

如在聖德肋撒醫院住院期間需要嚴格低碘飲食的患者，請提前（入院日期前一周）聯絡營養部安排低碘餐。



St. Teresa's Hospital
聖德肋撒醫院

低碘質飲食

- 本院設有「八達通」時鐘泊車服務
- 綠色專線：2, 17M, 25M, 46, 70,
- 紅色非專線 旺角往新蒲崗/黃大仙/九龍城
- 公共巴士：1, 1A, 2A, 6D, 7B, 9, 12A, 13D, 16, 24, 27, 42, 95, 98C, 113, 203E, 296C, N216
- 港鐵
 - ※ 樂富：可換乘的士約五分鐘到達
 - ※ 旺角：可換乘非專線小巴至露明道
 - ※ 宋皇台：B1 出口，可步行 5-10 分鐘到達
- 東鐵
 - ※ 旺東可換乘的士約五分鐘到達
 - ※ 九龍塘可換乘專線小巴 25M 至界限街
- 復康巴士：(852) 2817 8154

營養部：(852) 2200 3544

Revised Date: November 2022

PFE-DS-E019

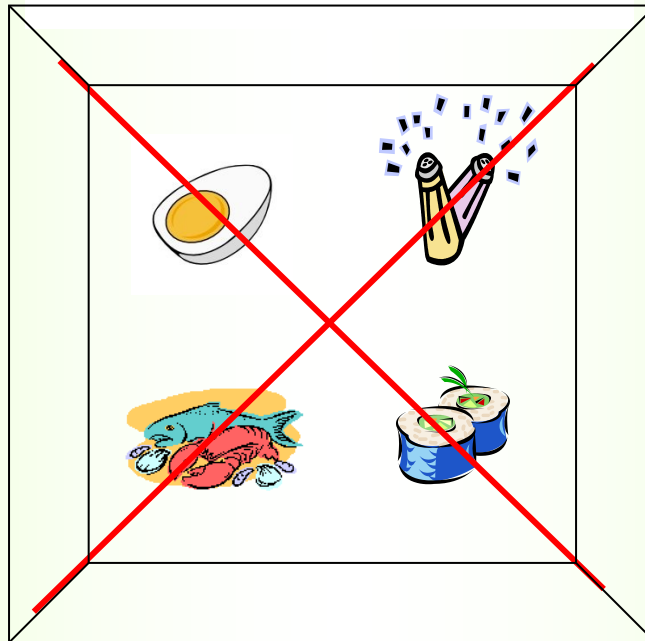
健康資訊

低碘質飲食

避免進食：

- ✗ 加有碘質的鹽或海鹽
- ✗ 海鮮產品
如：魚類、貝殼類、紫菜、海藻及其他的海產製成品
- ✗ 蛋黃或含全蛋的食品。蛋白是允許的
- ✗ 任何形式的乳製品（如牛奶、乳酪、酸奶、冰淇淋）
- ✗ 巧克力（由於含牛奶）。可可粉和一些黑巧克力是允許的
- ✗ 大豆和大豆製品，如豆腐、豆漿、醬油

- ✗ 乾豆類如紅腰豆(Kidney beans)、利馬豆(lima beans)、白豆(navy beans)、斑豆(pinto beans)和豇豆(cowpeas)
- ✗ 含碘的維生素和食物補充劑
- ✗ 食物色素 E127/玫瑰紅/櫻桃紅/赤蘚紅/Erythrosine/Red No. 3
- ✗ 水果及蔬菜類：罐裝櫻桃(maraschino cherries) 及大黃(Rhubarb)
- ✗ 黑糖蜜(Blackstrap molasses)，可進食未硫化(unsulfured) 的黑糖蜜



可進食：

- ✓ 水果及蔬菜類：除罐裝櫻桃或大黃外，所有生果及蔬菜均可進食
- ✓ 果仁類：無鹽或原味果仁
- ✓ 肉類：除海鮮產品外，所有肉類(豬、牛、羊或雞)及蛋白均可進食
- ✓ 五穀類：如沒有添加碘或赤蘚紅食物色素均可進食
- ✓ 調味料：糖、不含碘質的鹽、黑椒、香草等
- ✓ 飲品：沒有添加赤蘚紅食物色素的飲品、汽水、黑咖啡、清茶、啤酒、紅白餐酒、檸檬水、果汁等