

Bedingt geeignete Lebensmittel

Geflügel, mageres Kalb-, Rind-, Schweinefleisch, Leberwurst, Blutwurst, Mettwurst, Fleischwurst, Krabben, Kabeljau, Scholle, Heilbutt, Seeszunge (Insgesamt nicht mehr als 150 Gramm pro Tag)



Trockenfrüchte
(z. B. Äpfel, Pflaumen, Aprikosen), Bananen



Feldsalat, Kohlgemüse, Spinat, Spargel, Sauerampfer, grüne Bohnen, Porree, Artischocken, Mais, Kürbis, Petersilie, Paprika, Champignons, Schwarzwurzel, Sesam, Sonnenblumenkerne



Püreepulver, Kartoffelchips mit Paprika, Erdnuss, Mandel, Paranuss, Walnuss



Vollmilchschokolade, Marzipan, Nussgebäck, Nougat, Eiscreme



Nicht geeignete Lebensmittel

Innereien, Forelle, Hering, Ölsardinen, Sprotten



Erbsen, Linsen, Sojabohnen, Sojamehl, weiße Bohnen



Fleischextrakt, Fertigsaucen, Fertigsuppen, Suppenwürfel



Alkohol in größeren Mengen



Weitere Empfehlungen

- Essen Sie möglichst viel frisches Obst und frisches Gemüse.
- Ernähren Sie sich fettarm und verwenden Sie pflanzliche Speiseöle und -fette.
- Wegen des relativ hohen Puringehalts von Fleisch, Wurstwaren und Fisch sollten Sie diese nur in möglichst geringen Mengen zu sich nehmen.
- Sorgen Sie für genügend Bewegung an der frischen Luft. Machen Sie Spaziergänge oder Nordic Walking.

Mit freundlicher Empfehlung überreicht durch

Praxisstempel

Wir wünschen Ihnen gute Besserung!

HENNIG ARZNEIMITTEL GmbH & Co. KG

Liebigstr. 1-2 · 65439 Flörsheim am Main
Tel.: 06145 / 508-0 · Fax 06145 / 508-140
www.hennig-am.de · info@hennig-am.de

Art.-Nr.: 11206 / 1006

Ratgeber für Patienten

Erhöhte Harnsäurewerte, Gicht und Nierensteine



Ein Service von

HENNIG ARZNEIMITTEL
Seit 1898 im Dienste der Gesundheit



