

# 食事でのリン制限



- リンの多く含まれる乳製品や小魚類を控える
- 保存料などのリン含有添加剤が多く含まれる食品を控える  
(無機リンは有機リンに比べ腸管から吸収されやすいため)

加工食品

インスタント食品

菓子、コンビニ弁当など



- 過度のリン制限は、たんぱく摂取量が低下し栄養状態の低下につながる可能性があるため注意が必要である