

肾功能不全的患者每天的代谢产物无法从尿中排泄，蓄积在体内所引发的一系列症状(如恶心、呕吐、血压增高、抽搐、昏迷、甚至死亡等)，医学上称之为尿毒症。肾功能不全饮食要注意什么？目前，尿毒症的治疗除了进行透析或作肾移植外，尚无其它选择。

中医认为，肾功能不全属关格、癃闭、肾气虚损等病范畴。发病均起于风邪湿热，病位在脾与肾。应以清热化湿、和胃降浊、活血化淤为主。下面介绍一下关于肾功能不全患者在饮食要求的建议。

肾功能不全饮食要注意什么？

1、保证充足的热量进食多糖、多维生素、低蛋白、无盐或低盐食物。常见的食物有：米、面、粉皮、藕粉。也可以不同方式进食葡萄糖蜂蜜、果汁、果糖、蔗糖等。

2、补充优质蛋白选食奶类、蛋类、鱼、禽、瘦肉等食物，既可保证必需氨基酸的供应，又可减少体内废物的堆积。

3、全面补充维生素补充大量的维生素，有助于促进毒素的代谢。患者可选择富含 B 族维生素和维生素 c、维生素 E 的食物，以及含钾和磷低的蔬果，如白菜、芹菜、菠菜、卷心菜、葡萄、西瓜、番茄等。

4、控制水分早期无水肿、尿量多时应多饮水，以利于排出尿素等蛋白质代谢产物。晚期有水肿、尿量少时，应按每天排出量酌情减少，以免加重水肿。

5、限制钠、钾、镁等矿物质摄入量患者应忌食咸菜、海味、腌制品等含钠盐较高的食物，以减轻肾脏负担。

肾功能不全的饮食，钙对慢性肾功能不全的病人来讲有着至关重要的作用。首先，钙盐是一种磷的结合剂，能降低肠道中磷的吸收，从而降低血磷，防止以血磷升高为发端的肾性骨病。其次，口服钙剂能补充低蛋白饮食下膳食中钙的不足，在肠内钙吸收较差的情况下维持血钙正常。钙剂还能在一定程度上纠正肾病患者常见的代谢性酸中毒，改善症状。

由于肾功能不全患者缺乏活性维生素 D 的羟化酶，所以虽然膳食摄入维生素 D 不一定少，但是身体却会缺乏维生素 D，造成肠内钙吸收少、骨骼矿化差、血钙水平低，故需补充具有活性的维生素 D。