

普林含量低的食物

奶、蛋、豆、魚、肉類	奶、蛋、豆、魚、肉類
(1)各種奶類及奶製品。 (2)各種蛋類。 (3)豬血。 (4)海參、海蜇皮。	(1)各種奶類及奶製品。 (2)各種蛋類。 (3)豬血。 (4)海參、海蜇皮。
五穀、根莖類	五穀、根莖類
(1)米、麥、米粉、冬粉、麵線、通心粉、麥片等。 (2)玉米、馬鈴薯、甘藷、芋頭等。	(1)米、麥、米粉、冬粉、麵線、通心粉、麥片等。 (2)玉米、馬鈴薯、甘藷、芋頭等。
油脂類	油脂類
植物油及動物油。	植物油及動物油。

台北市立聯合醫院中興院區心臟科關心您！

台北市立聯合醫院中興院區心臟科關心您！

普林含量低的食物

普林含量低的食物

奶、蛋、豆、魚、肉類	奶、蛋、豆、魚、肉類
(1)各種奶類及奶製品。 (2)各種蛋類。 (3)豬血。 (4)海參、海蜇皮。	(1)各種奶類及奶製品。 (2)各種蛋類。 (3)豬血。 (4)海參、海蜇皮。
五穀、根莖類	五穀、根莖類
(1)米、麥、米粉、冬粉、麵線、通心粉、麥片等。 (2)玉米、馬鈴薯、甘藷、芋頭等。	(1)米、麥、米粉、冬粉、麵線、通心粉、麥片等。 (2)玉米、馬鈴薯、甘藷、芋頭等。
油脂類	油脂類
植物油及動物油。	植物油及動物油。

台北市立聯合醫院中興院區心臟科關心您！

台北市立聯合醫院中興院區心臟科關心您！