

痛風注意事項

- 一、急性發作時，應避免使病變器官承受重量，應以護架支托被蓋。
- 二、避免食用高嘌呤食物：如動物內臟：肝、腎、腦等
- 三、避免食用含植物性核蛋白質高的食物，如豆莢類、菠菜、穀粒及豆類的胚芽。
- 四、避免食用太濃或刺激性的調味品。
- 五、避免飲酒，尤以啤酒為甚。
- 六、蛋類、乳酪可以作為肉類之代用品。
- 七、多喝牛奶，以補蛋白質需要量。
- 八、多喝水，每天 2000cc 以上，亦可由飲料代替。
- 九、依醫囑服藥。
- 十、肥胖者：應慢慢減輕體重。

臺北醫學大學. 部立雙和醫院

103. 11. B

H8400003

如有任何問題，請撥(02) 22490088 分機：1200

部立雙和醫院關心您

