



ตำรับอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)



สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
88/22 ม.4 ต.ตลาดขวัญ ถ.ติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000

ตำรับอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

ที่ปรึกษา

พญ.พรรณพิมล วิปุลากร
นพ.สมพงษ์ ชัยโอภาวนนท์

อธิบดีกรมอนามัย
รักษาการนักวิชาการสาธารณสุขทรงคุณวุฒิ
ด้านโภชนาการ

ดร.พญ.สายพิน โขติวิเชียร

ผู้อำนวยการสำนักโภชนาการ

ผู้จัดทำ

นางสาววิไลลักษณ์ ศรีสุระ
นางแคทเธียา โฆษร

นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ
นักโภชนาการปฏิบัติการ

จัดทำโดย

สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
88/22 ม.4 ต.ตลาดขวัญ ถ.ติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000
โทรศัพท์ 0-2590-4335

คำนำ

ในปัจจุบันโรคไตเรื้อรัง (chronic kidney disease, CKD) เป็นปัญหาสาธารณสุขระดับโลก โดยรวมทั้งในประเทศไทยด้วย เนื่องจากเป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งทำให้เสียชีวิตก่อนวัยอันควร และมีการดำเนินของโรคไปสู่โรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย (end-stage renal disease, ESRD) ที่ต้องได้รับการรักษาด้วย การบำบัดทดแทนไตและการปลูกถ่ายไต (renal replacement therapy) ข้อมูลสถิติจากสมาคมโรคไตแห่งประเทศไทยในปี 2560 พบว่า ประเทศไทยมีผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังกว่า 8 ล้านคน โดยเป็นผู้ป่วยไตเรื้อรังระยะสุดท้ายกว่า 100,000 คน ที่ต้องรับการฟอกเลือดหรือล้างไตทางช่องท้อง และมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องร้อยละ 15-20 ต่อปี ทำให้ต้นทุนคุณภาพชีวิตของทั้งผู้ป่วยและญาติ

ปัจจุบันประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคที่ไม่ถูกต้อง มีการบริโภคเกลือโซเดียมสูงกว่าที่ร่างกายต้องการถึง 2 เท่า เนื่องจากลักษณะการกินของคนไทยชอบกินอาหารรสจัด เติมเครื่องปรุงเพิ่ม ทั้งที่อาหารที่ซื้อกินทั่วไปมีการเติมเครื่องปรุงและผงชูรสลงไปอยู่แล้ว จึงเป็นเหตุให้ได้รับเกลือโซเดียมเพิ่ม และการป้องกันปัญหาไตวายในกลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดัน ซึ่งเป็นสาเหตุเกิดโรคไตวายประมาณร้อยละ 70 เนื่องจากปัญหาการเสื่อมเส้นเลือดฝอยในไต ทำให้เนื้อไตตาย ไม่สามารถขับของเสียออกมาทางปัสสาวะได้ ซึ่งการป้องกัน และชะลอการเสื่อมของไตจึงเป็นสิ่งจำเป็น โดยเฉพาะการดูแลควบคุมเรื่องอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม

สำนักโภชนาการ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สารบัญ

	หน้า
ไตและหน้าที่ของไต	1
โรคไตเรื้อรังคืออะไร	1
ระยะของโรคไตเรื้อรัง	2
ความสำคัญของอาหารที่มีผลต่อผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง	2
คำแนะนำการรับประทานอาหารของผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)	3
- พลังงานจากอาหารที่ควรได้รับต่อวัน	3
- ต้องจำกัดอาหารเนื้อสัตว์ (โปรตีน) ตามที่แพทย์/นักกำหนดอาหารแนะนำ	3
- ควรกินอาหารข้าวแป้ง (คาร์โบไฮเดรต) ที่มีโปรตีนน้อยมาก	5
- ควรกินไขมันแต่พอควร	5
- ควรระวัง ไม่กินโซเดียมมาก	6
- ควรระวัง ไม่กินโพแทสเซียมมาก	7
- ควรระวัง ไม่กินฟอสฟอรัสมาก	8
- ควรระวัง ไม่กินพิวรีนมาก	9
ตำรับอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)	
- ต้มยำเห็ดกั้งสด	11
- ข้าวผัดเบญจรงค์	12
- ผัดเปรี้ยวหวาน	13
- ผัดมะเขือยาว	14
- แกงส้มกุ้งผักรวม	15
- ยำเห็ด	16
- น้ำพริกหนุ่ม	17

