

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1年以上	一品増えたので安心感がある。	わからない。	スープのみ飲んでいる	基本の物に季節の野菜を入れる。	有りません。	ビタミン剤もとっているのですが栄養方面ではこれと言って有りません。
【結果】	1年以上	発覚、手術、退院後から始めているので、変化はわかりませんが、体調はよく、おかげさまで転移もなく過ごせています。スープだけでも試してみましたが、具も食べた方が、お通じがいいような気がするので、作った後、スムージーにしています。	同じく、抗がん剤をスタートする前に食べていたので、ここはわかりません。	スープも野菜も食べている	トマト しょうが 芋 菊芋 チンゲンサイ しいたけ	作るのに時間がかかる。野菜を細かくした方が美味しいので余計に手間がかかっています。	リンパ球をあげる。大丈夫だと信じきる！自分がやりたい事を楽しんで、やりたくない事はやらない！頑張らない事を頑張る！
【結果】	1年以上	前回の続きです。右肺の5ミリ程の怪しい物、前回のCT検査に引き続き大きさに変化なく、そして前よりも又少し画像の色が薄くなっていると、指摘されました。引き続き、経過観察になりました。最初は今回はとても不安、覚悟決めてましたが、現状維持出来てるのはやはり野菜スープ機器に変えてから効果が出てると自信持てそうです。	抗がん剤ではないのですが、CT撮影時の造影剤でムカつきが出るようになり、最近は吐き気止めを注入してから撮影してます。吐き気止めをしても、胸焼けが翌日まで残る感じでした。今回、野菜スープ(絶食なのでもちろん具無し)を飲んで検査に行ったところ、ムカつきが全然ありませんでした。もっと早く気付いていればと思い、次回からもCT検査の朝はスープを飲んで行きます。	スープも野菜も食べている	舞茸又は乾燥椎茸、ブロッコリー(茎と湯がき汁も)、セロリ、パプリカ(赤)、じゃがいも、ニンニク、ミニトマト等、+玉ねぎの茶皮	野菜を小分けして冷凍していれば、以前の手間が減って時短になりました。	野菜スープを飲んでることで、メンタル面が安定する。

