

打假！这些“不能吃”系列，别再中招

文 | 瞿利帅

【提问】：

家族群里七大姑八大姨每天除了各种心灵鸡汤、抢眼新闻，还有养身神贴。朋友们似不似也深受其害呀，小安医生能不能把圈内最常见的伪养生系列跟大伙说道说道。

【回答】：

今天我们也来个打假帖，给大家辟个谣，希望大家能把这篇文章让更多的亲朋看到。

胆囊炎不能吃蛋黄？

可以吃蛋黄，蛋黄含有丰富的蛋白质、不饱和脂肪酸和维生素，但同时脂肪含量较高，不宜多吃；胆囊炎禁食荷包蛋，可以将鸡蛋分散其他食物中，少量、多次的吃进去，可以吃点鸡蛋面、蛋羹。

