**Akciğer kanserinde tavsiyeler ve diyet desteği**

* Yapılacak tedaviler eşliğinde ozon tedavisi yapıldığında tedavi başarısı artıyor
* Siyah üzüm günde 300g çekirdekleri ile beraber yenir veya meyve suyu içilir
* Günde 12g deve dikeni 1 su bardağı suda 2 dakika kaynatılır, sabah akşam 1 çay bardağı içilir
* Günde 1 çorba kaşığı ebe gümeci ile 1 çorba kaşığı ısırgan otu yarım litre suda 2 dakika kaynatılır. 3 saat ara ile 1 çay bardağı içilir. Süzülmesine gerek yoktur. En az 3 ay devam edilir
* Kanama riski olan, ateşli, iltihabi hastalığı olan hastalarda gül şerbeti faydalıdır. 1 tatlı kaşığı gül yaprağı 1 bardak suda 5 dakika kaynatılır. Yarım saat demlendirilir. Sonra içilir.
* Günde 400mg propolis içeren gıda türü ilaç alınır
* Yoğurt otu 1 tatlı kaşığı, altınotu 1 tatlı kaşığı, sarı ballıbaba 1 tatlı kaşığı karışık 1 bardak suda çay hazırlanır, sabah kahvaltıdan önce içilir.
* Maydanoz günde 10 sap yaprakları ile beraber yenir veya çayı yapılır, içilir
* Kışın kuru fasulye, yazın taze fasulye yemeği haftada 2-3 kere yenir.
* Günde yarım çay bardağı buğday çimi suyu, öğle vakti içilir. Çim boyu 3 cm’se 1 çorba kaşığı yeter. 3cm üzerinde ise yarım çay bardağı içilir. Henüz çimlenmişse 1 tatlı kaşığı yeter.
* Yarım litre su içine 10g zeytin yaprağı atılır ve kaynatılır. 15 dakika bekletilip süzülür. Süzülen yapraklar soğuyunca üzerine 125cc su ilave edilir ve 1 dakika süre ile blenderden geçirilir. 2. kez 125cc su ilave edilir. Bu defa 4 dakika blenderden geçirilir. 3. kez 125cc su ilave edilir. 2 dakika blenderden geçirilir. 4. ve son olarak 125cc su ilave edilir, 4 dakika blenderden geçirilir. Buzdolabında saklanır. Sabah öğle ve akşam aç karına 100cc içilir.
* Günde 2 bardak domates suyu, kış aylarında domates suyu yerine salça tercih edilir
* Günde 2gram çörek otu balla macun yapılarak yenir (1kg iyi kaliteli çiçek balı içine 200gram iyice öğütülmüş çörek otu karıştırılır, sabah aç karına kahvaltıdan yarım saat önce 1 tatlı kaşığı yenir. En az 6 ay devam edilir.
* 40 diş sarmısak ezilir, 2 litre limon suyu ile karıştırılır. Sabah kahvaltıdan yarım saat önce 1 çay bardağı içilir. tansiyonu normal olanlarda yarım çay bardağı yeterlidir.
* Günde 1 bardak ahududu yenir. Veya 2 bardak çilek, böğürtlen kompostusu yapılır. Sabah öğle akşam içilir.
* Bol sebze ve meyve, günde 1 kg elma, yarım kg armut, yarım ayva, 300g siyah çekirdekli üzüm, 1 turp, 1 küçük kırmızı pancar kökü, 2 adet salatalık, 1 portakal veya greyfrut, 1 nar, 50g brokoli, 1 bardak çilek, böğürtlen, ahududu veya karadut, yarım küçük maruldan karışık meyve suyu hazırlanır ve içilir, vişne mevsiminde şekersiz vişne marmelatı hazırlanır, günde 1 bardak sulandırılarak içilir. Yemeklerden 1.5 sat sonra içilmeye başlanır. Buzdolabında saklanır.
* Yatmadan önce 1 bardak havuç suyu içilir
* Günde 200cc suda 200g brokoli haşlanır, sabah öğle akşam 1 çay bardağı içilir. 50g brokoli de meyve suları ile karışık sıkılarak içilir.
* Tahıl ve bakliyat haftada en az 4 gün tüketilir. Bakliyat günlük 25g olmalıdır.
* Sabah akşam birer kase yoğurt veya ayran (hepsi koyun veya keçi sütünden yapılmış olmalı)
* Ebe gümeci, ıspanak, pazı, kekik, bamya, taze baklagiller de faydalıdır. Hastalara her gün değişik bir sebze yemeği, haşlama ve zeytinyağlı olarak hazırlanır. Karnıbahar, lahana, ıspanak, pazı, kereviz, fasulye, bezelye, ısırgan otu da faydalıdır. Yemekleri pişirirken su ilave edilir. Soğanı, yağı, salçası yemek pişmeye yakın ilave edilir. Yemek yeme zorluğu çekenlerde, pişirildikten sonra püre haline getirilerek yedirilir. Yemeği yedikten sonra hasta dikkatle takip edilir. Eğer gaz sancısı, bulantı kusma gibi şikayetler yapıyorsa bir dahaki sefere o gıda ya azaltılır, ya da kesilir. Yemeklere yarım çay kaşığı karabiber, 1 çay kaşığı kimyon ilave edilir. Bu bütün kanser hastalarında yapılır.
* 500g kekik balı içine 50g öğütülmüş çörek otu, 5g deve dikeni tohumu, 5g havuç tohumu, 5g bamya tohumu, 5g tere tohumu, 5g ısırgan tohumu, 5g turp tohumu, 50g zerdeçal, 5g toz karabiber, 10gg toz zencefil karıştırılır. Tohumlar da öğütülerek karıştırılır. Öğle yemeği arasında 1 tatlı kaşığı yenir.
* Günde 5 adet hurma, 1 tatlı kaşığı taze çam fıstığı, 10 adet kayısı veya badem
* 1 çorba kaşığı keçiboynuzu pekmezi kahvaltıda yenir
* Ekmek olarak kepekli, veya yulaflı, veya çavdarlı ekmek yenir,
* Yağ olarak zeytinyağı ve tereyağı tercih edilir.Günde 1 çorba kaşığı tereyağı faydalıdır. Kostik madde kullanılmamış olmak şartı ile günde 7 adet yeşil zeytin yenmelidir.
* Haftada 3 gün somon veya palamut, ton balığı
* Balık yenemiyorsa günde 500mg balık yağı (omega3) alınır
* Yemekler tercihen porselen, cam veya çelik tencerede pişirilmeli, yiyecekler kavrulmamalı, haşlanmalıdır
* Bitkisel çaylar hazırlanırken 2 dakika kısık alevde kaynatmak yeterlidir.

