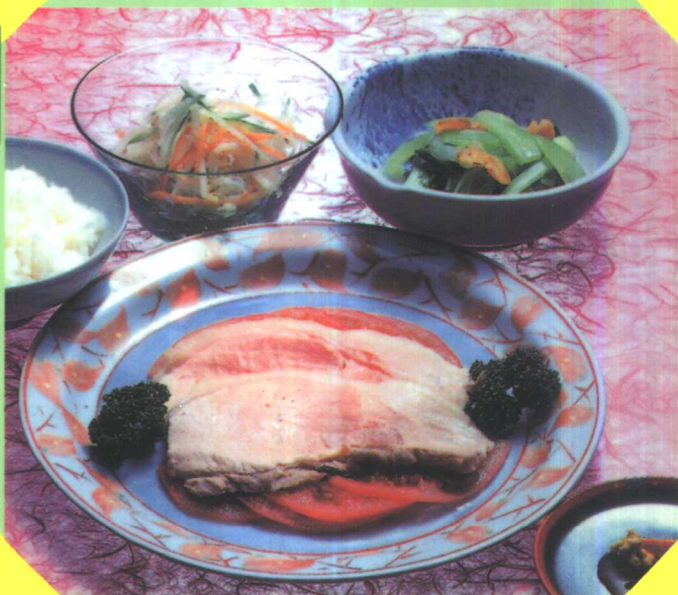


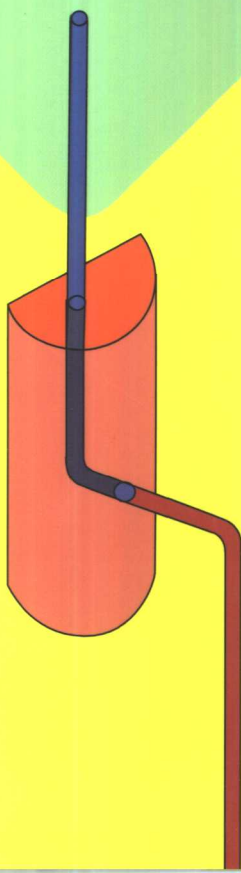
现代疾病的营养资讯



血液净化治疗

患者的饮食

〔日〕酒井纠 等著
杨辉中 译



天津科技翻译出版公司

● 现代疾病的营养资讯丛书

血液净化治疗患者的饮食

【日】酒井 纠 等著
杨辉中 译

· 天津科技翻译出版公司 ·

著作权合同登记号:图字:02-2001-5

图书在版编目(CIP)数据

血液净化治疗患者的饮食/(日)酒井纠等著;杨辉中译. —天津:天津科技翻译出版公司,2001.9

(现代疾病的营养资讯丛书)

书名原文:血液净化治療の人の食事

ISBN 7-5433-1342-1

I. 血... II. ①酒... ②杨... III. 肾疾病—血液透析—饮食卫生
IV. R692

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 041943 号

Copyright © KAGAWA NUTRITION UNIVERSITY Publishing Division

授权单位:日本女子营养大学出版部

出版:天津科技翻译出版公司

出版人:邢淑琴

地址:天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码:300192

电话:022-87893561

传真:022-87892476

E-mail: tstitbe@public.tpt.tj.cn

印刷:天津宝坻第二印刷厂

发行:全国新华书店

版本记录:880×1230 32 开本 4.5 印张 250 千字

2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷

印数:1—5000 册

定价:18.00 元

(如发现印装问题,可与出版社调换)

● 血液净化治疗患者的饮食

● 脑血管疾病患者的饮食

● 糖尿病患者的饮食

● 高脂血症患者的饮食

● 高血压病患者的饮食

● 胃肠炎·溃疡病患者的饮食

● 肝炎·肝硬化患者的饮食

● 癌症患者术后的饮食

● 肾病患者的饮食

● 贫血患者的饮食

● 过敏症患者的饮食

● 胃肠手术后患者的饮食

● 动脉硬化患者的饮食

● 胆石症·胆囊炎·胰腺炎患者的饮食

● 便秘·腹泻·痔患者的饮食

● 心脏病患者的饮食

目 录

一日食谱

血液透析的一日食谱①	4→98
血液透析的一日食谱②	6→100
血液透析的一日食谱③	8→102
血液透析的一日食谱④	10→104
血液透析的一日食谱⑤	12→106
血液透析的一日食谱⑥	14→108
血液透析的一日食谱⑦	16→110
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱①	18→112
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱②	20→114
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱③	22→116
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱④	24→118
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱⑤	26→120
儿童的 CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱①	28→122
儿童的 CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱②	30→124

菜肴集锦

富含铁及高蛋白菜肴	32→34
低蛋白富含铁的菜肴	36→38
补钙的简易菜肴	40→42
节日餐①	44→46
节日餐②	48→50
补充热量的加餐点心	52→54
控制甜度的点心	57→58
快速制作的菜肴	61→62

