

『カリウム制限』 Kって…？



寄り添うデザート

(現在、吉牟田薬局にて販売しております)

私たちが生きる上で必要なミネラルの一種であるカリウム。カリウムは、私たちの体内に存在しているものであり、食品にも豊富に含まれています。カリウムは、体内で他のミネラルとのバランスをとりながら、

- ◎神経や筋肉の機能を正常に保つ
- ◎体内の余分な塩分を体の外に出し、血圧を下げる



どういった時に『カリウム制限』を始めるか？

腎臓の働きが低下してしまった場合です。但し、腎臓の働きが低下してしまったとしても、その人、その人の腎臓の状態にもよりますので、お医者さんから「カリウム制限をしましょう」と言われた場合に制限が必要となります。

腎臓の働きが低下すると…

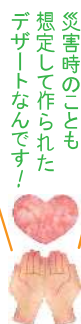


尿の量が減る為、本来ならば、尿と一緒に出ていくはずの不要なカリウムが、体の外に出にくくなり、体内にカリウムが多い状態となってしまう。すると、しびれやだるさ、不整脈などを起こす可能性があります。そういった体の不調を起さない為にも制限が必要となるのです。

また、腎臓病の中でも特に透析をされている方は、カリウム以外にも塩分や水分、たんぱく質の制限が重要で毎日の食事の管理が必要不可欠です。なんでも好きなように食べたり、のどが渇いたからといって当たり前のようにたくさん水分をとることができないのです。

そんな食事制限がある方はもちろんのこと、まわりでいつも支えたり、気づかっていたらつらくなる方々と一緒に、安心して同じものを食べながら「美味しいね」と、会話が弾むようなものをつくりたい！と開発されたのが『寄り添うデザート』です。つまり、食事制限がある人専用のものではなく、食事制限がある人も無い人も関係なく美味しく食べられるデザートなのです。

「あ、美味しー！」



実際に食べて感じたのは、まず、蓋を開けた時に「みかんが入ってる！」という驚き。そもそもみかんなどの果物には、カリウムが多く含まれているので、まさか果肉が入っているとは思っておらず、ちょっと嬉しくなりました。そういった食べる人の喜びと食感にこだわって、カリウムを抑える工夫をしながら取って果肉を入れている所や、食事制限をされている方なら避けがちな、たんぱく質が多い乳製品(ヨーグルト)を敢えて採用しているところにこだわりました。また、水分の制限もある透析をされている方にとっては、甘すぎるのどが渇いて水分をとりたくなってしまうので、味の加減はとても重要だと思のですが、甘さを感じられつつ食べた後はさっぱり、という絶妙なバランスがとても自然で美味しかったです！で終われます。ぜひ、一度お試しください！



温州みかんゼリー

国産みかんの果肉・果汁をふんだんに使いながらカリウムをカット！

- エネルギー 45kcal
- カリウム 19.2mg
- タンパク質 0.1g



甘酒ゼリー

甘酒独特のどろっとした甘いイメージとは違い、まろやかな味わい！

- エネルギー 53kcal
- カリウム 10mg
- タンパク質 0.1g



ブルーベリーヨーグルトゼリー

石川県産ブルーベリーの果実とヨーグルトのさわやかマイルドな味わい！

- エネルギー 55kcal
- カリウム 12mg
- タンパク質 0.2g



ようかん

石川県の老舗和菓子屋も使う北海道小豆のこし餡から作った本格派。

- エネルギー 106kcal
- カリウム 6.4mg
- タンパク質 1.1g



【寄り添うデザート】は、北陸大学医療保健学部・高橋純子教授のゼミ生と北陸大発ベンチャー企業「サムライ金沢」そして、食品メーカー「オハラ」から成るプロジェクトチームが、病院で収集した患者さんの声をベースに、「食事制限のある透析患者さんが安心して味わえるものを」「被災時にも心を癒してくれるものを」「患者さんが家族と一緒においしく食べられるものを」そんな思いで開発したデザートです。

吉牟田薬局



大野店 田原町 15-5 ☎49-5428
相浦店 木宮町 4-10 ☎47-2683

泉福寺店 瀬戸越 2-7-4 ☎49-4295
日野店 椎木町 180-5 ☎47-2222

光町店 光町 1-5 ☎59-9663
くすり・処方せん受付・化粧品・介護用品・育児用品