



透析病人高血磷護理指導（印尼文）

Hyperphosphatemia di dialisis panduan perawatan pasien

「高血磷」是透析病人最常發生，也最容易忽略的問題。對病人雖然不會有立即性的危險，但長期累積卻是造成透析併發症的重要原因。研究顯示，血清中磷值大於 6.5 mg/dl 時，死亡增加 27%，發生冠心症的比率亦增加 52%，皆顯示高血磷會造成透析病人的罹病率及死亡率增高。

Hyperphosphatemia pada pasien dialisis adalah yang paling sering terjadi, Hal ini juga masalah yang paling mudah diabaikan. Meskipun pasien tidak akan memiliki bahaya i, Tapi akumulasi jangka panjang merupakan penyebab penting dari komplikasi dialisis. Studi menunjukkan, Fosfor serum nilai lebih besar dari 6.5mg / dl, yang Kematian meningkat 27%, Tingkat terjadinya penyakit jantung koroner juga meningkat sebesar 52%, Hal ini ditampilkan penyebab hyperphosphatemia morbiditas dan mortalitas pada pasien dialisis meningkat

一、正常值：

Sebuah rentang normal:

病人已接受透析時，血鈣應維持 9.4~9.5 mg/dl，血磷可維持在 3.5~5.5 mg/dl，鈣磷乘積應小於 55 mg²/dl²。

Pasien yang sudah menerima dialisis, kalsium harus dipertahankan 9.4-9.5mg/dl, fosfor dapat dipertahankan pada 3.5-5.5mg/dl, produk kalsium-fosfat harus kurang dari 55mg²/dl².

二、高血磷的症狀：

Gejala hyperphosphatemia:

皮膚癢、骨頭病變、骨折、副甲狀腺功能亢進；全身性軟組織鈣化導致心血管疾病，增加死亡率。

Pruritus. Lesi tulang. patah tulang. Hipertiroidisme wakil. Sistemik kalsifikasi jaringan lunak menyebabkan penyakit kardiovaskular, peningkatan mortalitas.

三、引起血磷過高常見的因素：



Faktor umum yang menyebabkan fosfor yang terlalu tinggi:

1、吃過多高磷的食物（最主要原因），每日磷攝取量需控制在 800~1200 毫克內。

Seberapa tinggi makanan fosfor dimakan, asupan fosfor harian harus dikontrol di 800-1200 mg

2、磷結合劑服用方式錯誤：如未與三餐同時服用或外出用餐忘記服用磷結合劑。

Pengikat fosfat kesalahan administrasi: Jika Anda tidak mengambil dengan makanan sementara dining out atau lupa untuk mengambil pengikat fosfat

3、透析時間不足。

Dialisis memadai

4、續發性的副甲狀腺素亢進，（嚴重時需接受外科手術治療）。

Pembaharuan hipertiroidisme hormon paratiroid, mereka tunduk pada operasi kebutuhan parah

四、預防高血磷的方法：

Metode pencegahan hyperphosphatemia:

1、儘量避免吃高磷食物。

Cobalah untuk menghindari makan makanan fosfor tinggi

2、磷結合劑的使用：

Penggunaan pengikat fosfat:

目前台灣常見的磷結合劑為碳酸鈣（Calcium carbonate）或醋酸鈣（Calcium acetate），碳酸鈣一定要磨碎（粉）拌於食物中，因粉末與食物接觸面積大經由唾液咀嚼後降磷效果佳；若用醋酸鈣（Calcium acetate）及磷能解（Renagel）可於吃食物時整顆吞服，福斯利諾（Fosrenol）以粉末狀與食物同時進食，所有的磷結合劑不論正餐或點心宵夜都需服用，並依實務含磷量的多寡來調整劑量，例如這餐吃較多的高磷食物，可多增加一顆磷結合劑，下一餐吃的食物較少則減少一顆或半顆磷結合劑，如果磷值一直居高不下，

則可短暫的給予含鋁的製劑。

Saat ini, Taiwan fosfor umum agen pengikat adalah kalsium karbonat atau kalsium asetat, pastikan untuk campuran dalam tepung, makanan kalsium, karena bubuk dan bidang kontak makanan Dephosphorizing efek yang baik melalui air liur setelah mengunyah, jika menggunakan kalsium asetat dan Renagel, Menelan utuh dan makan makanan yang tersedia pada saat itu, Fosrenol dengan makanan dalam makanan bubuk, semua pengikat fosfat apakah makanan atau makanan ringan yang diperlukan untuk mengambil makan malam, menurut jumlah makanan dan jumlah fosfor untuk menyesuaikan dosis, Misalnya, makanan ini untuk makan lebih banyak makanan fosfor tinggi, multi-Cabang dapat menambahkan fosfor binder, makanan berikutnya akan makan lebih sedikit atau mengurangi pengikat setengah bintang fosfat, jika fosfolipid telah tinggi, hal ini dapat memberikan formulasi yang mengandung aluminium pendek

