

末期腎臟病人由於腎臟無法正常工作，磷無法排除而堆積在血中，造成高血磷症。磷離子的排泄量減少，血中磷酸根增加，鈣離子下降，加上活性維生素D3生成代謝障礙，鈣的吸收發生問題。長期鈣磷不平衡的狀況下，會導致皮膚發癢、嚴重骨骼病變及組織鈣化。

因此日常生活中應限制攝取含磷飲食，並配合使用降磷藥（磷結合劑），抑制腸道對磷的吸收，達到有效控制、提高生活品質。

血磷、血鈣正常值

- 血磷正常值：**3.5-5.5mg/dL**。
- 血鈣正常值：**8.4-9.5mg/dL**。
- 鈣磷數值的乘積：小於**55**。

高血磷常見的原因

- 吃太多高磷食物。
- 降磷藥（磷結合劑）服用方式錯誤。

- 外出用餐忘了攜帶或服用降磷藥 (磷結合劑)。

血磷增高時會出現的症狀

常會有骨頭痛、腰酸背痛、四肢無力、無法爬樓梯或坐著需要靠雙手支撐才可站立、發生骨折、皮膚癢、失眠、貧血等情形，更嚴重造成心律不整、心肌病變、心臟無力、血管硬化等。

高血磷對身體的影響

- 腎性骨病變：骨質疏鬆、骨折等。
- 次發性副甲狀腺機能亢進：食慾減退、噁心嘔吐等。
- 血管鈣化：中風、心臟病、動脈阻塞等。
- 組織鈣化：腎臟鈣化、皮膚搔癢、結膜炎等。

降磷藥物種類及正確服用方法

降磷藥物使用指南

降磷藥物種類	何時吃	要怎麼吃	副作用
氫氧化鋁膠錠 (Aluminum hydroxide)	飯中	咬碎效果較佳	便秘
碳酸鈣 (Calcium carbonate)	飯中	咬碎效果較佳	便秘、脹氣感
醋酸鈣 (Calcium acetate)	飯中	整顆吞服	噁心、嘔吐
磷減樂 (Sevelamer)	飯中	粉劑加水30mL用力攪拌, 30分鐘內喝完	嘔吐、噁心、 腹瀉
拿百磷 (Ferric citrate)	隨餐或餐 後立即服 用	整粒吞服	大便會變黑、 噁心、腹瀉
福斯利諾 (碳酸鑷) (Lanthanum carbonate)	隨餐或餐 後立即服 用	咬碎後吞服	腹脹、噁心

