



การสังเคราะห์
นโยบายเรื่อง

การบริโภคอาหาร ที่เน้นพืชและ โซเดียมต่ำ

ในผู้ป่วยปลูกถ่ายไต

ที่มาและความสำคัญ

การปลูกถ่ายไตเป็นการรักษาที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้าย อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยปลูกถ่ายไตยังคงมีความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือดสูงกว่าประชากรทั่วไป **3-5 เท่า** ซึ่งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตที่สำคัญ

อาหารที่เน้นพืชและ โซเดียมต่ำ

- มีแนวโน้มช่วยให้การควบคุมความดันโลหิตดีขึ้น
- ลดระดับคอเลสเตอรอลรวมและไขมัน LDL อย่างมีนัยสำคัญ
- น้ำหนักและมวลไขมันลดลงโดยมวลกล้ามเนื้อคงที่
- ไม่มีผลต่อคุณภาพชีวิต

ผลการวิจัยกับข้อเสนอแนะ เชิงนโยบายในระดับพื้นที่

1. บูรณาการคำแนะนำนำอาหารที่เน้นพืชและโซเดียมต่ำในคลินิกปลูกถ่ายไต รวมถึงอาจขยายไปถึงผู้ป่วยไตเรื้อรังและผู้ป่วยความดันโลหิตสูง
2. ส่งเสริมให้มีการดูแลแบบสหวิชาชีพ
3. ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของครอบครัวในการดูแลอาหารผู้ป่วย

ผลการวิจัยกับข้อเสนอแนะ เชิงนโยบายในระดับประเทศ

1. บรรจุอาหารที่เน้นพืชและโซเดียมต่ำเป็นอาหารทางเลือก ในแนวทางเวชปฏิบัติ
2. ใช้เป็นมาตรการลดความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือดในผู้ป่วยปลูกถ่ายไต
3. พัฒนาแนวทางโภชนาการระดับชาติสำหรับผู้ป่วยปลูกถ่ายไต