

CAPDの注意点

1. 塩分制限

塩分の多い食品や味付けの濃いものはさける。

* 漬物・梅干し・つくだ煮・みそ汁など塩分の濃いものは控える。

2. カロリーの取りすぎに注意を。

腹膜透析には、糖分を含んだものがあり、その場合は体に吸収されますので、その場合にはカロリーの取りすぎには注意しましょう。目安としては、現在の体重を維持することです。

3. タンパク質

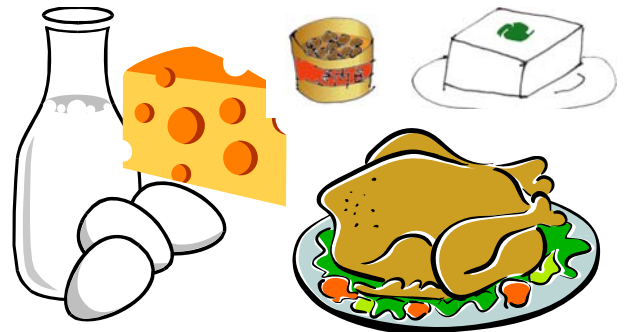
腹膜透析では、透析液に蛋白質が抜け出るために比較的しっかり右記のような食品を食べる方がよいと思われます。しかし、過度な摂取はリン（下記参照）の取りすぎにつながりますので、だいたいの分量は守ってもらうことが大切です。

タンパク質の多い食品とは…動物性食品（肉・魚介類・卵など）・豆類（豆腐・納豆・あんこなど）・乳製品など

魚介類	—	g（一切れ）
肉類	—	g
豆腐	—	g（丁）
卵	—	g（個）

1食にどれかを選んで下さい。

→これをたくさん食べるとリンが高くなります。気をつけてください。



4. カリウム

腹膜透析の場合、透析液にカリウムが抜け出て少なくなる傾向があります。そのため、野菜などは腎不全期とは逆にカリウムが逃げないように調理方法が必要です。→ゆでるとカリウムが1/3減少します。ゆですぎないようにしてください。

メロン1/8個	510mg	バナナ1本	450mg	キウイ1個	200mg	みかん1個	120mg
りんご半分	120mg	干し柿1個	200mg	アボガド半分	360mg	イチゴ6-7個	200mg
納豆1パック	220mg	焼きのり1袋	48mg	（一日3食使用すると144mg）			

5. 水分は主治医の指示に従ってください。

リン（P）正常値：3.0~4.5mg/dl

リンは腎不全になると血液中のリンが増加します。リンが高くなると骨がもろくなったり、腎機能の悪化を進行させたりします。食事に気をつけて薬が処方された場合はきちんと服用しましょう。

リンが多いもの：インスタント食品・調味料・肉類・魚類などです。やめる必要はありませんが食べ過ぎに注意してください。

