

痛風防治

痛風是什麼

痛風是一種急性的關節炎，主要是因為尿酸的結晶積在關節部位。發炎的關節會有很明顯的紅腫、發熱、疼痛的現象，而且某些族群容易發生。



導致痛風發作的因素



喝酒



飲食不當，吃了太多含
普林的食物
（如：動物內臟、海鮮
類、濃高湯等）

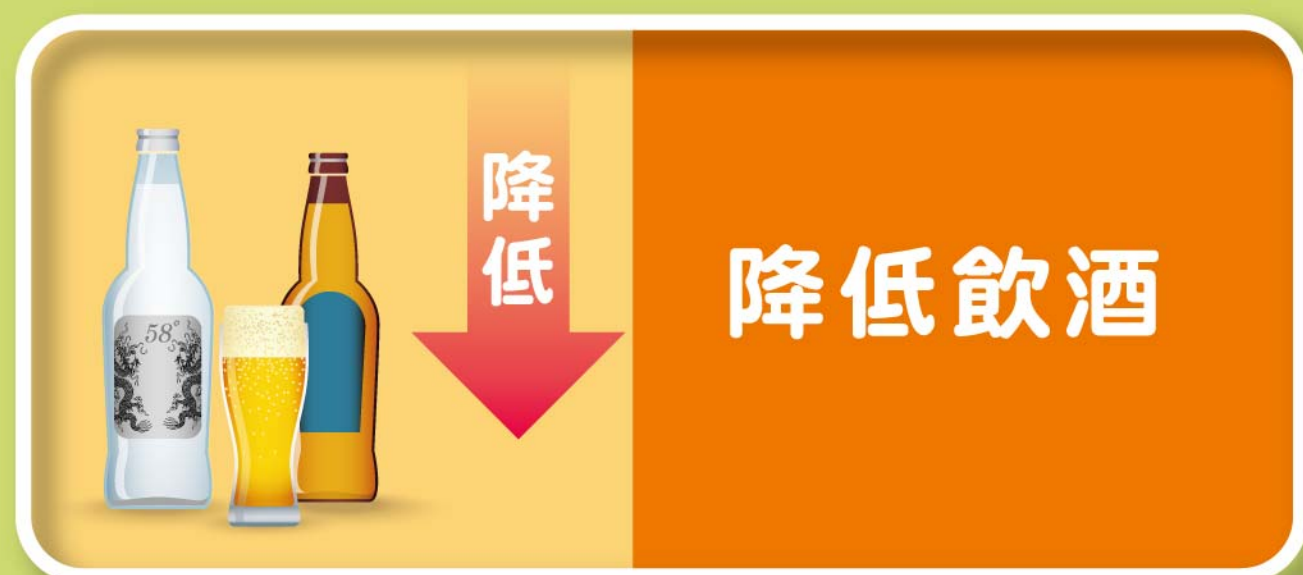


開刀或
受傷



特殊藥物
（如：利尿劑、阿司匹
靈、化療藥物）

痛風的預防方法



降低飲酒



多多喝水
控制體重
規律運動



少內臟
少海鮮
飲食的控制



不日夜顛倒
不熬夜
生活規律

● 參考國民健康署、康健雜誌 ●

廣告



臺中市政府衛生局 | 關心您