

低氮澱粉

建議避免使用之食材

高磷	乳品類、乾豆、 全穀雜糧、內臟、堅果
高鈉	罐頭、加工食品、調味 料，如：醬油膏、豆瓣 醬、辣椒醬
高鉀	低鈉鹽、薄鹽醬油、 高鉀水果，如：奇異果、 番茄、木瓜、香蕉



當蛋白質攝取較低時
容易使熱量攝取不足
引起組織內蛋白質的分解
增加含氮廢物的產生
故需由下列低蛋白質食物
來補充熱量

澄粉
太白粉
地瓜粉
玉米粉
蓮藕粉
米苔目
粉粿

涼粉
粉皮
冬粉
米粉
板條
西谷米
粉圓

透

飲

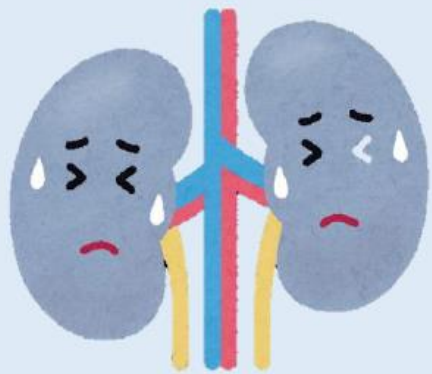
析

食



為甚麼要洗腎？

當腎臟發生病變
或失去功能時
無法將體內的
含氮廢物排出
以致於過多的含氮廢物
堆積在血液中
此時就須要透過人工腎
臟或腹膜透析
來將血液中的含氮廢物
清除



洗腎的成因

90%的患者都來自於：

- (1) 糖尿病
- (2) 高血壓
- (3) 腎絲球腎炎

且會伴隨尿毒症，其臨床症狀有：

四肢無力
噁心
嘔吐
痙攣

口腔異味
皮膚搔癢
昏睡

飲食原則

- (1) 足夠的熱量，避免體內蛋白質分解，增加含氮廢物產生
- (2) 攝取適量蛋白質，其中50~60%須來自優質蛋白質，如：乳品、肉、雞蛋
- (3) 限制磷、鉀、鈉
- (4) 水分控制

