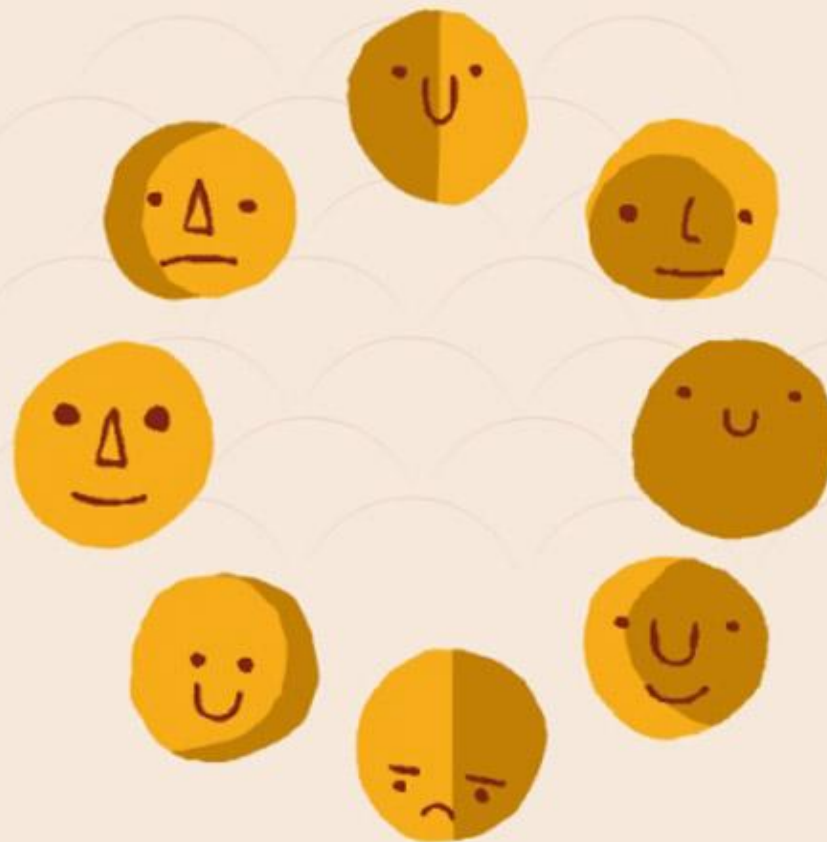




蛻變新人生

2019 康健癌症論壇
癌症終生管理



蛻變新人生： 癌症教會我的美味革命

梁瓊白

知名美食作家

癌症教會我的 美味革命

主講人：梁瓊白



癌症與飲食的關聯？

- 是間接未必是直接



癌症患者的飲食改變

➤ 因為需要而成為必要

➤ 「吃」是健康的加油站

➤ 藥補不如食補

➤ 有足夠的營養才有好體力



治癌與抗癌都是永久的學習

- 讓味覺適應感覺、
平淡就是平安
- 吃巧不如吃好 - 學習精選食材





Q&A



吃不下飯、擔心營養不夠、怕體力衰弱... 這些都是癌症患者常有的煩惱。但請別擔心，梁瓊白老師為您帶來了這本《當然要挑食》。

藏在當下、外境喧嘩，卻能感到內心平靜。這正是五心級抗癌美食的力量。它不僅能滋補身體，更能讓您在病痛中感受到生活的樂趣。



用天然食材滋養身體、療癒細胞，用美食安撫病痛帶來的痛苦與不適，才是對病人最愉悅的養生。

既然可以繼續活著，就讓讓自己活得健康快樂！

美好身體才能對抗病魔，要讓病人強壯，吃下好食物最重要！

梁瓊白老師說：少病多活，請開始健康養生。



為了健康，也為了讓以後的生活遠離病痛，從飲食開始改變！吃對食物最重要，吃巧才不後悔，吃健康身體好，吃養生，才能讓生活悠遠、生命常留。

抗癌美食家在生命轉角處，遇見健康新美味



康健

For a better life

最值得信賴的健康生活平台



最即時的健康大小事
最好用的生活常識

加入康健LINE好友



最即時的健康新知
最實用的生活Tips

加入康健FB粉絲團

 康健知識庫

<https://kb.commonhealth.com.tw/>

大人好物

<https://shop.commonhealth.com.tw/>

大人社團

<https://club.commonhealth.com.tw/>