

# 腎友

# 限磷



## 撇步

### 不吃加工食品



貢丸



漢堡排



泡麵



可樂



巧克力



麵包

### 避免乳製品



鮮奶



起司



調味乳



養樂多



優格

### 少吃全穀、堅果類



糙米飯



五穀飯



薏仁



花生



開心果



腰果

### 避免內臟、海鮮類



腰子



草蝦仁



小魚乾



豬心



豬肝



吻仔魚



營養師小叮嚀：

1. 隨餐服用磷結合劑，更能有效降磷喔！

2. 相關飲食問題，請洽營養諮詢門診05-2756000\*1653

參考資料：章樂綺總校訂(2022)·實用膳食療養學(五版)·台北：華杏

20230630營養室制定