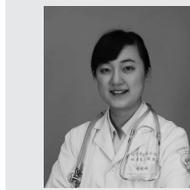


炎炎夏日,如何吃能减少痛风发作

今日下午2-4时 专家热线继续开通 欢迎拨打024-22699265

夏日闲暇时,多数人喜欢约上三、五好友去喝啤酒,吃烧烤,吃小龙虾等,这些食物固然美味,可对于患有痛风的病人来说,这些高嘌呤的食物容易引起痛风的急性发作,导致关节红肿、疼痛。那么该如何才能减少或避免痛风发作呢?



在线专家:杨晓娇 主治医师 专家介绍: 辽宁省中医药研究院(省中医二院)风湿病科。现任辽宁省中医药学会风湿病专业委员会委员、辽宁省免疫学会中医免疫分会青年委员会委员

首先,限制饮酒,酒精在体内的代谢过程不仅会影响尿酸排泄,还会加速尿酸的形成,故须禁酒,尤其是啤酒。要减少高嘌呤食物的摄入:如动物内脏、海产品等。最后增加新鲜蔬菜的摄入,尿酸在碱性环境中容易溶解,所以应多食用蔬菜、水果、坚果、牛奶等碱性食物。

风湿性关节炎、类风湿性关节炎、骨性关节炎、风湿性关节炎、干燥综合征等风湿科常见病及多发病诊疗问题。 活动时间:7月11日(周四)下午2点到4点

参与方法: 方式一:读者请拨打热线电话:22699265

方式二:加本报“辽沈晚报V健康”,即可提问。

加微信方法: 1、添加官方微信信号:ls-wb_vjk

2、扫官方微信二维码

记者 姜晓菲



2019.7.11 星期四 责任编辑 葛红霞 首席编辑 李霖 美编 丁锐 联系我们 热线电话:22699265 微信号:辽沈V健康 来信请寄:和平区青年大街356号 辽沈晚报健康专刊 邮编:110003



关注·健康 关注·辽沈晚报V健康

辽沈晚报V健康 健康壹周报

近期全省再次开启连续的高温天气,炎热的夏季是“身体火灾”的高发季,一旦身体出现某些“上火”预警,最好及时“灭火”,以免发生更大的健康危害。

中医认为,“有病于内,必有形于外”,也就是说身体内部出了问题,一定会在身体外部表现出来。比如“心火旺”就会让人出现长痘、烦躁、失眠或是便秘等症状。“心火”是中医理论

肝火旺、心火旺,夏天“火大”怎么办?

天气越来越热,很多家长都在左右为难:到底要不要给孩子开空调?不少家长总是怕孩子冻着凉着,但实际上在生活中,几乎没有宝宝会被冻着,但被热着的却比比皆是。其实,“空调病”不是空调的错,是大家搞错了空调的使用知识。“空调病”不是由于空调降温制冷造成的,而是空气污染和病原体的传播引起的一系列表

现。本周的辽沈晚报V健康指导家长正确使用空调,科学排除污染,让孩子安稳过夏天。

健康信息一手掌握,辽沈晚报V健康为全家健康把好关!微信扫一扫关注官方微信信号,养生、保健、育儿、美食,每天都学新知识!

关注微信方法: 1、搜索官方微信信号:lswb_vjk 2、扫上方官方微信二维码

牙周病不是小事 或与心脑血管、糖尿病、高血压等全身疾病有关

临床统计,患牙周炎者因冠心病死亡或入院的发生率比无牙周炎者高25%;牙槽骨吸收者发生冠心病的概率为牙周正常者的1.4倍,发生脑卒中者为2.1倍;陈旧性心肌梗死者中的中重度牙周炎患者显著高于健康人群,缺牙数大于11是陈旧性心肌梗死的独立危险因素;25%的脑卒中患者有牙科感染,牙周炎作为脑卒

中的危险因素大于吸烟,而且独立于其他已知的危险因素…… 沈阳市口腔医院牙周黏膜病科主治医师冯丹介绍,牙周炎是由牙菌斑生物膜引起的牙周组织的感染性疾病,其长期定植在龈牙结合部可以引起牙龈的慢性炎症,向深部组织发展即形成牙周袋。其发生的免疫反应可以产生炎症介质,引起组织损伤

和牙槽骨的丧失。牙周病的革兰氏阴性细菌感染以及多种炎性介质的释放均加重全身慢性系统性炎症,激活机体免疫防御体系,进而有可能影响慢性系统性疾病的进程。并且,大量流行病学调查显示牙周炎和慢性系统性疾病及其危险因素之间存在着广泛且复杂的联系。 牙周感染是多种疾病的危险因素

分类广告 上门办理:马巨 13889864438 订版电话:024-22829900 便民信息 房屋场地 出售 出租 招租 招聘

沈阳市金地楼宇工程有限公司增补增值税专用发票044031800104号56468317已盖发票章丢失作废。 沈阳市火炬电子有限公司遗失由沈阳信息航网络工程有限公司开具的增值税专用发票(抵扣联)1份,代码91200173130号03463420,已盖发票章,特此声明。

永乐青山墓园 辽宁省十佳信誉墓园 真山真水 群山环抱 满足不同层次客户的需求,高、中、低,不同价位 每天上午有班车接送 销售热线:89778444 售后热线:89778484 沈河办事处:62936666

沈阳市卧龙墓园 经省民政厅批准的合法公墓之一,交通便捷,服务周到,价位齐全。 选购墓穴全年有班车免费接送 墓园地址:沈阳市浑南新区王滨乡尖山子村(距城区约15分钟车程) 电话:024-24756770 24756862 24317242

项目全称:自筹资金工程(3个标段); 项目地点:锦州市凌河区; 招标规模:土建、安装; 合同估价:一标段57万元,二标段94万元;三标段186万元; 详细情况请登录军队采购网http://www.plap.cn查询。 联系电话:18640608936

沈阳明腾科技有限公司金属氧化及喷漆生产线建设项目环境影响评价公示 项目概况项目名称:沈阳明腾科技有限公司金属氧化及喷漆生产线建设项目 建设地点:沈阳苏家屯经济开发区 建设规模:年产处理铝产品800件。

减资公告 沈阳创新鼎盛地器材有限公司统一社会信用代码:118704046595E-mail:symc2016@163.com 沈阳明腾科技有限公司统一社会信用代码:15140575591 沈阳宇宇环保科技有限公司统一社会信用代码:15140575591

公告 中国平安人寿保险股份有限公司辽宁分公司以下人员执行 声明 中国平安人寿保险股份有限公司辽宁分公司以下人员执行 声明 中国平安人寿保险股份有限公司辽宁分公司以下人员执行