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	<p>抗がん剤治療を始めてすぐ野菜スープを飲み始めました。そのお陰か、副作用はひどくなく、次の点滴までにはすっかり元気になっていました。</p> <p>お腹の調子も良かったです。</p> <p>ゼローダを始めてからは下痢の回数が多くなったので、スープだけを飲んだり、少し休んだりしています。</p> <p>野菜は重要だと思うので、調子の良い時には飲んでいきます。</p> <p>ゼローダはあと3ヶ月。</p> <p>それが終わったら回数を増やしたいです。</p>			<p>生姜、ニンニクは毎回。</p> <p>手元にある野菜いろいろです。</p>		
【結果】	1年以上	<p>乳がんで複数箇所にしこりがあります。標準治療は受けていません。</p> <p>(2017年末にステージ3B相当と診断)</p> <p>最初にできたしこりは皮膚を突き破っています。</p> <p>昨年まで痛みや浸潤液とその臭いに悩まされ、数ヶ月おきにしこりからの大量出血もありました。しこり達も成長を続けていました。</p> <p>今年は痛みと大量出血がほぼなくて、浸潤液も減り臭いも気にならない程度です。</p> <p>最初のしこりのボリュームが明らかに減り、直近で出来た左脇のしこりが6月頃に消えていました。</p> <p>そして、しこり達への恐怖や不安も減って穏やかに過ごせる時間が増えました。</p> <p>野菜スープは何も特別なことは必要ないし、冷蔵庫の整理にもなるし、必要以上にお金をかけなくて良いし、いろいろな面で負担が少ないので良いですね。</p> <p>これからも続けていきたいです。</p>			<p>セロリ、大根、ニンニク、生姜、パセリ、大豆の水煮、キノコ類</p> <p>私はポタージュにして食べているので、ピーマンの種を入れたこともあります</p>		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1年以上	なんとなく調子がいい			ゴーヤ、紫フランス菊芋、ブロッコリー、ビーツ、椎茸、昆布、にんにく、生姜 食べる前にトマト、オクラ、モロヘイヤ、つるむらさきを加えて温め食べます。	調子の悪い日に作るのが辛いこと	びわ温灸
【結果】	1年以上	術前からスープに取り組んでいるが術後一回しか抗がん剤治療をしていないが、再発していない。(術後11ヶ月)			旬の野菜		
【結果】	1年以上	肌艶が良くなった。便秘が解消。	抗がん剤は服用していません。	スープも野菜も食べている	旬の野菜、キノコ類、生姜、ニンニク、赤唐辛子、鶏肉	特になし。	野菜スープを摂ることで、抗酸化作用が高まり、再発予防は勿論ですが免疫力が上がったと思います。
【結果】	1年以上	毎日お通じがあるようになった。飲んでるお薬の副作用がほとんどなく、腫瘍マーカーも安定している。	副作用はほとんどなく、そして体調もいいように感じます。	スープも野菜も食べている	基本の玉ねぎ、にんじん、カボチャに小松菜とキノコの舞茸や椎茸、しめじ、そしておろし生姜を加えています。	私は割と野菜を細かく切ったり、キノコも細かく切るとと下処理が少し大変かも	こうしてがん治療していても元気で過ごせている事は野菜スープのおかげだし、飽きる事もなく続けられている事です。
【結果】	1年以上	野菜スープを飲まない日は身体が疲れやすく便秘気味に感じます。	以前にも記入しましたが、持病の偏頭痛の発作が減りました。	スープも野菜も食べている	小松菜、生姜、大葉、ブロッコリー	作る作業と保管場所	有難い事に手術のみで経過観察のみですが、逆に何もしないことが不安であります。野菜スープを飲む事で何かしている自信がつきます。
【結果】	1年以上	便秘しなくなりました	抗がん剤治療をしていません	スープも野菜も食べている	大根、小松菜、きのこ類	なるべく基本の野菜を入れたいのですが、季節によっては有機野菜が手に入らない時が困ります。	ヨガを始めました。と言ってもYouTubeを見ながらですが、体が温まってとてもいいです。

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	3ヶ月以上	35.8℃位だった体温が、常に36℃以上になりました。 暑い毎日ですが全身から汗が出るようになり、畑仕事をしても夏バテしません。			生姜、キノコ、枝豆などです。		
【結果】	6ヶ月以上	野菜スープを始めて、体調はとてもよいです。 +教えていただいた乳酸菌を摂るようになりましたら、ジワジワと上がっていたCEAの数値がわずか10日後の検査で、半減しました。完全に基準値内です。 しかも、驚くほど便通がよいです。 野菜スープ+乳酸菌は、ずっと習慣化していこうと思っています。 ありがとうございます。			ニンニク、生姜、豆、高野豆腐、季節の野菜など。	無し	クエン酸、アマニオイル、乳酸菌、サーディンオイル
【結果】	6ヶ月以上	便秘解消、抗がん剤の副作用の軽減			セロリ、青ジソ、さつまいも、大根 干し椎茸		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1年以上	抗がん剤の副作用がかなり軽減された。最後のほうはほとんど副作用がなかった。			以前、アーユルヴェーダで自分にあった野菜スープのレシピをメインにしなが、旬の野菜やキノコ類を入れています。 大根、人参、アスパラ、(ビーツ) 季節の旬の野菜、キノコ類、豆類、海草等。 (抗酸化作用のある野菜)		
【結果】	1年以上	便通が良く、便の状態も良い	はい。副作用に痺れがあるとの事でしたが、私は全くな、今もありません。	スープも野菜も食べている	紫蘇、小松菜、ゴーヤー、にがな、ブロッコリー、ブロッコリースプラウト、枝豆、オクラ、舞茸、長ネギ、大根の葉、トマト	あまりないです。	本、患者会、サプリ、プロテイン、深呼吸、モリンガ、水素ガス吸入、水素風呂、音楽、笑い、子ども達とハグ、
【結果】	6ヶ月以上	薄味に慣れて来た	下痢と便秘が減って来た	スープも野菜も食べている	大豆、ブロッコリーの茎部分、小松菜、生姜、ニンニク、キノコ類、セロリなど2~3種類組み合わせ加えている	具合が悪い時のスープ作り。数日分は冷凍してますが、具合の悪い時とスープの在庫が無くなる時が重なってしまうと、作るのをやめてしまうのでその間飲むことが出来ない	プロバイオティクス乳酸菌から貴重な乳酸菌に変えてから腸のハリやグルグルがなくなって来たこと。乳酸菌も自分に合う合わないがあるのだなと思った

