

Veseelégtelenség (idült) diétás kezelése

Idült veseelégtelenségben a vese kiválasztó-képessége csökken, emiatt a szervezet nem tud kellő gyorsasággal megszabadulni a fehérjék bomlástermékeitől. A diéta legalapvetőbb célkitűzése tehát - minimálisra csökkenteni a fehérjék bomlástermékek mennyiségett, azaz csökkenteni a táplálék összfehérje tartalmát. Ezen belül azonban az elfogyasztott kevés fehérje túlnyomórészt teljes értékű aminosavakat tartalmazzon.

A fogyasztható fehérje mennyisége a betegség tüneteitől, előrehaladottságától függően 18 - 40 gramm/nap lehet, ez az egészséges ember napi átlagos 70 gramm fehérjefogyasztásához viszonyítva jelentős megszorítás. Miután az értékes, esszenciális aminosavakat tartalmazó fehérjék az állati eredetű fehérjék közül kerülnek ki, nyilvánvaló, hogy inkább a növényi eredetű fehérjék fogyasztását kell csökkenteni.

Legértékesebb a tojás, (egy tojásban 5 gramm fehérje van), ezután a tej és tejtermékek, majd a húsok és húskészítmények következnek (1 deciliter tejben 3 gramm, 100 gramm sertéshúsban 20 gramm, 100 gramm tűróban 18 gramm fehérje van).

Magas vérnyomással és vizenyőképződéssel járó állapotban sóssegény diétára is szükség van, de ha nincsenek ilyen panaszok, az ésszerű sózás megengedett.
