

糖尿病性腎症の食事療法のポイント

基本は血糖管理

糖尿病食を基本とした食事療法で血糖管理に努めましょう。

食塩を制限

高血圧をとまなう場合には、食塩一日6g未満を目標に少しずつ減らしましょう。

腎機能の低下にとまなうたんぱく質制限

腎機能が低下してくると、たんぱく質の代謝産物が腎臓から十分に排泄できず体内にたまり、尿毒症になります。腎機能が低下したら、たんぱく質の摂取量を減らす必要があります。

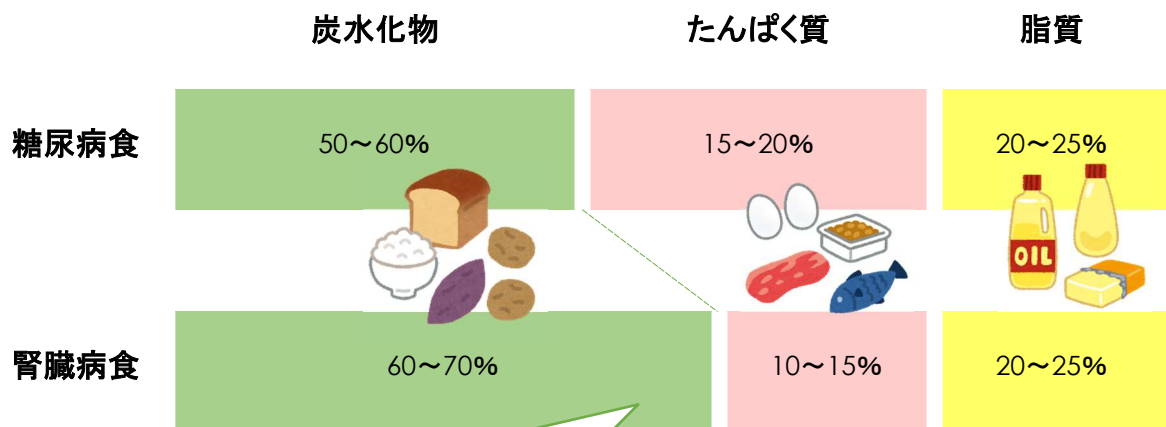
エネルギーの充足に工夫が必要

1gで4kcalのエネルギーを有するたんぱく質を減らすため、エネルギーの充足に炭水化物の摂取量を増やします。

必要に応じたカリウム、リンのコントロール

腎機能の低下によってカリウムやリンの排泄も少なくなります。たんぱく質を減らすことでカリウムやリンの摂取量も減るため、意識する必要はありませんが、血中のカリウムやリンの値が高い場合は摂取量を控える必要があります。

三大栄養素の割合



たんぱく質の割合を減らし、炭水化物の割合を増やす

場合により、低たんぱく質食品やエネルギー補助食品を利用する