



透析病人高血磷護理指導（越南文）

Chứng tăng phosphate trong lọc máu dẫn chăm sóc bệnh nhân

「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。

Tăng phosphate huyết ở bệnh nhân lọc máu là thường xuyên nhất xảy ra, Đây cũng là vấn đề bị bỏ qua một cách dễ dàng nhất, Mặc dù bệnh nhân sẽ không có nguy hiểm tức thời, Nhưng tích lũy lâu dài là một nguyên nhân quan trọng của biến chứng thận. Nghiên cứu cho thấy, Phốt pho huyết thanh giá trị lớn hơn 6.5mg / dl, các Tử vong tăng 27% Tỷ lệ xuất hiện của bệnh tim mạch vành cũng tăng 52%, Nó được hiển thị tăng phosphate huyết nguyên nhân của bệnh tật và tử vong ở bệnh nhân lọc máu tăng

一、正常值：

Một phạm vi bình thường:

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。

Bệnh nhân đã nhận được lọc máu, canxi cần được duy trì 9.4-9.5mg / dl, photpho có thể được duy trì ở 3.5-5.5mg / dl, Sản phẩm canxi phosphat nên được ít hơn 55mg² / dl².

二、高血磷的症狀：

Triệu chứng tăng phosphate huyết:

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。

Ngứa. Tổn thương xương. gãy xương. Phó cường giáp. Hệ thống vôi hóa mô mềm dẫn đến bệnh tim mạch. tử vong tăng lên

三、引起血磷過高常見的因素：



Các yếu tố phổ biến gây phốt pho quá cao:

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。

Làm thế nào cao phospho thực phẩm ăn, Lượng phốt pho hàng ngày nên được kiểm soát trong 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。

Chất kết dính phốt lỏi chính: Nếu bạn không có những bữa ăn trong khi ăn ngoài hoặc quên uống chất kết dính phốt

3、透析時間不足。

Lọc máu không đầy đủ

4、續發性的副甲狀腺素亢進，（嚴重時需接受外科手術治療）。

Gia hạn cường giáp hormone tuyến cận giáp, họ có thể phẫu thuật cần nghiêm trọng

四、預防高血磷的方法：

Phương pháp phòng chống tăng phosphate huyết:

1、儘量避免吃高磷食物。

Cố gắng tránh ăn thực phẩm phốt pho cao

2、磷結合劑的使用：

Việc sử dụng các chất kết dính phốt:

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。

Hiện nay, Đài Loan thường phốt pho đại lý ràng buộc là canxi cacbonat hoặc canxi axetat, hãy chắc chắn để trộn vào bột, thực phẩm giàu calcium, bởi vì bột và diện tích tiếp xúc thực phẩm Dephosphorizing hiệu quả tốt thông qua nước bọt sau khi nhai, nếu sử dụng calcium acetate và Renagel, Nuốt chửng và ăn các thực phẩm có sẵn tại thời điểm, Fosrenol với thực phẩm trong thực phẩm dạng bột, tất cả các chất kết dính phốt dù bữa ăn hoặc đồ ăn nhẹ được yêu cầu để có bữa ăn tối, theo số lượng thức ăn và lượng phốt pho để điều chỉnh liều, ví dụ, bữa ăn này phải ăn nhiều thực phẩm phốt pho cao, nhiều chi nhánh có thể thêm một chất kết dính phốt pho, bữa ăn tiếp theo sẽ ăn ít hơn hoặc giảm bớt một chất kết dính sao nửa phosphate, nếu phospholipid đã cao, nó có thể cung cấp cho một công thức có chứa nhôm ngăn

3、加強透析：

Tăng cường lọc máu:

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。

Kéo dài thời hạn thẩm tách, tăng số lượng lọc máu hoặc tăng diện tích màng thận nhân tạo, Để đạt được mục đích của phospho loại bỏ

五、高磷食物一覽表：

Danh sách thực phẩm phốt pho cao:

	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	豬肝、蛋黃、內臟類



	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	
水產食品類	黃魚、虱目魚、蝦仁、明蝦、魚鬆、海蟹、河蟹、鮑魚、紫菜、蚵子乾、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

	Thực phẩm phốt pho cao Mỗi 100 gram thực phẩm có chứa 200-500 mg phốt pho	Thực phẩm siêu cao-phốt pho Mỗi 100 gram thực phẩm có chứa nhiều hơn 500 mg phốt pho
ngũ cốc	Mì, lúa mạch, lúa chất xơ, vênh váo	Gạo dinh dưỡng, bột yến mạch, lúa mạch, gạo nâu, bột sức khỏe, mầm lúa mì
Các loại đậu hạt và các loại hạt khô	Đông lạnh đậu hũ, đậu hũ chiên, đậu hũ, Gansi, tàu hũ ky, đậu đỏ, đậu xanh, đậu tằm, đậu phụ, hạnh nhân, đậu phộng, đậu nành, hạt dẻ cười, vòng tròn màu hồng núi	Đậu đen, hạt vừng, hạt sen khô, hạt điều, hạt thông
Thịt và trứng	Gà, vịt, các tour du lịch vịt, thịt xông khói, xúc xích, giăm bông, xúc xích, thịt lợn xía, Thủ xía, thịt lợn khô, thịt bò khô, một loạt các quả trứng, bánh mì kẹp thịt	Gan, lòng đỏ trứng, nội tạng
hải sản	Cá, cá măng, tôm, tôm, cá xía, cua, ghẹ, bào ngư, rong biển, hào phụ khô, rong biển khô	Sò điệp, tôm, tôm, cá đối trứng, cá khô, vảy cá ngừ, khối lượng nhỏ
Sữa và khác	Sữa đặc, pho mát, đường và sức khỏe yếu tố	Bột men, tất cả các loại sữa, máy tính bảng sữa dê, tất cả



các lớp học chứng khoán, tất cả các loại thực phẩm đóng hộp

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。

Tăng phosphate huyết ở bệnh nhân lọc máu là phổ biến nhất và cũng là cách dễ dàng nhất bị bỏ qua, bệnh nhân lọc máu để kiểm soát phốt pho cao chế độ ăn uống và phosphate chất kết dính được quản lý đúng cách ảnh hưởng đến các yếu tố quan trọng nhất kiểm soát phốt pho, y tá nên duy trì tình yêu, sự kiên nhẫn để giúp bệnh nhân hiệu quả đạt được kiểm soát phốt pho, Để giảm các biến chứng tăng phosphate huyết, bệnh nhân có một cuộc sống chất lượng

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。

Tài liệu tham khảo:

Wang Cuihua, Zhu Yuwen, Yang Chang-chi, Xubi Xiu, Zeng Shufen, Lin Yufeng (2006). Tăng phosphate huyết trong điều trị bệnh nhân lọc máu. Thận lọc máu, 18 (1), 40-44.

Wuhong Lian, người Jinzhong, Huang Zhong, Huang Yanjun (2006). Bệnh viện Đại học Quốc gia Cheng Kung ở những bệnh nhân thẩm phân phúc mạc mạn tính chế độ ăn uống-phốt pho cao và ràng buộc phosphate kiên thức nghiên cứu thuốc uống. Đài Loan Khoa học dinh dưỡng, 31 (1), 24-31.