

## 血液透析病人低白蛋白血症

### 1. 什麼是低白蛋白血症？

白蛋白是身體營養狀況的參考指標之一，而洗腎患者利用人工腎臟將身體多餘的廢物及水分排出，同時也將身體的營養素洗出，尤其是蛋白質，每次透析約會流失一兩肉的蛋白質，所以長期洗腎容易造成營養不良，血中白蛋白濃度若低於3.5 g/dl 就是低白蛋白血症。

### 2. 造成低白蛋白血症的原因？

引起低白蛋白的原因有許多，例如食慾不好造成營養素、蛋白質攝取減少，腎功能惡化引起蛋白質代謝增強，疾病因素引起蛋白質流失，及急性或慢性發炎情況都會嚴重影響血中白蛋白的濃度。

### 3. 低白蛋白血症的治療：

\*攝取充足的蛋白質：

每公斤1.2~1.4 公克高生理價的動物性蛋白質（優良的蛋白質），也就是說60公斤的人，需要的蛋白質為72 公克-84 公克，大概是7 兩的肉類，50 公斤的人大概需要6 兩的肉類，以此類推即為洗腎患者所需要的蛋白質量。

高生理價的動物性蛋白質如；雞蛋、牛奶、雞鴨魚肉類。多吃動物性蛋白質，牛奶、蛋、魚、雞肉類，具高生理價值；少吃或不吃植物性蛋白質食物例：紅豆、綠豆、蓮子、薏仁、花生、瓜子、毛豆、核桃、杏仁腰果、麵筋、麵腸。

製訂日期：2004/10/01

最新審閱日期：2023/05/26

最新修訂日期：2016/12/29

對於素食的人，黃豆製品（豆腐、豆乾、豆漿）亦提供了豐富的蛋白質來源。

注意：鮮奶240ml含7公克蛋白質，蛋一個含7公克蛋白質。因牛奶及蛋所含的磷較高，故須注意攝取量，牛奶可選用特殊的低磷奶粉或特殊營養品，至於蛋的攝取還要考慮是否有高膽固醇。

\*攝取足夠的熱量：來自於主食類和油脂類的攝取，每公斤體重35~45大卡。

\*定時接受透析治療。

\*要有適當的運動量及充足的休息和睡眠。

\*預防感染，養成良好衛生習慣。

桃新凡事用心  聯新國際醫院 桃新分院 對您無限關心

總機：03-3325678

預約專線：03-3326161