

痛风不能喝啤酒,喝葡萄酒可以吗?

节日欢聚的餐桌上不少人忍不住要小酌两杯。对于痛风患者来说,喝啤酒容易诱发痛风已经成了共识。那么喝红酒就安全了吗?

除了啤酒里本身存在的嘌呤外,酒精对痛风的影响也不可小觑。酒精摄入过多,会显著增加痛风发作风险。酒精被人体吸收后,会增加体内尿酸生成和分泌,使血尿酸增加。同时,酒精在体内代谢产生乳酸,乳酸的堆积可降低肾脏对尿酸的清除率。而且,酒精还会促进三磷酸腺苷(ATP)转化,从而使尿酸合成增加。

来看看啤酒与痛风的关系。喝

啤酒可通过摄入过多酒精,以及从啤酒和下酒菜中摄入嘌呤总量过高而引发痛风。多项研究发现,大量摄入啤酒与血尿酸水平显著升高有关系。研究发现,每天多喝350毫升啤酒,痛风风险升高49%。啤酒成为酒类首位的痛风危险因素。

其实,啤酒中所含的嘌呤量不算很高,每100毫升含嘌呤不超过10毫克,但每次摄入量很大,一瓶500毫升的啤酒就有50毫克嘌呤。酒瘾大的人往往会上好几瓶,这样摄入的嘌呤总量就很高了。另外,人们喝啤酒时常常还会吃点下酒菜,烧烤、海鲜、小龙虾,这些都

是高嘌呤食物的“重灾区”。

从酒精与痛风的关系可以知道,白酒酒精含量高也不适合痛风患者饮用。那葡萄酒呢?关于痛风患者是否能喝葡萄酒,是有争议的。一方观点认为,但凡是酒就会增加痛风的发生风险;另一方观点认为,少量喝葡萄酒对痛风发作的影响不大甚至可能降低血尿酸水平。而且,双方观点都有临床研究结果支持。

这方面,我国的研究结果如何呢?2023年发表的一项研究,对2009年中国健康与营养调查中7083名居民的数据进行了分析。结果显示,摄入啤酒、白酒和葡萄酒

对血尿酸水平影响各有不同。

喝啤酒与血尿酸水平没有显著相关性,这可能与参与者啤酒消费量较低有关系。白酒方面,几乎每天都喝白酒的男性比很少喝酒的男性发生高尿酸血症的风险升高68%。而适量喝葡萄酒的女性血尿酸水平则有所降低,不过,男性摄入葡萄酒却会使血尿酸水平稍微升高。

对于白酒、啤酒和黄酒,高尿酸血症患者和痛风患者应该完全禁止。而葡萄酒和果酒,能不喝就不喝,如果确实遇到不得不喝的情况,可以少量喝一点。

(据《北京青年报》)

如何识别急性会厌炎?

新华社消息 近期,“喉咙痛”“刀片嗓”等咽喉疾病症状持续受到关注。专家提示,除了流行性感冒和咽喉炎等常见病外,急性会厌炎作为一种起病急、进展快的急性炎症性疾病,也会出现相关症状,普通人需多加注意喉咙状况,通过相应症状判断是否患病,及时干预。

“会厌位于气管上方,是调节人体呼吸和吞咽的软骨型结构。当我们吞咽时,它像一个瓶盖将气管盖住,避免食物进入喉咙。”武汉市

中心医院耳鼻喉科主任陈伟说,由于会厌具有疏松和敏感的特性,一旦发炎,会容易堵塞气道、影响吞咽。患者多出现咽痛、吞咽困难、憋气、呼吸困难等局部症状,同时伴有高热、寒战等,严重时会有喉梗阻,有窒息风险。

诱发急性会厌症的病因多元,包含感染、过敏、异物创伤等,其中,感染为最常见的一种。“容易引起上呼吸道感染的呼吸道合胞病毒、支原体等都有可能。理论上,任何引起上呼吸道感染的细菌、病毒

都能引发会厌发炎。”武汉市金银潭医院呼吸与危重症医学科主任余婷说,感染后,最快6~12小时内就会发病。

临幊上,许多患者将各种病种引起的咽喉疼痛都称为“刀片嗓”,普通人如何区分是否患上急性会厌炎?专家提示,吞咽时的异物感和呼吸可以作为区别的办法。“感冒时,患者尽管分泌痰多,一般在咽腔,较少引起喉腔的吞咽困难,如果每一口吞咽都十分痛苦,就需要高度注意。”陈伟表

示,若出现呼吸困难、憋气,有可能是会厌发炎堵住气道,尤其需要警惕。

专家提示,为加强预防,饮食上,应避免进食或误食损伤喉黏膜的食物,如过烫、过辣的食物,吃炸物时也应避免食用过急划伤。部分免疫力低下,有过敏体质、慢性咽喉炎等的患者也更容易患病。而无论是否有相应基础性疾病,在生活中都应注意休息,避免熬夜,适当锻炼身体,提高机体抵抗力。