3、加強透析：

penguatan dialisis:

可延長透析時間、增加透析次數或增加人工腎臟的膜面積，來達成移除血磷的目的。

Memperpanjang durasi dialisis, meningkatkan jumlah dialisis atau meningkatkan luas membran ginjal buatan, untuk mencapai tujuan menghilangkan fosfor

五、高磷食物一覽表：

Daftar makanan fosfor tinggi:

	高磷食物 每100克食物含200~500毫克磷	超高磷食物 每100克食物含大於500毫克磷
穀物類	刀削麵、蕎麥、高纖米、燕麥	營養米、麥片、薏仁、糙米、養生麥粉、小麥胚芽



乾豆、種子及堅果類	凍豆腐、油豆腐、臭豆腐、干絲、豆腐皮、紅豆、綠豆、蠶豆、豆乾、杏仁果、花生、黃豆、開心果、山粉圓	黑豆、芝麻、乾蓮子、腰果、松子
肉及蛋類	雞肉、鴨肉、鴨賞、培根、香腸、洋火腿、臘腸、豬肉鬆、素肉鬆、豬肉乾、牛肉乾、各種蛋類、三明治火腿	豬肝、蛋黃、內臟類
水產食品類	黃魚、虱目魚、蝦仁、明蝦、魚鬆、海蟹、河蟹、鮑魚、紫菜、蚶子乾、乾海帶	干貝、蝦米、蝦皮、(乾)烏魚子、小魚乾、柴魚片、魚脯、小卷(鹹)
奶類及其它	煉乳、乳酪、健素糖	酵母粉、各種奶類、羊乳片、所有高湯類、各種罐頭食物

	Makanan tinggi fosfor Per 100 gram makanan yang mengandung 200-500 mg fosfor	Makanan ultra-tinggi-fosfor Per 100 gram makanan yang mengandung lebih dari 500 miligram fosfor
sereal	mi. soba. beras tinggi serat. haver	Beras gizi, oatmeal, barley, beras merah, tepung kesehatan, gandum
Kering biji kacang dan kacang-kacangan	Beku tofu, tahu goreng, tahu, Gansi, kulit tahu, kacang merah, kacang hijau, kacang-kacangan luas, tahu, almond, kacang tanah, kedelai,	Kacang hitam, biji wijen, biji teratai kering, kacang mete, kacang pinus



	pistachio, gunung lingkaran merah muda	
Daging dan telur	Ayam, bebek, bebek tur, bacon, sosis, ham, sosis, daging babi benang, Perdana benang, daging babi kering, dendeng, berbagai telur, ham sandwich	Hati, kuning telur, jeroan
hidangan laut	Ikan, bandeng, udang, udang, ikan benang, kepiting, kepiting, kerang, rumput laut, tiram sub-kering, rumput laut kering	Kerang, udang, udang, mullet roe, ikan kering, serpihan bonito, volume kecil
Susu dan lainnya	Kental susu, keju, gula dan kesehatan faktor	Ragi bubuk, semua jenis susu, tablet susu kambing, semua kelas saham, semua jenis makanan kaleng

高血磷是透析病人最常發生的，也是最容易忽略的，透析病人對高磷飲食的控制和磷結合劑正確服用是影響血磷控制最重要的因素，護理人員應秉持愛心、耐心幫助病人有效達到血磷控制，以降低高血磷的合併症，使病人都有良好的生活品質。

Hyperphosphatemia pada pasien dialisis adalah yang paling umum dan juga yang paling mudah diabaikan, pasien dialisis untuk mengontrol fosfor tinggi diet dan fosfat pengikat diberikan benar mempengaruhi faktor yang paling penting mengendalikan fosfor, perawat harus menjunjung tinggi cinta, kesabaran untuk membantu pasien efektif mencapai kontrol fosfor, untuk mengurangi komplikasi hyperphosphatemia, pasien memiliki kualitas hidup yang baik.



六、參考文獻：

王翠華、朱裕文、楊彰志、徐碧秀、曾淑芬、林裕峰（2006）。透析病人高血磷的治療。腎臟與透析，18（1），40-44。

吳紅蓮、曾進忠、黃建鐘、黃延君（2006）。成大醫院慢性腹膜透析病人對高磷飲食和磷結合藥物服用知識之研究。台灣營養科學，31（1），24-31。

Referensi:

Wang Cuihua, Zhu Yuwen, Yang Chang-chi, Xubi Xiu, Zeng Shufen, Lin Yufeng (2006). Hyperphosphatemia dalam pengobatan pasien dialisis. Dialisis ginjal, 18 (1), 40-44.

Wuhong Lian, yang Jinzhong, Huang Zhong, Huang Yanjun (2006). Rumah Sakit Universitas Nasional Cheng Kung pada pasien dialisis peritoneal kronis tinggi fosfor diet dan fosfat yang mengikat pengetahuan penelitian obat mengambil. Taiwan Ilmu Gizi, 31 (1), 24-31.