



減塩調味料



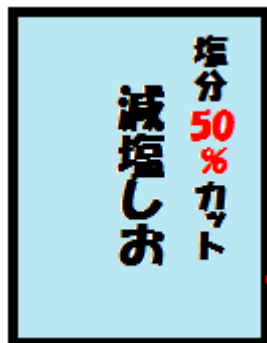
今号では、減塩調味料について紹介します。

現在、スーパーなどでは様々な減塩調味料が売られていますね。減塩しお、減塩醤油、減塩のだしの素など色々な商品があります。減塩調味料の中には食塩（塩化ナトリウム）の使用を少なくし、その代わりに塩化カリウムを使用した商品があります。また硫酸マグネシウムや炭酸マグネシウムなども加えて調整している商品があります。腎臓が悪い患者様は、カリウム、マグネシウムのとりすぎになりますので、使用するのをやめましょう!!

食品のパッケージを見て

- ①原材料に塩化カリウム、硫酸マグネシウム、炭酸マグネシウム
- ②「腎臓の悪い方は医師・薬剤師・栄養士にご相談下さい」の記載がないか確認しましょう。

例) 減塩しお



名称	食塩
原材料名	海水、粗製海水、塩化カリウム、炭酸マグネシウム

【使用上の注意】
腎臓の悪い方は、医師・薬剤師・栄養士にご相談下さい。

当院以外で購入した減塩調味料をお使いの方で不明な点がございましたら、栄養士までご相談下さい。

0
ゼロ

0（ゼロ）と表示された商品をよく見かけます。糖質 0、コレステロール 0 など商品によって様々です。どのような成分が少ないかを確認してから購入するようにしましょう。