

第5号 透析だより



☆秋も深まってまいりましたが、体調はいかがでしょう？

今回は**リンとカルシウム**について おたよりしていきます。

内容がもりだくさんなのでパート①とさせていただきます m(_)_m



リンはタンパク質の食品に多く含まれている物質で、食事・薬品でもっともコントロールしにくいものです。しかも、腎臓が悪くなると尿から排泄されないため、体内にたまってしまいます。

《リンが体にたまりすぎると…》

血液中のリンが高いと、リンを下げようと骨の中から、カルシウムがとけだします。この状態が続くと、骨粗しょう症や骨軟化症などの合併症が生じ、骨が弱くなって骨折しやすくなったり、変形して痛みが出たりします。

《どんな症状が出るの？》

- 骨痛、骨がもろく骨折しやすい、骨が変形する
- 体がかゆい
- 骨以外のところ(血管壁、関節、臓器、皮膚など)にカルシウムが沈着して痛みが出る、関節が動かしにくくなる など



《お薬の飲み方のポイント》

※高リン血症治療薬は、食べ物が胃の中にあるうちに服用することで食べ物と混ざり、リンの体への吸収を防ぎます。



[炭酸カルシウム、カルタン、ホスレノール]が処方されている方は**お食事直後または最中の服用を。**

○チュアフル錠について○

★ホスレノールチュアフルはそのまま内服すると効果が落ちるので、口の中で充分にかみ砕き、唾液または少量の水で飲み込むと効果的です (o)/

★ピートルチュアフルはかみ砕いても、かまずにそのまま水で飲み込んでも、どちらでも大丈夫です(・・)

[レナジェル、フォスフロック]が処方されている方は**お食事直前の服用**をおすすめします。



次号[リンとカルシウム]パート②でお食事についてなどの内容を予定しています ☺