

腎臟病人的骨頭保衛戰！

為什麼腎不好，骨頭也會生病？





唉...最近皮膚好癢，
走路骨頭又痠痛，
是老了嗎？

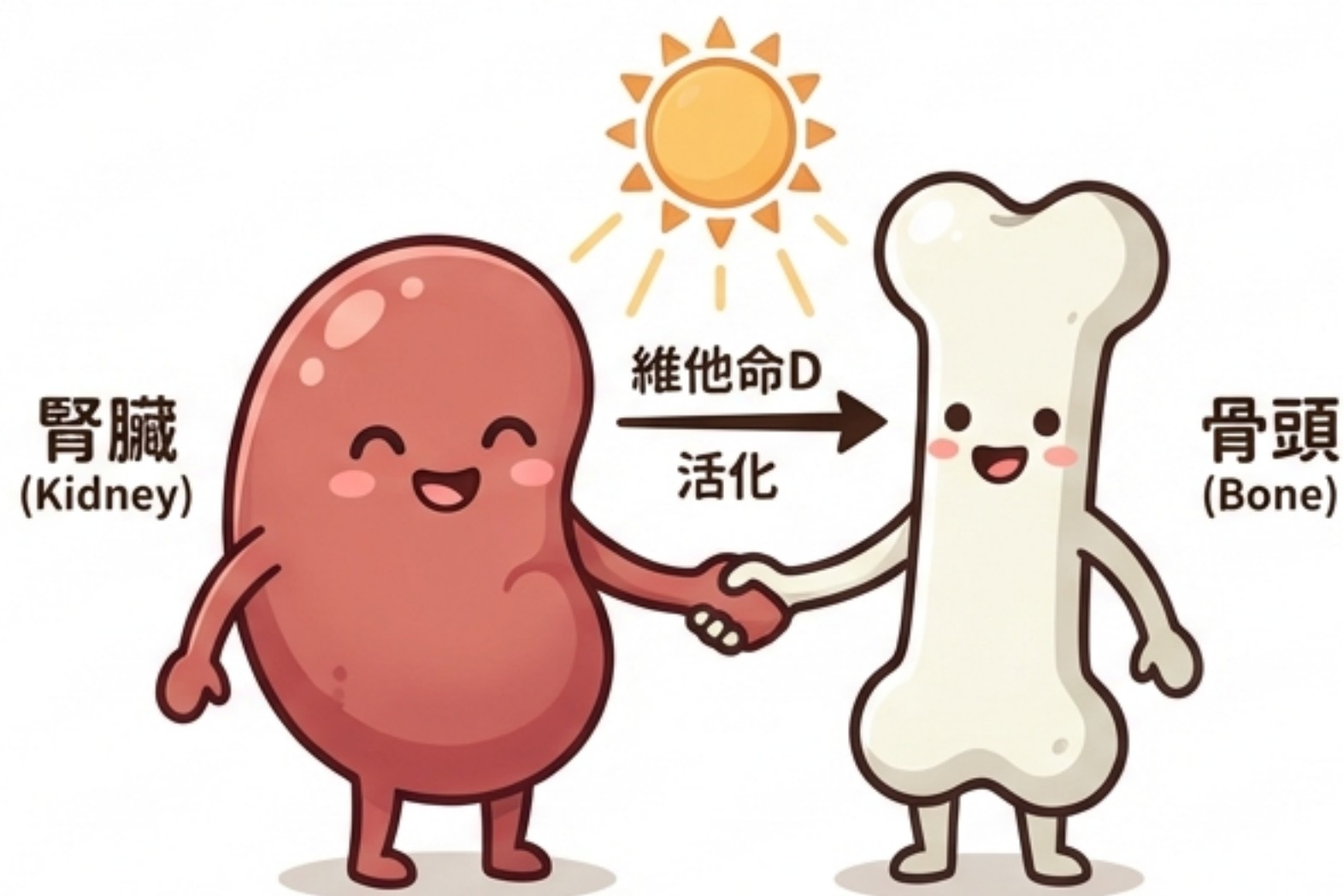
偷吃一點甜點
沒關係吧？

**等一下！這些症狀可能是
「腎性骨病變」的警訊喔！**



骨頭在喊
救命啦！

腎臟不只是排尿，它還是骨頭的好朋友！



腎臟負責活化維他命D，幫忙骨頭吸收鈣質。