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	1ヶ月以上	朝がスッキリ起きること			ニンニク 椎茸 生姜	特になし	闘病中ではないですが、健康に関して 牛蒡、蓮根の無農薬粉末を試してみようかと購入してみました。
【結果】	1年以上	便通が良い 肌艶が良い	されたと思う	スープも野菜も食べている	干し椎茸やキノコ類、紫蘇、生姜、大根など	味に飽きてしまうこと。	体を温めたりすくこと。
【結果】	1年以上	食欲のコントロールが出来るようになった事、外食に興味なくなりました。	抗がん剤、放射線無し	スープのみ飲んでいる	花びら茸、パセリ、ブロッコリー、ハーブ、大根葉、舞茸、ニンニク、生姜、切干大根、ビーツ	今のところは無いです。	健康の有り難さ、生き方の大切さ、難しさが漠然としてましたが、鮮明になってきました。
【結果】	1年以上	実感する体調が良い			ブロッコリー、ニラ、セロリ、舞茸、榎茸、しめじ、干し椎茸、切干大根、大葉 トマト、ゴーヤ、生姜、長ネギ、小松菜、ワカメ	体調が良くないと作ることが出来ないの、一週間分まとめて作って冷凍ポタージュにしています。なので、今は特別問題ありません。	分子標的薬を23ヶ月続けられています。平均は11ヶ月だそうです。副作用も軽く最近まで病変の総容量は変わらなかったのですが、21ヶ月目に初めて小さくなっていました。分子標的薬の耐性が出始める頃と覚悟していたので、嬉しい誤算でした。私としては、とうとう野菜スープの効果が現れた！と思いました。次回どうなるかは判りませんが、今はこの結果を喜んで暮らしています。

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	野菜スープは母の抗がん剤が始まる直前に始めたため、変わった事はよくわかりませんが無事に術前抗がん剤を滞りなく終え、手術も終わりました。 術後の細胞検査では4センチ程の癌細胞が1ミリになっていましたので術後の抗がん剤は弱いものでよくなりそうです。他にも病気があるので気は抜けませんが治療が順調にすすんだのは野菜スープのおかげだと思います。抗がん剤の副作用は痺れが残っていますが最後まで食欲がほとんどなくなりませんでしたし、肌も抗がん剤前より綺麗になっています。 因みに野菜スープ以外に癌診断される少し前から水素吸引もしています。他サプリメントなどは一旦やめました。			最近キノコ類、スプラウト、ケール、ほうれん草です		
【結果】	1年以上	風邪をひかなくなり花粉症が和らいだ気がします。	抗がん剤治療は行ってなかったのわかりません。	スープも野菜も食べている	干し椎茸、舞茸、エノキ、小松菜、ブロッコリーの茎、出汁昆布、ニンニク、生姜	ないです。	ないです。
【結果】	3ヶ月以上	野菜スープでなのか抗がん剤をお休みしてなのか…少し体力が戻り入退院を繰り返していたのが無くなり体重が少し戻った			生姜やにんにくをプラスしたり… 大葉・セロリ・なす・大根・じゃが芋等その時々に合わせて替えている		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	<p>排便。とにかくいい便が毎日出ます。</p> <p>スタートは抗がん剤治療の副作用の軽減のためにスープを始めましたが、いまは転移防止、健康維持の為にスープを飲んでいきます。ホルモン治療の副作用は一切なく、健康的に過ごせています。</p> <p>4月にあった3ヶ月ごとの検査も転移なくクリアしました。</p> <p>引き続き、継続していきたいと思います。</p>			<p>きのこ類、ブロッコリー、スプラウト、生姜、にんにく、かぶの葉など</p> <p>路地ものを選んで購入しています。</p>		
【結果】	1年以上	体重が8kg程減りました。	服用していません	スープも野菜も食べている	<p>人参 ジャガイモ 白菜 小松菜</p> <p>ほうれん草 青梗菜</p> <p>ゴーヤ</p> <p>三つ葉 大根 キャベツ サツマイモ 長芋</p> <p>トマト 茄子 きのこと3種</p> <p>ワカメ 牛蒡</p> <p>玉ねぎ</p> <p>生姜</p>	味付けがマンネリ化してしまう傾向	闘病と言う闘病はしていません
【結果】	6ヶ月以上	顔のくすみが取れてきたような気がします。それから野菜嫌いの夫の顔は、昔から脂ぎっていたのですが、最近は、それも改善されてきたように感じます。			舞茸、小松菜、にら、ゴーヤ、粉末の干し椎茸		

