Sjúklingar við CTD skulu vera varin við:

- Alkohol: sjúklingar skulu vera varnir við nýtslu av alkoholi. Verður alkohol drukkið, skal ein altíð eta samstundis, fyri at fáa orku til kroppin og ein má ikki drekka seg frá viti og sansi. Um alkohol verður drukkið, uttan at ein etur samstundis, tekur alkoholið plássið hjá carnitininum, og tað er sera vandamikið, og kann hava alvorligar fylgjur.

- Íðkan av ítrótti/motión: ein, sum hevur fingið staðfest CTD, eigur ikki at íðka ítrótt, sum er krevjandi/belastandi fyri kroppin, fyrr enn tað bundna carnitinið er komið uppum 20, og tað fría carnitinið er komið uppum 12 – hesi tøl eru út frá danska skalanum.

- Kaffi: sjúklingar kunnu gott drekka kaffi í vanligari mongd, t.v.s. einar 3-5 koppar dagliga.

- Sjokoláta og lakris: sjúklingar kunnu gott eta hetta. Tó skulu tey, ið føla, at tey fáa arytmiir av hesum, (sum er sera sjálvsamt), eta hetta í smáum mongdum.