

## कैंसर के लिए आहार(बंदर आहार -Monkey Diet) क्या नहीं खाना चाहिए

ठीक होने तक 100% कच्चा आहार

ऐसे खाद्य पदार्थ या पेय पदार्थ जो शरीर के लिए जहर की तरह काम करते हैं, इस दौरान इनका सेवन नहीं करना चाहिए:

1. मिठाइयाँ (सूखे मेवे और फलों के अलावा)
2. एक दिन में 5 ग्राम से ज्यादा नमक।
3. सभी प्रकार के तेल और फेट (कोल्ड प्रेस्ड प्लैक्स ऑयल और नारियल को छोड़कर)।
4. दूध और दूध आधारित उत्पाद (बिना क्रीम के दही/दही को छोड़कर) – प्रसंस्कृत बेकरी खाद्य पदार्थ जैसे कुकीज़, बिस्कुट आदि।
5. मदिरा
6. वातित पेय पदार्थ