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	身体が軽くなりました。肌艶がよくなりました。目覚めもよくなりました。	今は経過観察中なので、よくわかりません。	スープも野菜も食べている	椎茸、えのき、葉もの野菜、人参、ゴーヤ	複数の野菜を買うので、食費はあがりました。	野菜スープを毎日食べることで、体重管理はしやすくなりました。
【結果】	6ヶ月以上	血圧高めでしたが、最近は120-70に安定してるのは、スープのおかげかなあ。			小松菜、トマト、セロリ、しそ、生姜など家にある食材。		
【結果】	1年以上	少食ですが、食欲が出る助けになっていると思います。			しいたけ、しょうが、大葉。あとはある野菜。	疲れていると作る気になれないこと	病に正面から向き合えばかりだととても辛いです。身体や心が喜ぶことが助けになります。
【結果】	1年以上	便通が良くなった	副作用は軽かったと思います。	スープも野菜も食べている	牛蒡、舞茸、生姜、ネギなど家にある野菜	味がマンネリになって美味しいと思えない日があります。	副作用が軽かったと思います。

	野菜スープをいつから始められていますか？	野菜スープを始めて具体的に変わったことは？	野菜スープで抗がん剤などの副作用は軽減しましたか？	野菜スープはスープだけを飲まれていますか？	基本の野菜に何を加えていますか？	野菜スープに取り組まれて困っていること	闘病生活で役立ったこと
【結果】	6ヶ月以上	お通じがよくなった 肌ツヤがよくなった			人参、大根、キャベツ、ごぼう、サツマイモかカボチャ、大根の葉、	野菜をたくさん入れるのでお金がかかることですかね。 有機野菜も高いので値段と折り合いつけて出来る範囲でやっています。	主婦なので、個人的には電気圧力鍋です。 スイッチ入れてほったらかしにできますので。これで野菜スープ作っても栄養価は変わらないのでしょうか？
【結果】	1年以上	体調が良好に感じる 便通が良い	副作用があまり感じられなかった。	スープも野菜も食べている	季節の野菜	家族は食さないで、自分の分だけ作るのは大変	便通の改善には大変良いと思います。
【結果】	1年以上	肌の調子が良くなった。 便通が良くなった。	好中球が落ちにくくなった。	スープのみ飲んでいる	ゴーヤ、じゃがいも、大葉、生姜、にんにく、小松菜、ブロッコリー、ピーマン、椎茸粉末	最近なかなかスープの具が食べられないこと。	副作用軽減
【結果】	1年以上	抗がん剤(R-COHP)治療後、2年再発なく暮らしております。 野菜スープの効果もあると思っています。			大根、トマト、時々、ハーブなど	圧力鍋は、やはりあまりよくないのででしょうか？	身体を動かす事が一番だと思います。 あと、東洋医学の養生とらいう考え方
【結果】	1年以上	シミが薄くなった。	野菜スープ以外の事にも取り組んでいます が再発防止に役立っていると思っています。 副作用と思われる痒みや下痢ももし飲んでなければもっと辛いものになってたと思います。	スープも野菜も食べている	キノコ類 小松菜 など青物	鍋ごと冷やして冷蔵庫にいれるので場所を取る事	闘病ブログや書籍