腎功能下降時，過多的「磷」
排不出去，累積在體內。



高磷會導致低鈣！

這時身體為了平衡，會派出「**副甲狀腺激素(PTH)**」
去溶蝕骨頭，把**鈣質**挖出來！



1. 骨質疏鬆、骨折

2. 皮膚搔癢

3. 血管鈣化



1. 骨質疏鬆、骨折

2. 皮膚搔癢

3. 血管鈣化

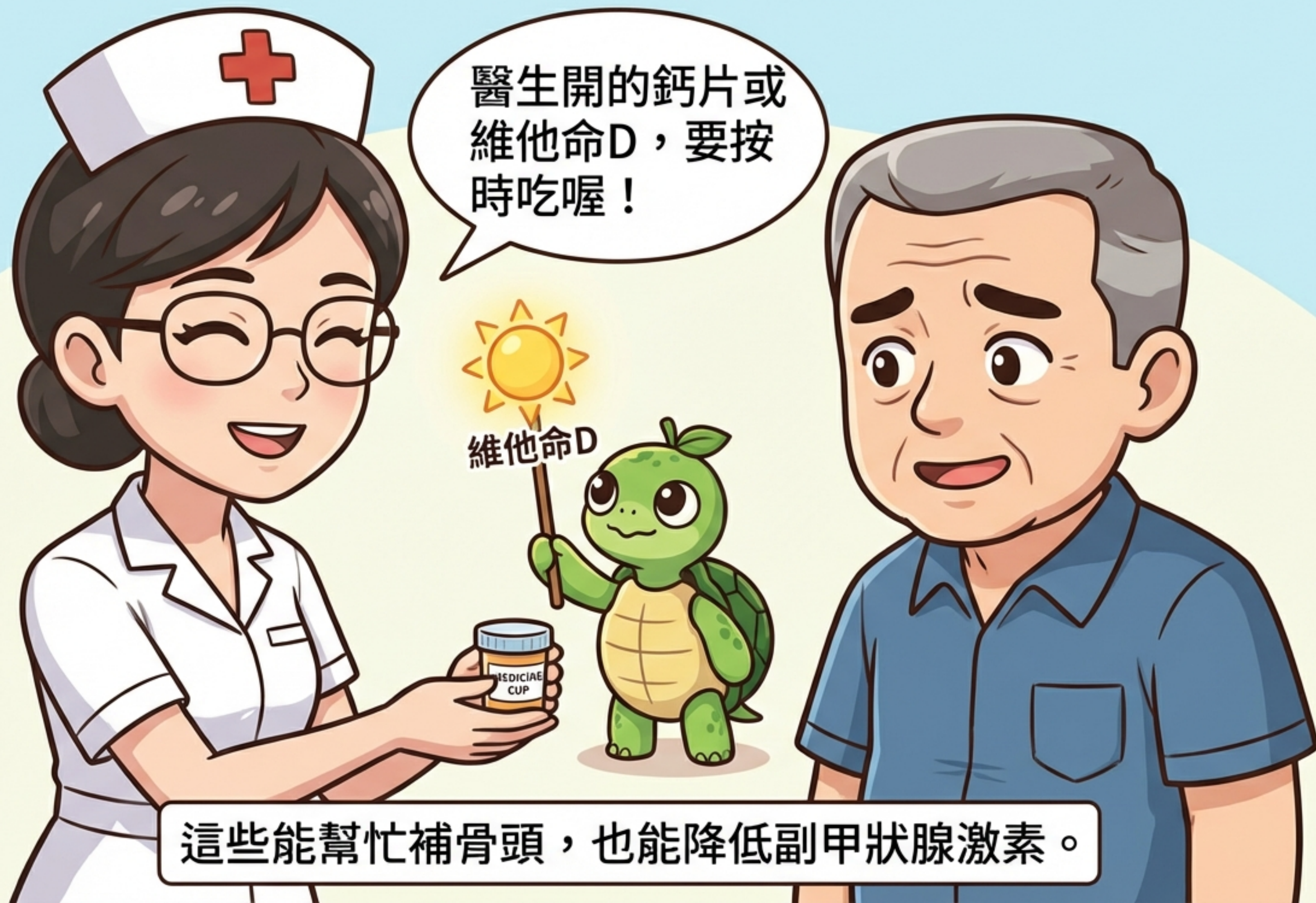


原來我的飲食習慣會害了骨頭...