· 医生的话 ·

血液净化治疗后的饮食管理	64
肾脏的机能	65
接受血液净化治疗者的饮食	68
肾衰竭患者的饮食规定	70
血液净化治疗中的饮食管理	73
血液透析	74
腹膜灌洗(CAPD)	77
幼儿长期透析患者的管理	81

· 营养师的话 ·

血液净化治疗期间的饮食要点	84
在医师与营养师的指导下	84
实施血液透析疗法期间的饮食要点	84
实施持续性腹膜透析法期间的饮食要点	91
糖尿病患者及小儿透析者的饮食要点	92
如何在外就餐	92
预防并发症的饮食要点	94
家庭饮食指导	126
血液透析④的晚餐食谱	126
血液透析⑤的晚餐食谱	128
血液透析⑦的晚餐食谱	129
CADP ②的晚餐食谱	130
CADP ⑤的晚餐食谱	131
预防疾病的四组分数法的基本内容	132
何谓四组分数法	132
80 千卡 = 1 分 用分数确定符合自己的量	135
一·二·三组 3·3·3 分是基础	135
根据性别、年龄调节第四组食品	136
即使家里有病人也可以应用的四组分数法	136
血液净化治疗病人的膳食一览	138
标准计量杯、汤匙、秤的使用方法	142

● 现代疾病的营养资讯丛书

血液净化治疗患者的饮食

【日】酒井 纠 等著
杨辉中 译

· 天津科技翻译出版公司 ·

目 录

一日食谱

血液透析的一日食谱①	4➡98
血液透析的一日食谱②	6➡100
血液透析的一日食谱③	8➡102
血液透析的一日食谱④	10➡104
血液透析的一日食谱⑤	12➡106
血液透析的一日食谱⑥	14➡108
血液透析的一日食谱⑦	16➡110
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱①	18➡112
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱②	20➡114
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱③	22➡116
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱④	24➡118
CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱⑤	26➡120
儿童的 CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱①	28➡122
儿童的 CAPD(腹膜灌洗)的一日食谱②	30➡124

菜肴集锦

富含铁及高蛋白菜肴	32➡34
低蛋白富含铁的菜肴	36➡38
补钙的简易菜肴	40➡42
节日餐①	44➡46
节日餐②	48➡50
补充热量的加餐点心	52➡54
控制甜度的点心	57➡58
快速制作的菜肴	61➡62

· 医生的话 ·

血液净化治疗后的饮食管理	64
肾脏的机能	65
接受血液净化治疗者的饮食	68
肾衰竭患者的饮食规定	70
血液净化治疗中的饮食管理	73
血液透析	74
腹膜灌洗(CAPD)	77
幼儿长期透析患者的管理	81

· 营养师的话 ·

血液净化治疗期间的饮食要点	84
在医师与营养师的指导下	84
实施血液透析疗法期间的饮食要点	84
实施持续性腹膜透析法期间的饮食要点	91
糖尿病患者及小儿透析者的饮食要点	92
如何在外就餐	92
预防并发症的饮食要点	94
家庭饮食指导	126
血液透析④的晚餐食谱	126
血液透析⑤的晚餐食谱	128
血液透析⑦的晚餐食谱	129
CADP ②的晚餐食谱	130
CADP ⑤的晚餐食谱	131
预防疾病的四组分数法的基本内容	132
何谓四组分数法	132
80 千卡 = 1 分 用分数确定符合自己的量	135
一·二·三组 3·3·3 分是基础	135
根据性别、年龄调节第四组食品	136
即使家里有病人也可以应用的四组分数法	136
血液净化治疗病人的膳食一览	138
标准计量杯、汤匙、秤的使用方法	142



早餐

火腿青菜鸡蛋糕
烤面包夹人造黄油与果酱
水果冻

● 即使面包也有1克的盐，所以菜肴中少放盐。这套早餐因为有黄油、葡萄酒的味道，即使盐很少也有浓郁的香味。水果冻是市场出售的，比手工做的水分多，可以滋润嗓子。

午餐

油炸牡蛎
海藻色拉·柠檬风味
山药 米饭

● 调味面糊以番茄味儿为主，与米饭的味道相配。配上山药泥，代替汤菜。





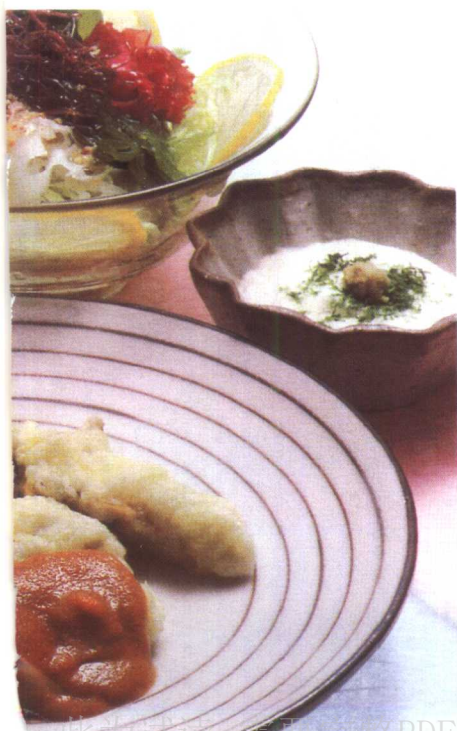
煮猪肉·添加芥末酱油

虾干炒青梗菜

醋拌三色菜和粉丝(中国风味的凉菜)

