

Jicht

Wat is jicht?

Jicht is een aandoening die gepaard gaat met ontstekingen in de gewrichten. Dat komt doordat er urinezuur neerslaat en in de gewrichtsvloeistof gaat zitten.

Oorzaak

U gebruikt plaspillen en dat is één van de oorzaken.

Wat kunt u zelf doen?

U kunt het beste alcohol laten staan. Daarnaast zit er in orgaanvlees (zoals lever, nier-tjes) en vis (vooral haring, makreel, mosselen en sardines) een stof die slecht is voor jicht.