(邓楠)

分类广告

广告刊登 电话 15548876987 13354876987 0471-6635651 地址:呼市新华大街61号西护城河巷(原内蒙古日报社西巷)南口北方新报广告接待中心

遗失公告·减资注销·招标环评·结婚启事·出售转让

乘车路线:地铁1号线到人民会堂站下车(东北角)或3、4、19、59、56公交

省级媒体 权威发布 微信办理 送报上门 (周一至周五出刊)

郑重声明:本版各类信息,如遇要求交付押金或预付款时,务必小心,谨防受骗!否则后果自负。

生日祝福

旦逢良辰,顺颂时宜,喜逢良友乌日古嘎同志生辰。相知有素,自愧心与。

祝愿其27岁生日快乐,顺遂无疆,皆得所愿。

声明人:仇建国,电话13191419099

内蒙古丰电能源发电有限责任公司关于解除劳动合同关系的公告

安启,身份证号15260119*****4139;

姚慧,身份证号15262819*****0603;

张鑫,身份证号15262819*****0911;

上述三位同志长期旷工,严重违反公司的规章制度,拒不改正。

根据《中华人民共和国劳动合同法》第三十九条相关规定,《内蒙古丰电能源发电有限责任公司员工劳动纪律管理办法》第十六条规定,经2024年1月31日公司党委会研究决定,自2024年2月4日起正式解除内蒙古丰电能源发电有限责任公司与安启、姚慧、张鑫炎的劳动合同。

请上述人员于2024年3月15日前到公司办理劳动合同解除手续,逾期由你本人承担一切法律责任和后果。由于你们严重违反公司造成的损失,本公司将保留依法对你起诉追究法律责任的权利。特此公告

内蒙古丰电能源发电有限责任公司 2024年2月26日

拍卖公告

接受委托,我公司将于2024年3月5日上午10点30分在中拍平台(<https://paimai.caa123.org.cn/>)对呼和浩特市、乌兰察布市凉城县、集宁区、察右前旗、中旗、兴和县等地房产车库公开拍卖。具体详情可登录“内蒙古驰领拍卖官方”公众号查询。

一、展示、报名时间及报名方式:自公告发布之日起至拍卖会开始前一天2024年2月4日下午16时止,预约看房及办理报名手续。

二、竞买保证金:有意竞买者需缴纳竞买保证金,将标的金额的20%汇入我公司账户,方可办理报名手续领取竞买账号,竞买不成功者保证金不计息退还(3个工作日内)。

保证金汇入账户信息:户名:内蒙古驰领拍卖有限公司,开户行:

中国建设银行股份有限公司呼和浩特河北路万豪美墅支行,账号:150511095670000081

三、展示地点:标的所在地。

四、咨询电话:13789460809 15354807269

内蒙古驰领拍卖有限公司 2024年2月26日

延期公告

我公司于2024年1月30日在本报第7版的拍卖公告,其中标的1,标的2两辆长城汽车因故延期到2024年3月28日下午4时拍卖,展示时间及报名时间顺延,其他事宜不变。鄂尔多斯市益嘉拍卖有限公司

限责任公司

J1910006314002,账号

59010154700002953,开户行:上

海浦东发展银行股份有限公司

呼和浩特分行,声明作废●母

亲:胡利利;父亲:张永飞不慎将孩子

张泽熙(女)出生医学证明遗失,

编号:L150045014,声明作废●乌

海市沙海酒店管理有限公司的

公章 遗失,公章 备案 号

150320120025204,声明作废●内

蒙古腾吉汽车租赁有限公司的

A座1401室。内蒙古古宫将建筑安装有限公司

2024年2月26日

通知

内蒙古古宫将建筑安装有限公司将在本公告发布之日起15

日后(即2024年3月12日)召开股

东会,要求全体股东本人参加,

不到场视为放弃自己的表决权,

会议时间:2024年3月12日上午

09:00,联系人:焦经理,联系电话:

18686044944,会议地点:呼和浩

特市玉泉区昭君路紫云锦都

A座1401室。内蒙古古宫将建筑安装有限公司

2024年2月26日

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司:

因贵公司营业执照吊销未注销,导致贵公司开发建设的新城区

团结小区东区16号楼4单元5楼东户至今未办理分户登记,现业主

要求办理。请贵公司在本声明登报之日起15日内积极与以下单

位、业主联系,配合办理分户登记工作。逾期不配合办理的,视为贵

公司放弃相关权利,由呼和浩特市新城区迎新路办事处按照呼和

特市房地遗留项目政策代为公司作为申请主体为业主办理分户

登记相关事宜,特此声明。

联系方式如下:呼和浩特市新城区遗留办:0471-6213559

呼和浩特市新城区迎新路办事处:0471-4661223

业主:13214711396

声明

内蒙古房地产开发总公司: