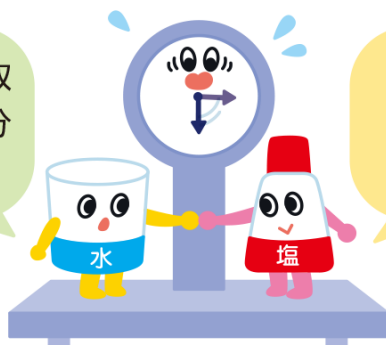


水分のとりすぎを防ぐには減塩が大切

①食塩と水分の関係

食塩を8.2g摂取
すると体重が水分
で1kg増えるよ



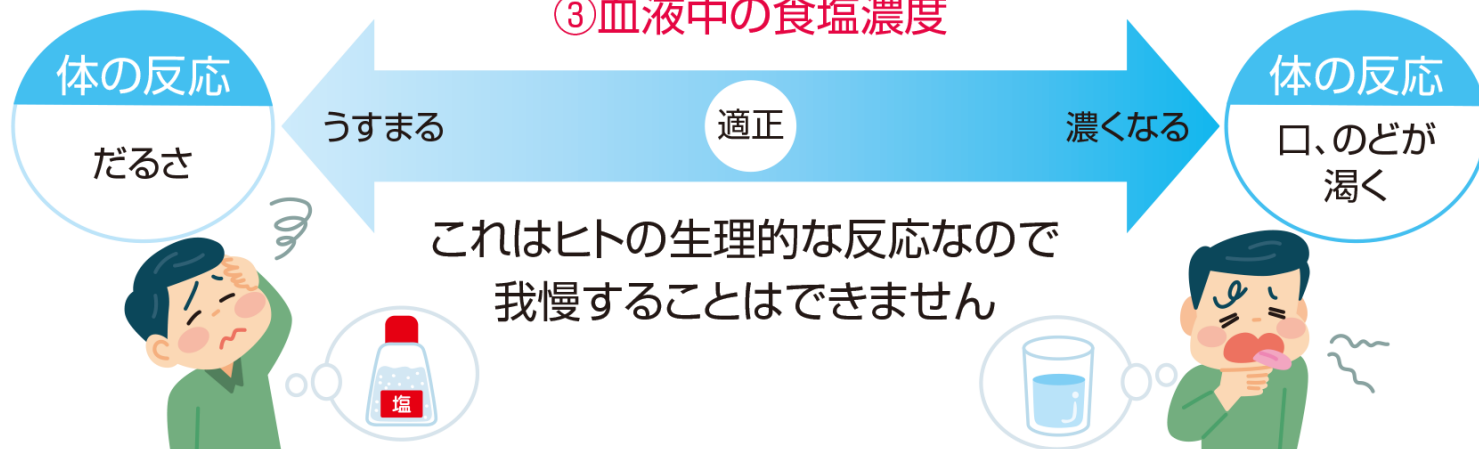
食塩の制限が水分
の制限にもつ
ながるんだね

②ヒトの体は とってもデリケート



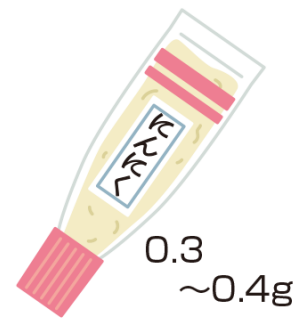
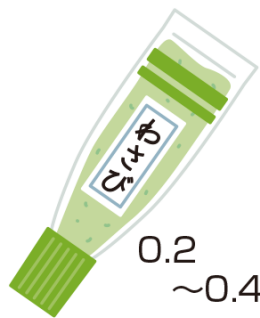
血液中の食塩
と水分の関係
がくずれると
体が正しく機
能しません

