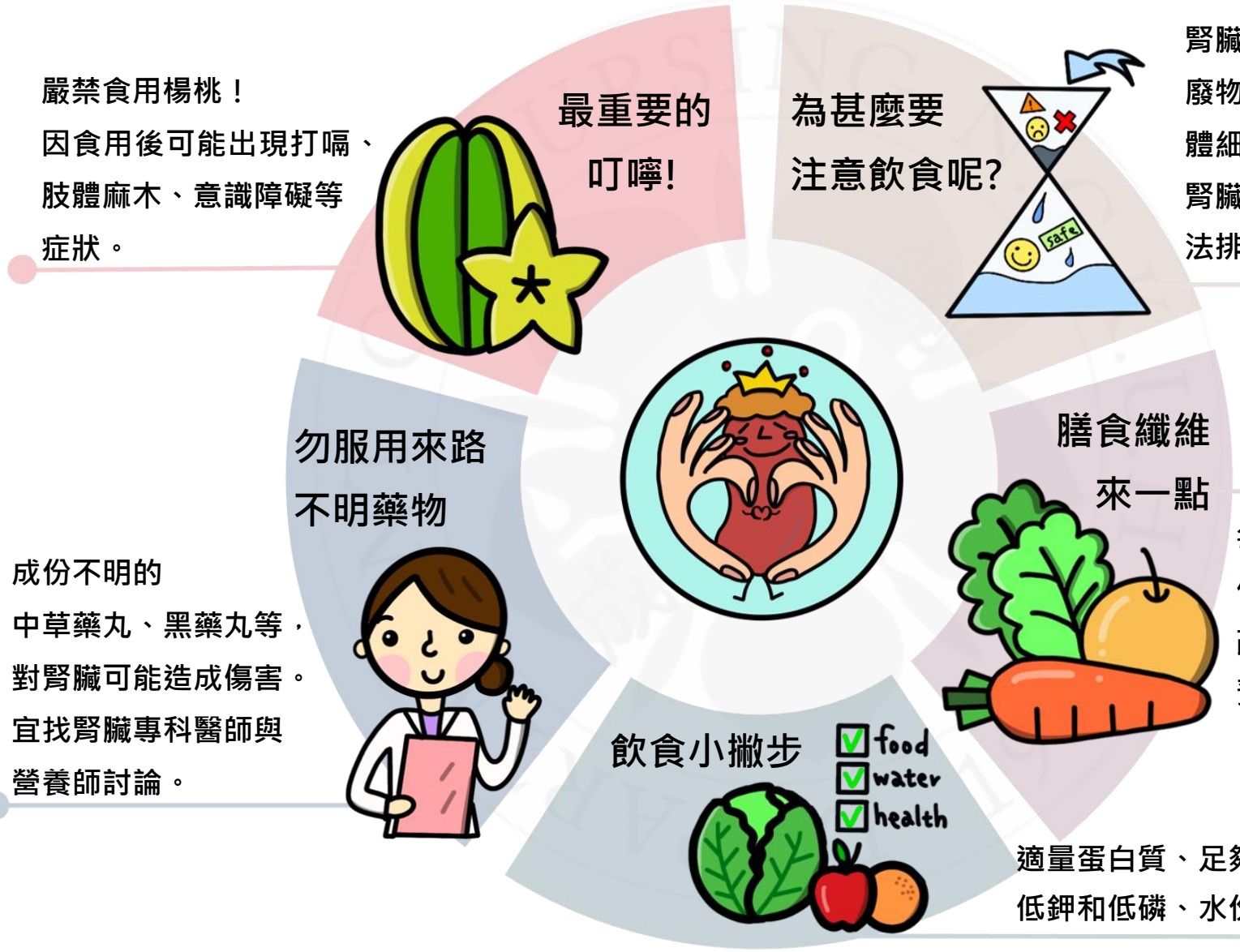
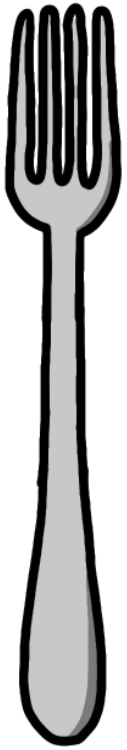
血液透析病人飲食之注意原則



國立成功大學醫學院附設醫院
關心您



鹽分(每日3-5克)

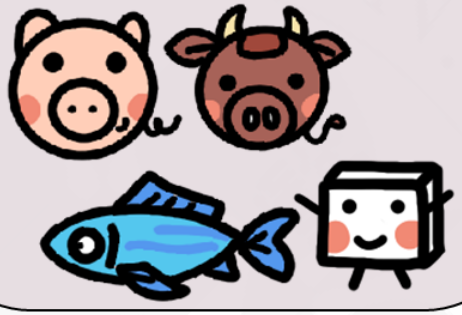
可用：蔥/薑/蒜/糖/酒

避免吃罐頭/醃漬食品

蛋白質(動物性蛋白)+豆製品

牛肉/豬肉/深海魚類/蛋白

黃豆製品類亦屬於優質蛋白質



水分(嚴格限水!)

每次洗腎

體重增加<1公斤

少湯 / 少飲品

液態油脂(植物油)

男性：每日3湯匙

女性：每日2湯匙

減少高鉀食物(血鉀過高會引起心律不整、心臟麻痺)

所有菜類燙過再油炒~ 熱水煮 去皮煮

鉀

高湯類：肉湯/魚湯/燉補湯/菜湯 乾燥蔬果：果乾類

高鉀水果少吃：釋迦/桃子/香蕉/奇異果/櫻桃/木瓜

嚴格禁止生食：生菜/生魚片

減少高磷食物(血磷過高會皮膚癢、心血管及骨病變)

磷廣泛存於一般食物中，配合醫師指示服用磷結合劑

★磷結合劑請記得"與食物一同服用"效果更佳~

常見高磷食物:蛋黃/鮮奶/動物內臟/肉乾/火腿/糙米/堅果/起司/罐頭/加工食品/咖啡/蛋糕/汽水

磷

醣類(主要熱能來源!)

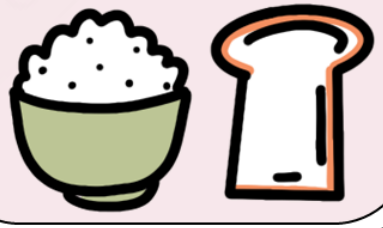
不可空腹洗腎，要吃飽!

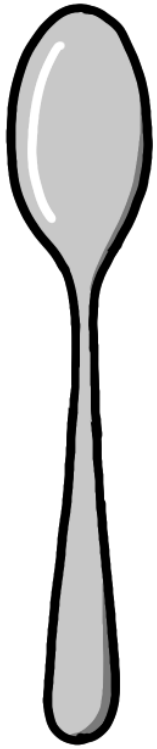
男性：每餐1碗飯

女性：每餐0.8碗飯

1碗白飯=2碗稀飯=

2碗麵條=4片薄白土司





製作單位：9A
製作日期：98.11
修訂日期：112.09
護理部編碼：
09-2-004