米饭

●即使是100克猪肉,经过水煮后也会使其呈现出清淡的味道。将含少量盐的酱油做成调味汁,可以品尝到酱油味儿,醋拌凉菜即使没有盐味儿也会令人满意。



●按四组分数法计算的营养值

	♠	♥	♣	♦	合计
早餐	1.0	0.5	0.4	6.6	8.5
午餐	0.4	0.9	0.6	7.8	9.7
加餐					
晚餐	0.0	2.9	0.4	5.0	8.3
计	1.4	4.3	1.4	19.4	26.5



烤鸡胸脯肉
凉拌芝麻菠菜
什锦豆
米饭



为防止早饭千篇一律，要有什锦豆那样的常备菜。不过，其味道往往偏咸，作为主菜的鸡肉，只有海苔一点盐分便可。

早餐

午餐

油炸三明治
番茄汁炒通心粉
醋渍紫卷心菜
俄罗斯茶



肉馅、鸡蛋、青菜和很多配料构成的三明治一起油炸，其热量很高。副菜是甜醋味的话，吃起来会很清淡。





晚餐

烤鲱鱼
鸡蛋羹
炒土豆和扁豆
米饭



不放盐烤鱼，烤出来比较新鲜。比起清淡的（肉白的）鱼，脂肪多的青背鱼，即使放盐少也不会令人不满。因为青背鱼本身味美又香。鸡蛋羹有汤汁的味道，没有清汤也可以。



●按四组分数法计算的营养值

	♠	♥	♣	♦	合计
早餐	0.0	1.1	0.6	4.5	6.2
午餐	0.7	1.7	0.4	8.6	11.4
加餐					
晚餐	0.5	2.9	0.6	4.4	8.4
计	1.2	5.7	1.6	17.5	26.0



烤饼
凉拌奶酪和橙子
甜柠檬

● 您也许对许久未吃的新鲜水果感到惊喜。做一些色拉，即使量少也会显得菜量很多。

早餐



午餐

烧烤虹鳟
炒什锦青菜
煮绿紫苏
米饭

● 将柠檬放入虹鳟鱼肚子里烧烤，河鱼特有的腥气也消失了，清淡可口。将柠檬装入鱼肚里，产生清爽的口味，令人食欲大增。



晚餐

什锦中华冷面条 油炸茄子拌酱油 杏仁豆腐

冷面在食欲下降的夏天食用最适合。放入足够的肉、青菜，营养丰富。作料是芝麻风味的，即使味淡也可口。也能补充铁。



● 按四组分法计算的营养值

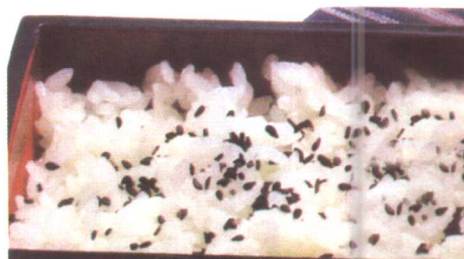
	♠	♥	♣	♦	合计
早餐	1.2	0.0	0.3	4.3	5.8
午餐	1.1	2.0	0.6	4.8	8.5
加餐					
晚餐	0.6	1.2	0.6	9.8	12.2
计	2.9	3.2	1.5	18.9	26.5



腌小竹荚鱼
南瓜汤
面包夹人造黄油和果酱

● 无论是腌泡汁还是浓汤,即使多用油,也不会令人感到油腻,而且这种菜热量高。不论哪一个菜在前一晚上做好,转天早上便可尽情享受。

早餐



午餐

炸猪肉 煎鸡蛋
煮芋头和胡萝卜 芝麻米饭

● 盒饭里装满五颜六色的饭菜,营养均衡。米饭里配有紫菜、芝麻,补充铁。





晚餐

什锦炒饭
油炸豆腐
拌油菜花和山榆菜
奶油拌草莓



定量的鱼、肉、蔬菜混合做成的炒饭，非常清淡可口。有少量山榆菜提味，即使整个食谱的盐分不多，也能满足口味。



●按四组分数法计算的营养值

	♠	♥	♣	♦	合计
早餐	0.6	0.9	0.5	7.1	9.1
午餐	1.0	0.9	0.6	6.0	8.5
加餐					
晚餐	1.0	0.9	0.6	6.7	9.2
计	2.6	2.7	1.7	19.8	26.8