③血液中の食塩濃度

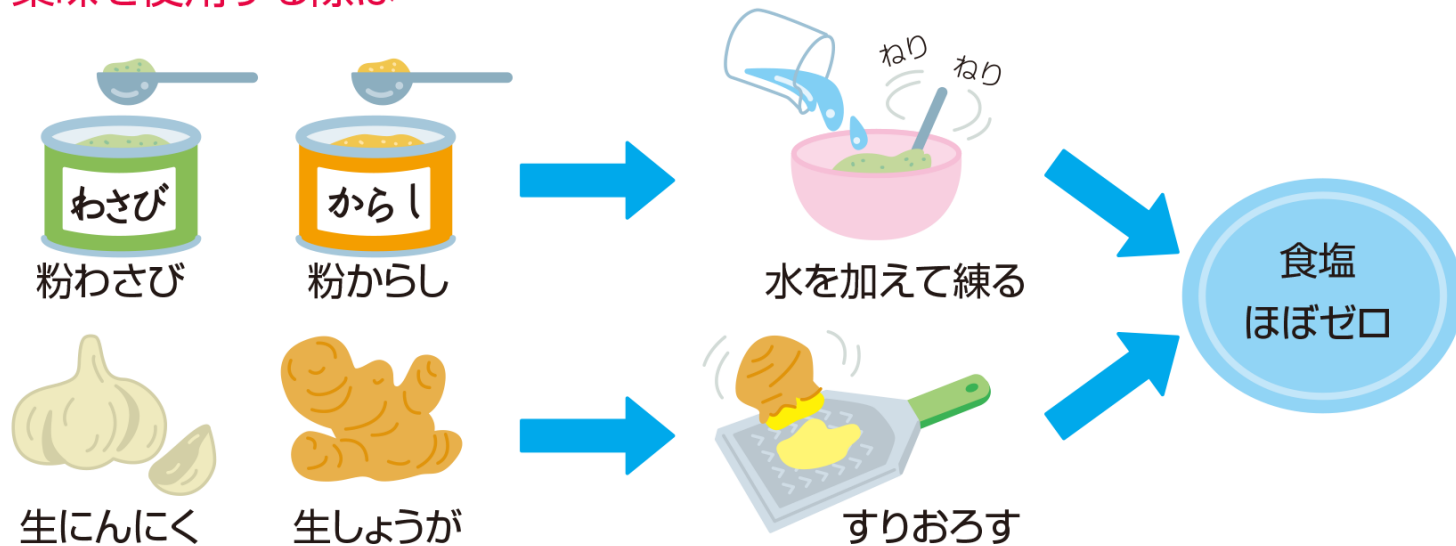


チューブ入り薬味の使いすぎに注意！

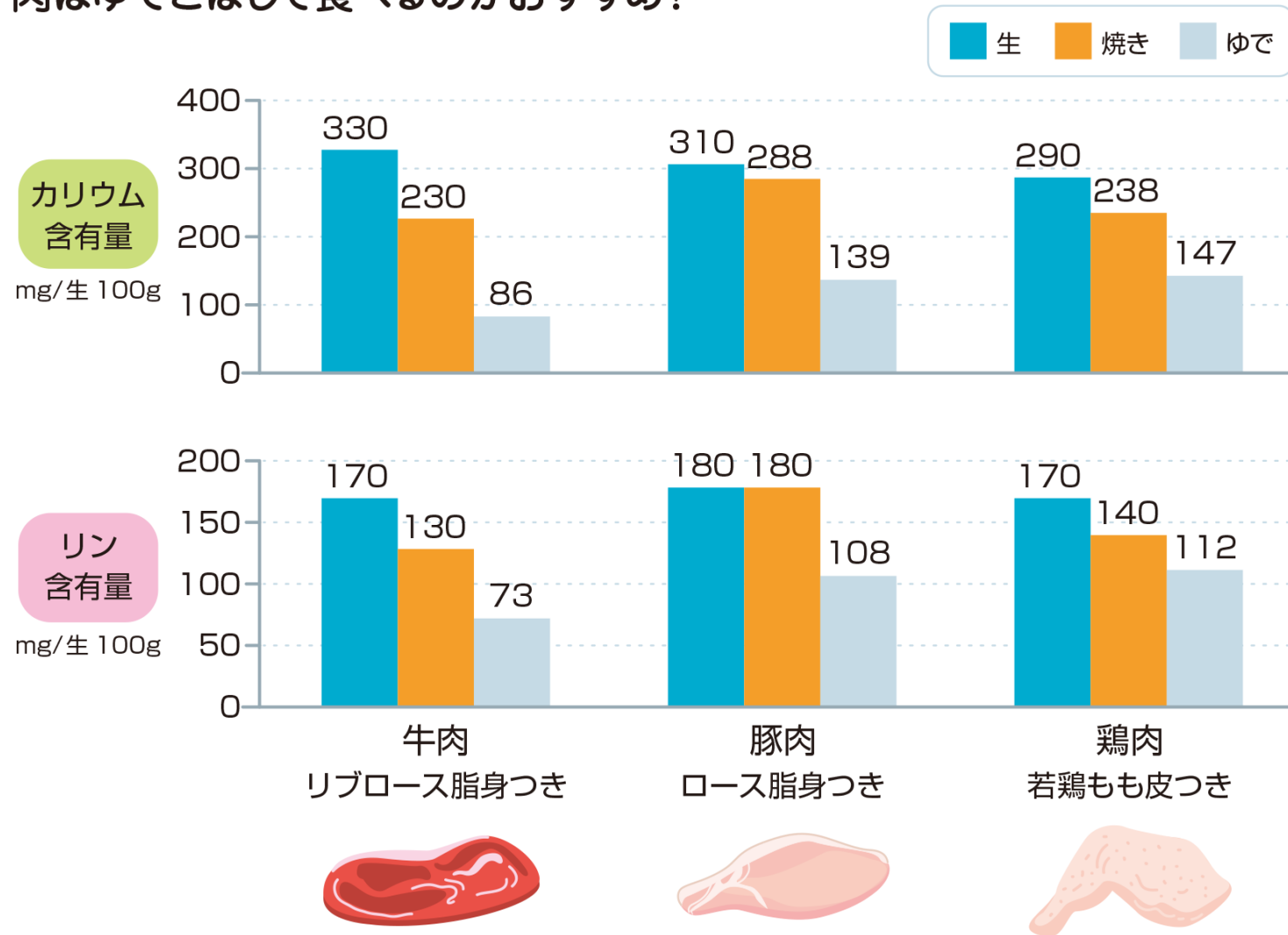
各5gあたりの食塩量






薬味を使用する際は



肉はゆでこぼして食べるのがおすすめ！



食品の種類によるリン吸収率の違い

食品の種類	植物性食品	動物性食品	添加物（加工食品に使われている）
			
リンの形態	フィチン酸 有機態	有機態	無機態
吸収率	20～40%	40～60%	90%以上

透析患者への指導効果
高リン血症の

栄養指導
通常の

- ・リンの適切な摂取量
- ・リンを多く含む食品など

添加物を
避ける



血清リン値 (mg/dL)

指導前

7.1±1.2

指導90日後

6.7±1.2

指導前

7.2±1.4

指導90日後

5.0±1.3