



LEO Pharma A/S  
Industriparken 55  
DK — 2750 Ballerup

Phone +45 4494 5888  
Fax +45 7226 3323  
[www.leo-pharma.com](http://www.leo-pharma.com)

LEO®

LEO® ET-2014-01+06 ©LEO Pharma A/S. CVR. NO. 5675 95 1 - APRIL 2014.

## Diæt ved nyresygdom

FOSEFAT



Fosfat er en vigtig bestanddel af hud, knogler og andet væv. Fosfat findes i kosten og udskilles i nyrerne. Når nyrerne svigter nedsættes udskillelsen, og fosfatindholdet i blodet stiger. For meget fosfat kan give hudkløe, virke skadeligt på knoglevæv og også fremme forkalkningen af kroppens blodårer (åreforkalkning).

Åreforkalkning medfører en øget risiko for blodpropper i hjernen, hjertet og benene.

Af hensyn til hud, knogler og blodkar er det derfor vigtigt, at blodets indhold af fosfat ikke stiger for meget.

*Marianne Rix, København 2014*

*Pjecen er revideret i marts 2014 af kliniske diætister  
Anne Winsnes Rasmussen, Jette Thomsen Fabricius,  
Anette Damsgård Koch og Ulla Jakobsen.*

Der er fosfat i meget af den mad, vi spiser. At undgå fosfat i kosten er ikke muligt, men mængden kan begrænses.

I mange tilfælde er få ændringer nok til at nedsætte blodets indhold af fosfat.

#### Prøv at være opmærksom på:

- At drikke mindre mælk, spise mindre ost og færre surmælksprodukter som yoghurt, cultura, ymer og lignende. Den daglige mængde bør ikke være mere end cirka 1,5 dl drikkemælk eller 1,5 dl surmælksprodukt eller en skive ost.
- Kun at spise lever en gang imellem.
- Kun at spise 1 æg 2-3 gange om ugen.
- Kun at spise chokolade, marcipan og nougat i meget små mængder.

Kan du ikke, ved at følge disse råd, nedsætte blodets indhold af fosfat, bør du tale med afdelingens kliniske diætist.

Det kan også være nødvendigt at tage medicin, fosfatbindere, som binder en del af den fosfat, der er i maden. Det er lægen, der ordinerer fosfatbindere.

