

高尿酸(痛風)的照護

我有高尿酸(痛風)嗎?

· 每 100 毫升血液中的尿酸值



男生

7 毫克以上



女生

6 毫克以上

- 體內的「普林」代謝異常，導致高尿酸血症，使尿酸鈉鹽沉積在關節腔內，造成關節腫脹和變形及痛風。



尿酸從哪裡來?

- 尿酸是體內細胞核酸「普林」的代謝最後產物



國立成功大學醫學院附設醫院

關心您

我該注意什麼呢？



適量攝取蔬菜、米、奶蛋



避免內臟、海產



每天開水 2000-3000cc



避免肉湯、飲酒



適量攝取新鮮水果



避免含糖飲料、甜點



製作單位：6W
製作日期：96.10
修訂日期：113.08
DL-06-1-013



國立成功大學醫學院附設醫院

關心您