

قيمت: ۶۰ هزار تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۱۸-۱۰-۴

تلفن تماس: ۶۶۹۷۳۸۲۲ - ۰۹۱۹۹۱۹۹۲۴۲

Email: Mehrravash@yahoo.com

کليه حقوق چاپ و نشر محفوظ است.

فهرست مطالب

۷	 مشارکت کنندگان
۹	 پیشگفتار
۱۱	 درباره نویسنده
۱۳	 سخن نویسنده
۱۵	 سخن مترجم
۱۷	 فصل ۱: چه کسانی به سرطان مثانه مبتلا می شوند؟
۱۷	 ۱-۱- چگونه به سرطان مثانه مبتلا می شوید و چگونه درمان می شود؟
۱۹	 ۱-۲- سرطان مثانه بر کجا رخ می دهد و چرا بین کشورها تفاوت وجود دارد؟
۲۱	 ۱-۳- عوامل خطر سرطان مثانه و تاثیر آن بر بهداشت عمومی و افراد
۲۲	 ۱-۴- نتیجه گیری و استدلال کلیدی این کتاب
۲۳	 فصل ۲: آیا مصرف مایعات می تواند به پیشگیری از سرطان مثانه کمک کند؟
۲۳	 ۲-۱- دستگاه ادراری
۲۴	 ۲-۲- دریافت مایعات
۲۸	 ۲-۳- آرسنیک و کلر در آب آشامیدنی
۲۸	 ۲-۴- الکل
۲۹	 ۲-۵- قهوه
۲۹	 ۲-۶- چای
۳۲	 ۲-۷- شیر
۳۲	 ۲-۸- جمع بندی
۳۵	 فصل ۳: میوه ها و سبزیجات در مبارزه با سرطان مثانه
۴۳	 ۳-۱- ترکیب میوه ها و سبزیجات
۵۷	 ۳-۲- سبزیجات
۵۷	 ۳-۳- میوه ها
۵۷	 ۳-۴- جمع بندی

فصل ۴: رژیم‌های غذایی سالم در مبارزه با سرطان مثانه	۷۳
۴-۱- رژیم‌های غذایی سالم: رژیم مدیترانه‌ای	۷۴
۴-۲- رژیم‌های غذایی سالم: رژیم Prudent	۷۶
۴-۳- رژیم‌های غذایی نسبتاً ناسالم: رژیم غربی	۸۵
۴-۴- رژیم‌های غذایی نسبتاً ناسالم: نوشیدنی‌های شیرین	۸۶
۴-۵- شاخص غذا خوردن سالم	۸۷
۴-۶- جمع‌بندی	۸۹
فصل ۵: رژیم غذایی در طول درمان بالینی	۹۱
۵-۱- ملاحظات تغذیه‌ای برای انواع مختلف درمان سرطان مثانه	۹۲
۵-۲- توصیه‌های رژیمی برای قبل و بعد از عمل جراحی	۹۲
۵-۳- مدیریت تغذیه‌ای عوارض جانبی رادیوتراپی	۱۰۰
۵-۴- حفظ وضعیت مطلوب تغذیه‌ای در طول شیمی‌درمانی	۱۰۰
۵-۵- ایمونوتراپی با باسیلوس کالمته-گورین	۱۰۷
۵-۶- آیا باید در هنگام درمان سرطان مثانه، درمان‌های مکمل یا جایگزین را امتحان کنم؟	
۵-۷- پیشروی بعد از درمان و بقای طولانی‌مدت	۱۰۸
۵-۸- جمع‌بندی	۱۱۱
فصل ۶: رژیم غذایی در دوران نقاهت	۱۱۵
۶-۱- مراقبت‌های دوران نقاهت چیست؟	۱۱۵
۶-۲- مدیریت کاهش وزن (کاشکسی)	۱۱۷
۶-۳- جلوگیری از تداخلات غذاها	۱۲۰
منابع	۱۲۳

پیشگفتار

با توجه به اطلاعات بسیار زیادی که از همه جهت در مورد رژیم‌های غذایی، غذاها، مواد مغذی و مکمل‌های مختلف وجود دارد که فرد باید پس از تشخیص سرطان مثانه آنها را دریافت کند، این امر می‌تواند برای بیمار مبتلا به سرطان و خانواده/مراقبان او بسیار گیج‌کننده باشد. در حالی که بیشتر این توصیه‌های غذایی با نیت خوب و با هدف بهبود وضعیت بیمار ارائه می‌شود، اما معمولاً متناقض و اغلب بحث‌برانگیز هستند و متأسفانه مبتنی بر شواهد نیستند. این کتاب یک راهنمای عالی برای بیماران مبتلا به سرطان مثانه و افراد غیرمتخصص در مورد بهترین دستورالعمل‌های غذایی موجود برای تمام مراحل سرطان مثانه فراهم می‌آورد. این یک منبع عالی برای توانمندسازی و استفاده بیماران همراه با توصیه‌های تیم پزشکی آنهاست.

دکتر ماری برینکمن¹

متخصص تغذیه و تحقیقات انکولوژی تغذیه، موسسه تحقیقاتی Nutrition Biomed

ملبورن، استرالیا