

易脹氣食物護理指導

2020.03制定

2023.03審閱

高澱粉類

地瓜、芋頭、馬鈴薯



難消化食物

玉米、糯米類



發酵食物

饅頭、麵包



豆類食物

豆漿、豆腐、豆皮



奶乳製品

養樂多
牛奶



碳酸飲料

汽水
沙士
可樂



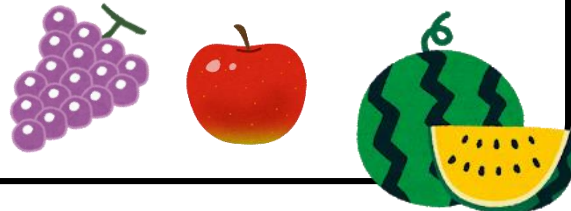
蔬菜類食物

花椰菜、韭菜、洋蔥



水果類食物

葡萄、蘋果、瓜類



圖片引自google

若有任何疑問，請洽 (02) 28094661轉2160 淡水社區醫學中心



馬偕紀念醫院 關心您的健康
MacKay Memorial Hospital