**Azaltılması gerekenler:**

* Hayvani gıdalardan et azaltılmalı, tedavi başında ilk 6 ayda tamamen kesilir, sonra 15 günde 50g'ı, 1 yıldan sonra haftada 100gı geçmemelidir.
* Haftada 2 gün rafadan yumurta yenebilir
* Günde 1 bardak süt içilebilir. Günlük olmalıdır ve 5 dakikadan fazla kaynatılmamalıdır.
* Günde 1 patatesten fazla yenmez

**Yasak olanlar**

Genel kanser diyetinde yasak olanlara uyunuz.

Bu diyet esas tedavinin yanında destek tedavisi olarak uygulanabilir. Tek başına yeterli olmaz. Her hastanın gıdalara olan cevabı farklı olabilir. Birine iyi gelen, diğerinde yan etki yapabilir. Kullandığınız yeni bir gıdayı önce çeyrek dozunda kullanarak yan etki yapıp yapmayacağını kontrol edin. Bu dozda dahi yan etki yapıyorsa tamamen kesin. Bazı hastalarda bu diyettekilerin hepsi birden uygulanmaz. İştahı az olanlara, yan etki görülenlere 2-3 tanesi dahi uygulansa fayda edebilir. Hastanın başka rahatsızlıkları da olabilir. Kullandığı başka ilaçlar olabilir. Bazı gıdalar bu ilaçlarla etkileşebilir. Bazen onların etkisini artırır, bazen de azaltabilir. Gıdalar bölümünde bu gıdalar hakkında ayrıntılı bilgi verilmiştir. Yan etkilerini ve birlikte kullanılmaması gereken ilaçları muhakkak okuyunuz. Diyet bilgileri bilgilendirmek amacı ile verilmiştir. Kişinin kendi kendini tedavi etmesi amacı ile verilmemiştir. Çoğu normalde de tükettiğimiz gıdalardan seçilmiştir. Fakat yine de doktorunuza danışmadan kullanmayınız.