



## リンと食事～高リン血症とは～

### 1. リンが排泄される仕組み

腎臓の機能が低下しているため、体内のリンが排泄できず、血中のリン濃度が高くなり、「高リン血症」が起こります。



透析で除去できるリンの量には限りがありますので、食事やお薬でリンをコントロールすることが大切です。

透析患者さん



食べ物からリンを摂取！

通常

腎臓の働きにより、尿中にリンは排泄され、体内にたまらないようになっています。

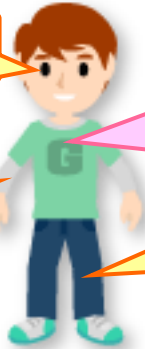
### 2. 高リン血症を放っておくと…

#### ①異所性石灰化を起こします！

リンとカルシウムが結合して体のあらゆる場所に沈着し、石灰化を起こします。

#### ☆異所性石灰化が起こりやすい場所

**眼の結膜**  
眼が赤く充血します。



**血管**  
動脈硬化を起こし、心血管疾患(心筋梗塞、狭心症、心不全、不整脈、脳梗塞、脳出血など)になりやすくなります。

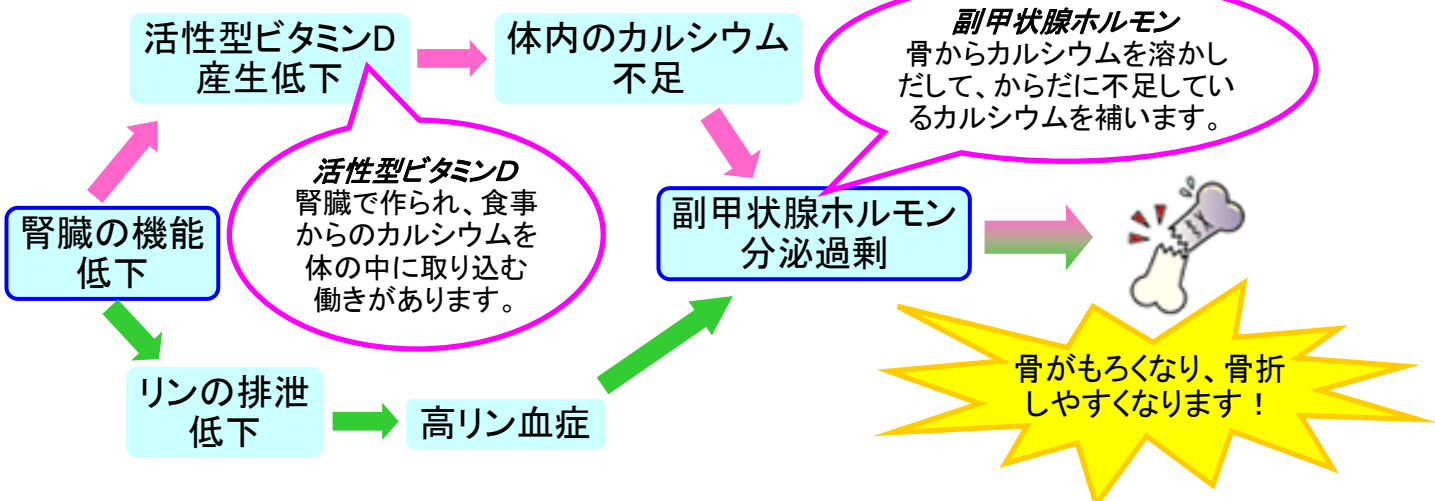
石灰化を予防するためにも、リンとカルシウムのコントロールが大切です！

**皮膚**  
かゆくなります。

**関節**  
関節が動かしくなくなり、関節痛が起こります。

	目標値
リン (mg/dl)	3.5～5.5
カルシウム (mg/dl)	8.4～9.5

#### ②二次性副甲状腺機能亢進症を起こします！



症状があらわれなくても知らない間に進行していきます！食事でリンのコントロールを！

★次回は、食品に含まれるリンについて紹介します★