

## ದೇಹಕ್ಕೆ ವಿಷದಂತೆ ವರ್ತಿಸುವ ಆಹಾರಗಳು ಅಥವಾ ಪಾನೀಯಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇವುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು:-

- ದಿನದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲೀಟರ್‌ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ನೀರು ಉಪಯೋಗಿಸಬಾರದು (ಆಹಾರದ ನೀರಿನ ಅಂಶ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ).
- 5 ಗ್ರಾಂ ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉಪು
- ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಎಣ್ಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಕೊಬ್ಬುಗಳು
- ಹಾಲು ಮತ್ತು ಹಾಲು ಆಧಾರಿತ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು (ಕೆನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಮೊಸರು/ಮೊಸರು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ)
- ಕುಕೀಸ್‌ಗಳು, ಬಿಸ್ಕತ್ತುಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಂತಹ ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಬೇಯಿಸಿದ ಆಹಾರಗಳು (Bakery Product).
- ಬೇಳೆಕಾಳುಗಳಾದ ಹುರುಳಿ, ತೊಗರಿ
- ಧಾನ್ಯಗಳು - ರಾಗಿ, ಸಣ್ಣರಾಗಿ ಮುಂತಾದ ಒರಟಾದ ಧಾನ್ಯಗಳು
- ಅಕ್ಕಿ, ಗೋದಿ, ಜೋಳವು 14%ರಷ್ಟು ಜೀರ್ಣವಾಗದ ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದರಿಂದ ಊಟದಲ್ಲಿ 25% ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಅನ್ನು, ಚಪಾತಿ ಅಥವಾ ರೊಟ್ಟಿ ಸೇವನೆಯು ಕ್ರಿಯೇಟಿನೈನ್ ಅನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.
- ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್, ತಂಪು ಪಾನೀಯಗಳು, ಹಣ್ಣಿನ ರಸಗಳು
- ಬಾಳೆಹಣ್ಣುಗಳು (ಬಾಳೆ ದಿಂಡಿನ ರಸವನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ)
- ಮಟನ್, ಗೋಮಾಂಸ, ಹಂದಿಮಾಂಸ, ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿದ ಕೋಳಿ.
- ಸಿಹಿತಿಂಡಿಗಳು

