

### ชนิดของน้ำตาลในไต

น้ำตาลที่ใช้กลูโคสเป็นส่วนผสม ปัจจุบันความเข้มข้นที่ใช้คือ 1.5%, 2.5%, 4.25% น้ำตาลที่มีความเข้มข้นสูงจะดึงน้ำส่วนเกินออกจากร่างกายได้มากและเร็วกว่าน้ำตาลที่มีความเข้มข้นต่ำ ข้อเสียของการใช้สารละลายกลูโคสที่มีความเข้มข้นสูงนานๆ จะทำให้เกิดความเสื่อมของเยื่อช่องท้องทำให้ประสิทธิภาพการล้างไตลดลง ทำให้เกิดปัญหาต่อภาวะโภชนาการได้ เช่นทำให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารได้น้อยลงหรืออาจอ้วนขึ้นและน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นจากการได้รับน้ำตาลและพลังงานมากเกินไปเกินความต้องการของร่างกาย



ผลไม้แห้ง ควรเลือกผลไม้วันละ 2 จานเล็ก โดย จานเล็ก = ผลไม้ 7-8 ชิ้นคำ หรือผลไม้ขนาดกลาง 4 ผล หรือผลไม้ขนาดใหญ่ ½ ผล

เลือกกินผลไม้ที่มีโปแตสเซียมต่ำและปานกลาง ได้แก่ แอปเปิ้ล องุ่นเขียว ชมพู เงาะ สับปะรด มังคุด

เครื่องดื่ม 1 แก้ว ถ้าต้องการดื่มนม ควรดื่มนมไม่เกิน ½ แก้ว ต่อวัน เนื่องจากนมจัดอยู่ในหมวดที่ให้สารอาหารโปรตีน แต่ในผู้ที่เป็โรคไตเรื้อรังควรจำกัดอาหารในหมวดนี้ เนื่องจากมีฟอสเฟตสูง หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มรสหวาน น้ำอัดลมสีเข้ม ชา กาแฟที่มีรสแก่จัด ควรจำกัดน้ำเมื่อมีอาการบวมเกิดขึ้น

เครื่องปรุงรสและอาหารหมักดอง จะมีโซเดียมสูง ส่งผลต่อความดันโลหิตสูง ควรใช้เครื่องเทศและสมุนไพรในการปรุงรส เช่น หอม กระเทียม กระชาย ขิงข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด ใบโหระพา ใบแมงลัก ใบสะระแหน่ รากผักชี เป็นต้น หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มรสเค็มจัด หลีกเลี่ยงอาหารที่มีผงฟูเป็นส่วนประกอบ

น้ำมันและไขมัน ควรใช้น้ำมันรำข้าวสลับกับน้ำมันถั่วเหลืองหรือน้ำมันพืชชนิดอื่นๆในการผัด และใช้น้ำมันปาล์มในการทอด แล้วซับเอาน้ำมันออก หลีกเลี่ยงน้ำมันจากสัตว์ น้ำมันมะพร้าว เนย และกะทิ

## การให้ยาทางสายให้อาหาร

การให้ยาเม็ดทางสายให้อาหาร : ยาเม็ดแข็ง ยาเม็ดเคลือบ ยาเม็ดเคลือบฟิล์มเอ็นเทอริก ยาเม็ดฟู ยาอมให้ละลายบนลิ้น ก่อนกลืน

-ยาเม็ดแข็ง สามารถหักแบ่ง บด หรือเคี้ยวได้โดยไม่เป็นปัญหาต่อการปลดปล่อยตัวยา จึงสามารถนำมาบดแล้วผสมน้ำนำไปให้เข้าทางสายให้อาหารได้

-ยาเม็ดเคลือบ เป็นยาเม็ดแข็งที่นำมาเคลือบ ซึ่งอาจเคลือบด้วยน้ำตาล (sugar coat) หรือฟิล์ม (film coat) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อป้องกันตัวยาจากแสง หรือความชื้น ตามลำดับ การหักแบ่ง บด หรือเคี้ยว ทำได้ยาก จึงไม่เหมาะที่จะนำไปให้ทางสายให้อาหาร

-ยาเม็ดเคลือบฟิล์มเอ็นเทอริก (enteric-coated tablet) เป็นยาเม็ดที่ถูกเคลือบด้วยฟิล์มที่ทนต่อความเป็นกรดในกระเพาะอาหาร แต่ไม่ทนต่อความเป็นด่างในลำไส้ นั่นคือเมื่อยาจะคงสภาพไปจนถึงลำไส้เล็กแล้วจึงปลดปล่อยตัวยาออกมา การนำยาเม็ดเคลือบฟิล์มเอ็นเทอริกไปให้ทางสายให้อาหารต้องพิจารณาว่าปลายสายอยู่ที่กระเพาะอาหารหรือลำไส้เล็ก หากอยู่ที่ลำไส้เล็กจะสามารถบดเมื่อยาแล้วนำไปผสมน้ำเพื่อให้แก่ผู้ป่วยทางสายให้อาหาร แต่จะทำแบบนี้ไม่ได้ หากปลายสายอยู่ที่กระเพาะอาหาร

-ยาเม็ดฟู (dispersible or effervescent tablet) เป็นยาเม็ดแข็ง มีขนาดเม็ดใหญ่เกินกว่าที่จะกลืนได้ ต้องนำเมื่อยาไปใส่ในน้ำ 1 แก้ว เมื่อยาจะละลายได้อย่างรวดเร็วพร้อมกับมีฟองอากาศฟุ้งขึ้นมา เมื่อเมื่อยาละลายหมด จึงดื่มยาโดยดื่มขณะมีฟองฟูซึ่งจะช่วยกลบรสขมของยา หากจะนำยาเม็ดฟูมาให้ทางสายให้อาหารก็เพียงแค่ละลายน้ำ ปล่อยให้เมื่อยาละลายหมด แล้วนำไปให้ทางสายให้อาหารได้โดยไม่จำเป็นต้องทำขณะมีฟองฟู

-ยาอมให้ละลายบนลิ้นก่อนกลืน (oro-dispersible tablet) เป็นยาเม็ดแข็งที่ได้รับการออกแบบให้ละลายบนลิ้นได้เร็ว กลายเป็นแกรนูลหรือผงยาก่อนกลืน ซึ่งผู้ป่วยจะกลืนแกรนูลหรือผงยาได้ง่ายกว่ากลืนเมื่อยา หากจะนำยาแบบนี้ไปให้ทางสายให้อาหารก็เพียงแต่นำเมื่อยาไปละลายในน้ำก่อนแล้วให้เข้าทางสายให้อาหาร

-ยาอมใต้ลิ้น (sublingual tablet) เป็นยาเม็ดแข็ง มีขนาดเม็ดเล็กเพื่อให้วางไว้ใต้ลิ้นได้ และละลายหมดในเวลาสั้นๆ ตัวยานี้ที่ถูกปลดปล่อยออกจากเมื่อยาจะถูกดูดซึมเข้าทางหลอดเลือดที่บริเวณใต้ลิ้น แล้วเข้าสู่ระบบไหลเวียนโลหิตโดยไม่ถูกทำลายที่ตับก่อน ทำให้ยาออกฤทธิ์ได้ทันที ห้ามกลืนน้ำลายจนกว่ายาจะละลายหมด และควรอมน้ำลายไว้ในปากต่ออีกสักพักจึงกลืน ในกรณีผู้ป่วยที่มีสายให้อาหาร หากต้องใช้ยาแบบนี้ก็ให้อมใต้ลิ้นได้เลย ห้ามนำไปให้ทางสายให้อาหาร