提醒：口腔溃疡别吃西瓜

健康

浣滆

鍙戝竷浜庸細2007/06/06 15:13

夏季到来，暑热难耐，容易口腔溃疡，一些患者认为：西瓜水分大，含有的维生素很多，一定是缓解和治疗口腔溃疡的最好食品。

其实并不是这样，西瓜只能让口腔溃疡疾病病情加重。中医认为，口腔溃疡的主要原因是阴虚内热，虚火上扰。

西瓜有利尿作用，口腔溃疡者若多吃西瓜，会使体内所需正常水分通过西瓜的利尿作用排出一些，这样会加重阴虚的状态，西瓜含糖量较高，也容易延长溃疡面的愈合时间。

此外，脾胃虚寒者不宜多吃西瓜。西瓜是生冷之品，吃多了易伤脾胃，出现腹胀、腹泻、食欲下降等症状。肾功能不全者也不要吃。短时间内大量食用西瓜，使体内水分急剧增多，超过人体的生理容量，增加肾脏负担。尤其是肾功能不全者，其肾脏对水的调节能力大大降低，对进入体内过多的水分，不能调节及排出体外，从而导致血容量急剧增多，容易诱发急性心力衰竭等急症。

糖尿病患者宜少吃西瓜。西瓜含有约5%的糖分，糖尿病患者吃西瓜过量，会导致血糖升高、尿糖增多等后果，加重病情，严重的还会出现酮症酸中毒昏迷反应。但是如果掌握好“度”，一次食用不要过量，对患者是没有危害的。