

مددجوی گرامی:

این پمفلت در راستای افزایش اطلاعات شما جهت بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را باز یابید.

هایپر فسفاتمی

فسفات یک ماده شیمیایی است که در بدن یافت می شود. این ماده حاوی ماده معدنی به نام فسفر است که به طور طبیعی در بسیاری از غذاها وجود دارد. بدن برای تقویت استخوان ها و دندان ها، تولید انرژی و ساخت غشای سلولی به مقداری فسفات احتیاج دارد. کلیه ها به طور طبیعی میزان فسفات ها در بدن را کنترل می کنند و در صورت اختلال عملکرد کلیه ها قادر به از بین بردن فسفات اضافی بدن نیستند و باعث افزایش سطح فسفر در بدن می شوند. افزایش بیش از حد فسفات در خون به عنوان هایپر فسفاتمی (hyperphosphatemia) شناخته می شود که سطح بالای فسفات اغلب نشانه آسیب کلیه است.

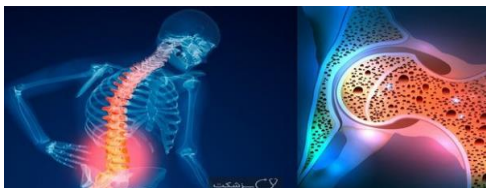
سطح فسفر سرم بیشتر از 4.6 mEq/L است.

چه چیزی باید در مورد فسفر بدانم؟

مقدار زیادی فسفر در خون کلسیم را از استخوان های شما می کشد. از دست دادن کلسیم ممکن است باعث ضعف و شکستگی استخوان ها شود. همچنین، فسفر زیاد ممکن است باعث خارش پوست شما شود. محدود کردن فسفر می تواند سخت باشد زیرا غذاهای حاوی فسفر، مانند گوشت و شیر، همچنین حاوی پروتئین مورد نیاز شما هستند. باید مراقب باشید که پروتئین کافی مصرف کنید. اما نه آنقدر که فسفر زیادی دریافت کنید. غذاهای فرآوری شده و بسته بندی شده حاوی مقادیر زیادی فسفر هستند. همچنین می توانید فسفر را به طور طبیعی در غذاهایی مانند مرغ، ماهی، آجیل، کره بادام زمینی، لوبیا، کولا، چای و محصولات لبنی پیدا کنید. معمولاً افرادی که تحت همودیالیز قرار می گیرند باید فقط $2/1$ فنجان شیر در روز داشته باشند. متخصص تغذیه کلیه شما اطلاعات ویژه تری در مورد فسفر به شما می دهد.

برای کنترل فسفر در خون بین جلسات همودیالیز، ممکن است لازم باشد که یک چسب دهنده فسفات مانند سولامر (Renvela)، استات کلسیم (PhosLo)، کربنات کلسیم (Fosrenol) یا کربنات کلسیم استفاده کنید. این داروها مانند کیسه های پلاستیکی با تاپ زیپ عمل می کنند. چسب فسفر فسفر را از غذا "مهر و موم" می کند و از طریق مدفوع به بیرون منتقل می کند تا فسفر وارد جریان خون نشود.

علائم هایپر فسفاتمی



♦ بدون علامت

♦ علائم اختلال زمینه ای از قبیل بیماری کلیوی

♦ ممکن است اختلال الکترولیتی دیگری همزمان وجود داشته باشد مثل هیپوکلسمی

بسمه تعالی

کد سند: ۷۲- PAM-CC

شماره ویرایش: ۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۲/۰۶



پارستان خاتم الانبیا تاسیسات

آموزش به بیمار

هایپر فسفاتمی در

بیماران دیالیزی

بیمارستان خاتم الانبیا تاسیسات

واحد آموزش به بیمار (بهار ۱۴۰۱)

غذاهایی که دارای فسفر زیاد هستند،

عبارتند از:

نان، شیر، نوشابه، گوشت قرمز، محصولات میان وعده، پنیرهای فرآوری شده، گوشت بسته بندی شده، وعده های غذایی یخ زده، مواد افزودنی و مواد نگهدارنده.

حفظ رژیم غذایی از غذاهای سالم حائز اهمیت است که پروتئین را با فسفر متعادل می کند برخی از این غذاها، عبارتند از:

مرغ، آجیل، لوبیا، ماهی، تخم مرغ



منبع: <http://medlineplus.gov>

آدرس کلینیک سلامت: طبقه پایین ساختمان اداری بیمارستان

تلفن: ۲۴۵۲۳۹۹۰-۱۵۴۵۱۵۴۵

در برخی از افراد مبتلا به بیماری مزمن کلیه، میزان بالای فسفات باعث افت سطح کلسیم در خون می شود.

علائم کلسیم پایین شامل موارد زیر است:

- راش
- خارش پوست
- استخوان های ضعیف
- درد استخوان و مفاصل
- گرفتگی عضلات یا اسپاسم
- بی حسی و سوزن زدن در اطراف دهان

اصلی ترین راه برای جلوگیری از هایپر فسفاتمی، کنترل سطح فسفات و کلسیم در بدن است. این کار معمولاً با خوردن غذاهای خاص و پرهیز از غذاهای محرک انجام می شود. غذاهای فرآوری شده اغلب حاوی فسفر به عنوان ماده نگهدارنده هستند که توسط ترکیبات PHOS نشان داده می شود. افرادی که بیمارهای زمینه ای مرتبط با هایپر فسفاتمی دارند بهتر است از خوردن این غذاها پرهیز کنند. از طرفی هم برخی غذاهای طبیعی مانند نخود فرنگی، شیر و کره بادام زمینی نیز حاوی مقادیر زیادی فسفر هستند که بیماران باید از خوردن آن خودداری کنند.