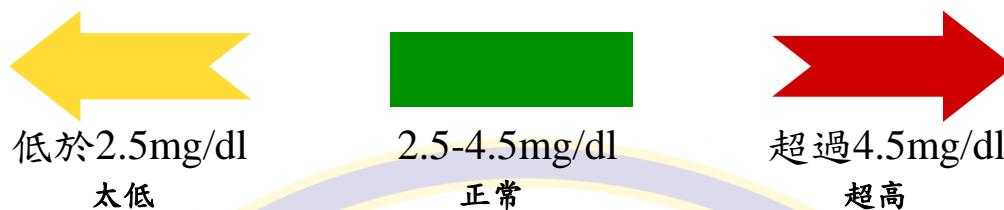


認識高血磷及如何控制血磷值

高血磷 你知多少？

長期高血磷，死亡率比正常人高18-39%，發生冠心症的比率增加52%。







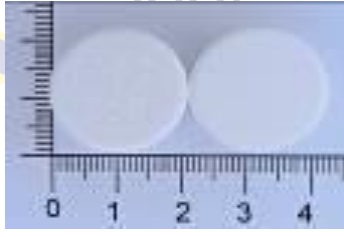

高血磷症狀有哪些？

皮膚癢、心律不整、血管鈣化、骨質疏鬆、骨折、骨頭痛、組織鈣化



如何控制血磷？飲食、藥物雙管齊下

常見降磷藥物

		
碳酸鈣錠500mg/tab Calcium carbonate	安鋁膠錠300mg/tab Aluminum hydroxide	醋酸鈣667mg/tab Calcium Acetate
		
磷減樂口服粉劑 800mg/pack Renvela	福斯利諾咀嚼錠 750mg/tab Fosrenol	拿百磷膠囊 500mg/cap Nephoxil



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

不管吃哪一種藥物都要配著飯菜一起使用，效果最好！

低磷飲食吃健康 減少加工食物，肉類先川燙在煮

每天控制磷攝取 800-1000mg

低磷食物代表(可以吃)	高磷食物代表(不能吃)
<p>蛋白、豆漿</p> 	<p>蛋黃</p> 
<p>桃子、葡萄、木瓜、紅西瓜、文旦</p> 	<p>鮮奶、優酪乳、羊奶、蛋糕</p> 
<p>吳郭魚、白鯧、蛤蠣、豬里肌肉</p> 	<p>雞蛋豆腐、綠豆、紅豆、豆皮</p> 
<p>米苔目、甘薯、蓮藕粉、馬鈴薯、冬粉</p> 	<p>內臟、肉鬆、肉乾、火腿、香腸</p> 
<p>粉圓、粉粿、粉條、愛玉</p> 	<p>糙米、燕麥、胚芽米、薏仁、玉米</p> 
<p>紅蘿蔔、菠菜、洋蔥、空心菜</p> 	<p>花生、瓜子、腰果、葵花子、杏仁</p> 

參考資料來源：成大總院 9A
 製作單位：6W
 製作日期：111.04
 修訂日期：113.06
 DL-06-2-012

