



中华医学会
CHINESE MEDICAL ASSOCIATION

痛风患者的饮食管理

痛风患者 能喝酒吗？

- ① 痛风患者不建议饮酒，酒精是导致痛风发作的风险因素之一，饮酒会使尿酸水平升高，尤其是**啤酒和烈性酒**。



- ② **轻度饮酒**(每日乙醇摄入12.5g)、**中度饮酒**(每日乙醇摄入12.6-37.4g)、**重度饮酒**(每日乙醇摄入>37.5g)的人群患痛风的风险分别是非经常性饮酒人群的1.16、1.58、2.64倍，所以**痛风患者不建议饮酒**。
- ③ 如有必要，可以少量饮用红酒。



审核：穆荣 北京大学第三医院
风湿免疫科主任医师



科普中国
CHINA SCIENCE COMMUNICATION