

4月15日至21日全国肿瘤防治周

## 冰城医生提醒肿瘤患者注意饮食五大误区

生活报讯(郭文妍记者 吴海鸥 薛宏莉)八成恶性肿瘤住院患者存在营养问题!4月15日至21日是全国肿瘤防治周,黑龙江省红十字(森工总)医院临床营养科特聘专家李雨泽博士提示:目前已有多项研究证实,营养治疗能够提高肿瘤患者的生活质量,提高患者对治疗的耐受性,继而完成治疗和改善临床预后。因此,肿瘤患者一定要注意科学饮食,同时预防五大饮食误区。

营养风险筛查“先行”  
**发现肿瘤**  
**即建议营养评估**

“肿瘤患者已成为营养不良高发人群。”李雨泽说,《中国常见恶性肿瘤患者营养状况调查》显示,我国恶性肿瘤患者营养不良发生率高达80%,中重度营养不良发生率高达58%。同时,治疗肿瘤过程中,接受营养治疗的患者,比例偏低。

李雨泽介绍说,癌细胞特有的无限分裂特性,会掠夺身体大部分营养,加上癌细胞本身也会威胁到器官的机能,阻碍身体吸收营养和进行代谢,久而久之患者就会出现营养不良的状态。同时,癌症会导致人体免疫功能下降,更有利于癌细胞侵犯,形成“恶性循环”。那么如何避免或降低营养不良呢?李雨泽表示,建议患者到营养科进行体成分分析及相关检查,然后根据评估结果及医生给出的膳食指导,进行针对性饮食调整。

营养治疗“守住体重”  
**防消瘦才更**  
**有利于后续治疗**

体重下降是肿瘤患者较为常见的一种表现,而营养干预可以帮助患者改善食欲,增加体重,为后续肿瘤治疗提供强有力的身体基础。那么,肿瘤患者如何吃更科学呢?李雨泽表示,补充足量的蛋白质,可以在提高免疫力的同时,降低癌症的蔓延速度,从而达到缓解营养不良症状的效果。但是每位肿瘤患者所患肿瘤不同,同种分型肿瘤的致病机制也有可能不同,而且患癌后每个人的身体情况也不同,所以怎么吃对自己更有利,需要营养医生评估、一人一案。“例如肿瘤合并肾病的患者不能盲目进补,在控制蛋白质摄入的同时以肉、蛋、鱼、奶等优质蛋白质为主;肿瘤合并恶病质的患者,尤其是体重短时间内快速下降的患者,需要遵医嘱循序渐进增加食物摄入量;肿瘤合并肝脏疾病的患者,需要保证优质蛋白质摄入的同时评估肝脏功能,以此决定鱼、肉等优质蛋白摄入比例……”



日常饮食注意五大误区  
**只喝汤不吃肉或加重营养不良**

根据临床经验,李雨泽还给出了肿瘤患者常见饮食误区,提示大家注意。

**误区1:**吃得越营养,肿瘤长得越快。这种观点没有科学依据,营养治疗的目的并非治疗肿瘤,而是维持营养摄入,改善代谢紊乱,减少因营养不良导致治疗中断的风险。

**误区2:**喝汤有营养。经科学测试,汤的营养只有原料的5%~10%,而患者需要的大部分营养物质(特别是蛋白质)都是在肉里。只通过喝汤来补充营养而不吃汤里的肉,可能会导致蛋白质和能量缺乏。

**误区3:**不吃饭,饿死肿瘤。

正常组织细胞和肿瘤细胞都需要营养,饥饿时,正常细胞没有营养来源,肿瘤细胞逐渐消耗机体储备的营养,导致体重下降、营养不良甚至恶病质。

**误区4:**超级抗癌食物。很多人在确诊肿瘤后,会大量食用含有抗癌成分的食物,这种吃法极易容易导致营养失衡,丢失身体所需要的营养,得不偿失。

**误区5:**肿瘤患者不能吃“发物”。是否能吃虾、牛肉、羊肉等大家所说的“发物”,需要基于本身营养状况和个体差异而定。至今并无科学依据表明食用“发物”与癌症发生率有直接关系。

双色球开奖

## 一等奖单注奖金1000万元

筹集公益金1.36亿元

4月13日晚,中国福利彩票双色球游戏第2023041期开奖,本期双色球开奖号码为16121315246。一

等奖中出3注,单注奖金为1000万元。中奖情况:山东1注,重庆1注,湖北1注。二等奖中出118注,单注奖

金为20万余元。六等奖中出1193万余注。本期销量3.79亿元,筹集公益金

1.36亿元。下期一等奖奖池累计金额20.49亿元。  
转自中国福彩微信公众号

## 一人狂揽10注双色球一等奖 总奖金5978万

4日晚,福彩双色球第2023037期开奖,当期全国共开出16注一等奖,单注奖金597.8万元,海南省海口市揽获其中10注。最让人惊喜的是,这10注一等奖来自同一张彩票,总奖金高达5978万元。6日,大奖得主王先生一大早就来到海南省福彩中心兑奖。

王先生坦言,购买福利彩票有七八年的时间,主要是买双色球,喜欢“机选+倍投”的投注方式,每次买40元左右。这次就是下班后路过站点,机选2注号码后进行10倍投注。

王先生说:“开奖当晚11点,我看到大奖新闻才想起来对一下号码,结果发现我的1注号码和中奖号码完全一致。我还不不敢相信,又叫我爱人一起核对,最后才确定我是真的中了大奖,当时心情十分激动。”

转自福建福彩微信公众号



## 面对500万大奖不动私心 福彩诚信站主 获评浙江好人

在面对唾手可得的500万元彩票奖金时,浙江丽水的福彩销售站站主金亦军没有丝毫犹豫,千方百计找到中奖者物归原主。面对赞誉,获评“浙江好人”的金亦军说:“诚信经营是根本,做人要踏踏实实。”

因一次意外导致肢体残疾,金亦军无法从事重体力活。2016年,他在云和县经营一家中国福利彩票店。6年来,他坚持用心服务、诚信经营,越来越多的客人变成他的“铁杆粉丝”,许多经常购彩的人,都喜欢把彩票托付给金亦军保管,常年让他帮忙代为购彩。

2022年7月28日晚,金亦军得知云和县有人中了500万

元彩票大奖,一查正是他当天早上帮某位老顾客张先生购买的号码。福利彩票不记名、不挂失,但凡金亦军有一点私心,完全可以把中奖彩票据为己有。但他没有丝毫犹豫,第一时间打电话将喜讯告知中奖的客户,并及时归还彩票。

事后,很多人都说金亦军太傻,金亦军却说:“人穷不能穷了志气,大家愿意把彩票放在我这里保管,就是对我的充分信任,我不能辜负他们。”面对金亦军将百万巨奖的彩票及时归还的行为,张先生非常感动,想拿出部分奖金酬谢他,却被金亦军拒绝,他一再强调:诚实守信是做人的本分。

转自中国福彩微信公众号



# 生活报

权威资讯  
匠心出品



2023.4.15 星期六 癸卯年 闰二月廿五

主管/主办:黑龙江日报报业集团 出版:生活报社 国内统一连续出版物号:CN 23-0017

总第12048期 今日8版



保险杠、尾翼、  
排气全改了

“炸街”  
奥迪、宝马  
“栽”了

多位市民反映:

购房补贴申请后  
一直没发放

哈市住建局:  
从申请完到发放  
至少要半年

小货车突然起火

轮胎店老板  
拿俩灭火器扑灭



龙江边检  
哈尔滨警犬基地

4头警犬被评为  
功勋犬

哈尔滨天气预报	15日	白天	多云	14℃	偏东风3-4级
	16日	白天	多云	10℃	偏东风3-4级
	17日	白天	晴	-3℃	偏北风2-3级
	15日	夜间	多云	13℃	西南风3-4级
	16日	夜间	晴	5℃	西南风3-4级
	17日	夜间	多云有阵雨		

电话预约 免费为百位长者上门服务

## “暖心助浴” 让失能老人洗澡不再难

03



跨越35年  
跋涉2600多公里  
归还4600余元

## 冰城80岁老人的 “诚信之旅”



04

龙报新闻  
LONGJIU NEWS

更亲 更近 更懂你



报料热线  
4种/报料方式/

本报官微  
龙头新闻APP

本报官博  
生活报网

