

罹患腎臟病要吃什麼比較好？

文章來源:(方昱偉 醫師)

一旦知道自己有腎臟病以後，一定要耐心接受治療，並且以正確積極的態度面對。我常常對自己的患者衛教，治療腎臟病並沒有所謂特效藥或是偏方，而是一半靠醫師，一半要靠自己。所謂醫師的部分，當然就是配合病情處方藥物治療，然後定期回診、追蹤，一旦病情有變化時，要隨著病情做進一步治療和調整。而病患本身的部分則是遵從飲食的原則，很多人都知道飲食習慣和疾病有很大的關係，我在門診也常會有一些腎臟病人問我：吃什麼對腎臟比較好。其實我們應該反過來想：什麼不吃對腎臟比較好。我建議腎臟病病患應該減少攝取含有人工添加物的食品，因為這些食品添加物都含有一定程度的鹽分，而在腎臟功能不好的情況之下，過多的鹽分攝取會導致高血壓或是水腫的情形，進而對腎臟功能就會產生一定的影響。