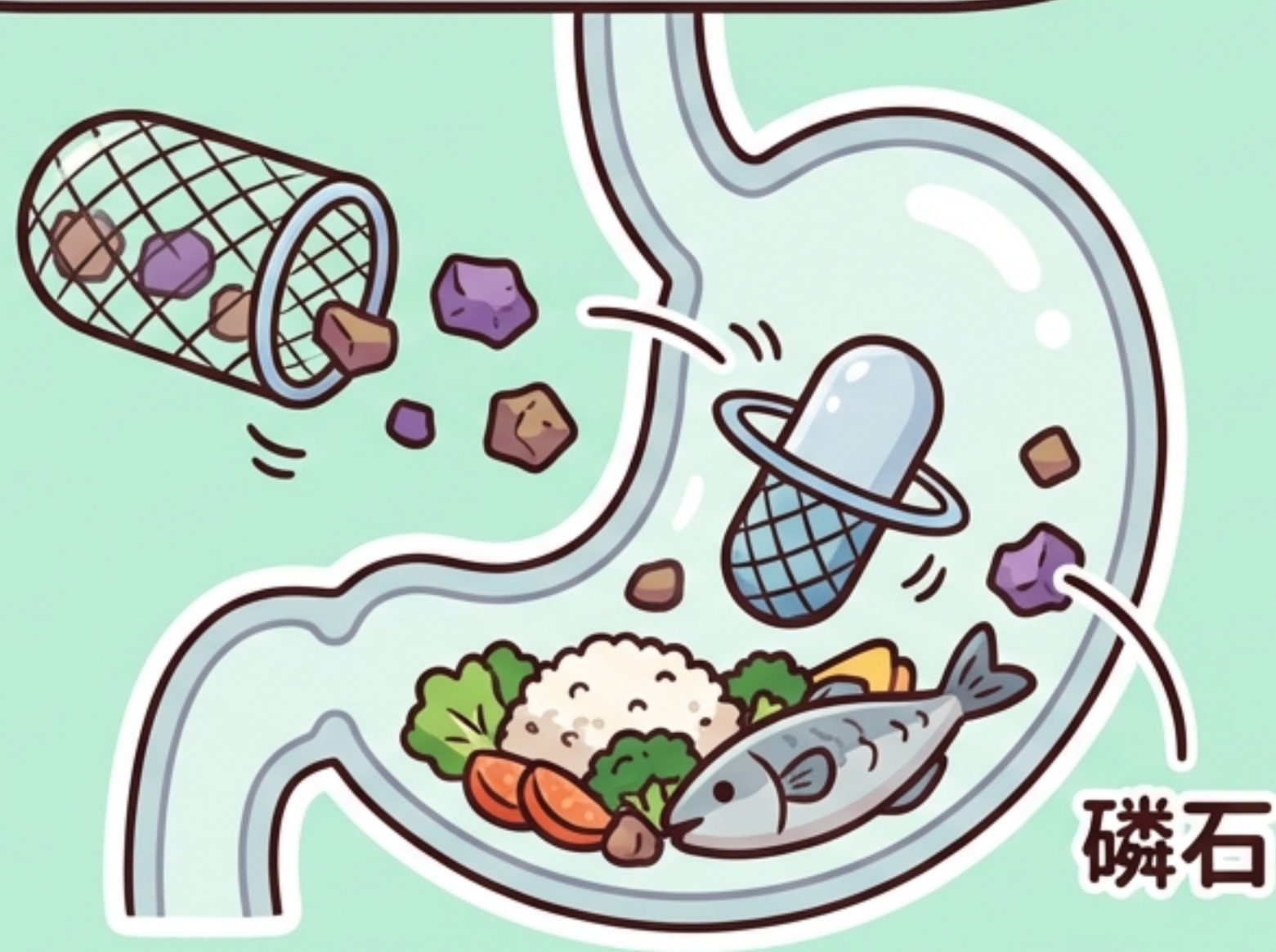
阿嬤，我們要少吃
加工食品（高磷），
多吃天然食物喔！

加工肉品、內臟、堅
果、碳酸飲料要忌口。





如果有吃「降磷劑」，
記得要隨餐咬碎吃，
把食物裡的磷「抓」住！



定期抽血檢查：鈣(Ca)、磷(P)、副甲狀腺素(PTH)。



讓我們一起監控數值，保護骨頭健康！

顧好腎臟，骨骼強壯！



有問題記得隨時諮詢您的醫療團隊喔。