

認識腎性骨病變

由於腎功能嚴重衰退，經由食物吸收的磷會累積在體內而無法排除，造成血磷上升、血鈣降低及副甲狀腺素分泌增加。維生素 D3 缺乏會使腸道對鈣質吸收降低，加重低血鈣的發生。常期鈣磷不平衡，可能誘發副甲狀腺機能亢進，導致嚴重的骨病變。此外，過度使用含鋁的降磷劑造成鋁中毒亦會引起軟骨症。

一、如何預防腎性骨病變？

- (一) 飲食控制應儘量少吃含磷高的食物，如：蛋黃、海鮮類、糙米、麥、核桃、腰果、內臟、花生等。
- (二) 配合醫護人員的指導，正確的服用鈣片或胃乳片，來降低血磷。必要時服用維生素 D3，抑制副甲狀腺素分泌及副甲狀腺增生。
- (三) 如果使用維生素 D3 仍然無法降低副甲狀腺素，則可考慮做副甲狀腺切除。

二、如何正確的服用鈣片？

- (一) 吃的要對鈣片的服用是為了降低血中磷的濃度，先將鈣片磨成粉或剝成小塊小塊的，一邊吃飯一邊吃鈣片，才能使二者均勻混合，達到降低血磷的目的。如果只是單純補充鈣質，則應空腹服用。
- (二) 吃的劑量要適時調整，不是一成不變，這一餐吃的量少可以減少一些，吃的量多則可增加一些，如果還有吃宵夜的習慣，不要忘了也要吃鈣片。也就是隨所吃的食物量來增減鈣片的量。

資料來源：

楊智偉、黃尚志、楊五常等(1995)·台灣血液透析臨床診療指引·台北：台灣腎臟醫學會。
譚柱光、楊五常(2005)·人工腎臟·台北：力大。
黃志強(2006)·血液透析學·台北：合記。

護理部 編印

諮詢電話：22490088 轉 1111、2700