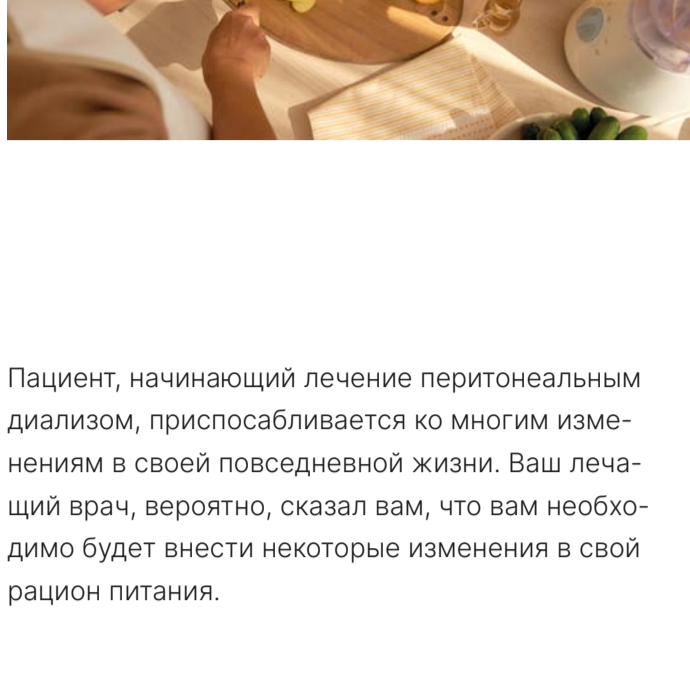




Межрегиональная общественная организация  
нефрологических пациентов

«НЕФРО–ЛИГА»

# ПИТАНИЕ И ПЕРИТОНЕАЛЬНЫЙ ДИАЛИЗ

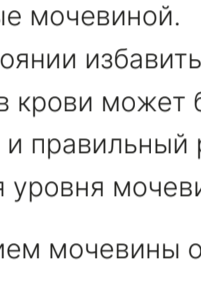


Пациент, начинающий лечение перитонеальным диализом, приспосабливается ко многим изменениям в своей повседневной жизни. Ваш лечащий врач, вероятно, сказал вам, что вам необходимо будет внести некоторые изменения в свой рацион питания.

## Почему вам придется придерживаться особого рациона?

**Потому что почки не в состоянии выводить из организма достаточное количество отработанных продуктов и жидкости. Важно, чтобы в вашем рационе было необходимое количество белка, калорий, витаминов и минералов. Диетолог поможет вам составить план питания, чтобы обеспечить необходимый баланс. Ниже представлены некоторые общие рекомендации:**

### Белок



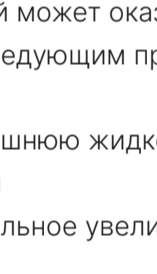
Белок необходим организму для роста, построения мышц и восстановления тканей.

После того как организм использует белок, содержащийся в продуктах питания, остаются продукты распада, называемые мочевиной.

Поскольку почки не в состоянии избавиться от мочевины, ее количество в крови может быть слишком высоким. Диализ и правильный рацион необходимы для снижения уровня мочевины.

Одновременно с выведением мочевины организм теряет белки, которые обычно остаются в крови. Чтобы восполнить потери, необходимо потреблять больше белка. Тип потребляемого белка также очень важен. В каждый прием пищи необходимо употреблять высококачественный белок. Он содержится в животных источниках, например, в яйцах, рыбе, курице и мясе. Необходимо ограничить содержание низкокачественного белка в рационе. Такой белок содержится в растительных источниках, например, в овощах и зерновых.

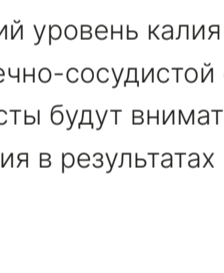
### Калории



Калории дают организму энергию. Одним из источников калорий является пища, которую вы едите. Другой источник – это глюкоза в диализирующем растворе, который может оказывать влияние на организм по следующим причинам:

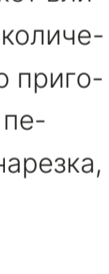
- выводит из организма лишнюю жидкость
- всасывается организмом
- может вызвать нежелательное увеличение веса.

### Калий



Калий – это минерал, содержащийся в продуктах питания в естественном виде, и его излишнее или недостаточное количество представляет собой опасность для сердечно-сосудистой системы. Много калия содержится в сухофруктах, сушеной фасоли и горохе, в орехах, мясе, молоке, фруктах и овощах, а также в заменителях соли. Поскольку как высокий, так и низкий уровень калия в организме опасен для сердечно-сосудистой системы, медицинские специалисты будут внимательно следить за уровнем калия в результатах анализов.

### Жидкости и соль



Натрий – это минерал, который содержится в продуктах питания в естественном виде и может влиять на артериальное давление. В больших количествах он содержится в продуктах быстрого приготовления, в поваренной соли, консервах и переработанных мясных продуктах (мясная нарезка, хот-доги, сосиски, бекон).

При перитонеальном диализе вы можете придерживаться своей обычной диеты. Контролируя содержание натрия, можно контролировать жажду и увеличение веса. Это также может снизить использование растворов с высоким содержанием глюкозы.

Врач подберет для вас подходящий диализирующий раствор, чтобы вы могли контролировать артериальное давление и количество жидкости в организме.

### Фосфор

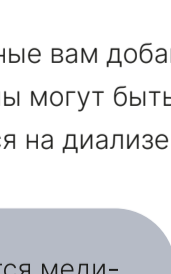


Фосфор – это минерал, присутствующий во всех продуктах питания. В больших количествах он содержится в молоке, сыре, орехах, сушеной фасоли и горохе.

Употребление в пищу продуктов с высоким содержанием фосфора приводит к повышению уровня фосфора в крови, что может вызвать вымывание кальция из костей. В результате кости становятся слабыми и хрупкими. Чтобы контролировать содержание фосфора в крови, вам может потребоваться прием фосфат-связывающих препаратов. Их следует принимать во время еды и перекусов в соответствии с предписаниями вашего лечащего врача. Диетолог может также дать вам информацию о белковых продуктах с низким содержанием фосфора.

## Витамины и минералы

В процессе диализа из организма вымываются некоторые водорастворимые витамины. Если вы не получаете все необходимые витамины и минералы из продуктов питания, вам может быть рекомендован прием витаминно-минеральных добавок.



Важно принимать только назначенные вам добавки. Некоторые витамины и минералы могут быть вредны для пациентов, находящихся на диализе.

Данный материал не является медицинским советом. Он предназначен только для информационных целей. Для получения конкретных рекомендаций по лечению обратитесь к врачу.

### Где можно получить дополнительную информацию

Сайт



YouTube