สารบัญ

	หน้า
ตำรับอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด) (ต่อ)	
- น้ำพริกอ่อน	18
- ไข่ขาวตุ๋นทรงเครื่อง	19
- ไก่ผัดขิง	20
- แกงป่าไก่	21
- เชียงไฮ้ผัดซีเมากุ้ง	22
- ไก่ผัดพริกหวาน	23
- แกงจืดเต้าหู้ไข่หมูสับ	24
- ลาบวุ้นเส้น	25
- กะหล่ำปลีตุ๋น	26
- ก๋วยเตี๋ยววุ้นเส้นไก่น้ำ	27
- ข้าวต้มปลา	28
เอกสารอ้างอิง	29
ภาคผนวก	30

ตำรับอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

ไตและหน้าที่ของไต

ไต เป็นอวัยวะที่มีลักษณะคล้ายถั่ว อยู่บริเวณบนเอ็นเอ 2 ข้าง ใต้ต่อกระดูกซี่โครง และอยู่ 2 ข้างของกระดูกสันหลัง มีสีแดงเหมือนไตหมูขนาด เส้นผ่าศูนย์กลางตามความยาวได้ 11-12 เซนติเมตร หนักข้างละ 150 กรัม ไตแต่ละข้างได้รับเลือดผ่านทางหลอดเลือดแดงใหญ่ ซึ่งออกจากหัวใจ เมื่อเลือดไหลผ่านไตจะมีการกรองผ่านหน่วยไตเล็กๆ ซึ่งมีอยู่ ข้างละ 1 ล้านหน่วย

ไตทำหน้าที่ ขับน้ำและของเสียจากเลือดออกนอกร่างกายทางท่อปัสสาวะ ควบคุมปริมาณน้ำและเกลือแร่ ควบคุมการทำงานของฮอร์โมนในร่างกายที่ควบคุมความดันโลหิต การสร้างเม็ดเลือดแดง และการดูดซึมแคลเซียม

โรคไตเรื้อรังคืออะไร

โรคไตเรื้อรัง คือ ภาวะที่ไตถูกทำลายเป็นเวลานานมากกว่า 3 เดือน จนไม่สามารถกลับฟื้นคืนสภาพได้ โดยหน่วยไตจะค่อยๆถูกทำลาย จนกระทั่งหน่วยไตที่เหลือไม่สามารถทำงานชดเชยส่วนที่เสียไปได้ ทำให้การทำหน้าที่ของไตลดลง โรคมักจะดำเนินไปและเพิ่มความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งกลายเป็นไตวายระยะสุดท้าย จำเป็นต้องรักษาด้วยการบำบัดทดแทนไต (ฟอกเลือด ล้างไต ทางช่องท้อง หรือ ปลูกถ่ายไต) ไปตลอดชีวิต ในระยะแรกผู้ป่วยมักไม่มีอาการเมื่อโรค ดำเนินไปมากขึ้น อาจมีอาการต่างๆ เนื่องจากไตทำงานผิดปกติทำให้เกิดการคั่งของเกลือแร่ น้ำส่วนเกิน และของเสียในเลือด เช่น ปริมาณปัสสาวะลดลง ความดันโลหิตสูงขึ้น ชีต เหนื่อยง่ายขึ้น เบื่ออาหาร คลื่นไส้อาเจียน นอนไม่หลับ คันตามตัว มีอาการบวมที่หน้า ขา และลำตัว ความรู้สึกตัวลดลง หรือ มีอาการชัก เป็นต้น

ระยะของโรคไตเรื้อรัง แบ่งได้ดังนี้

ตารางที่ 1 การแบ่งระยะของโรคไตเรื้อรัง

ระยะ	คำจำกัดความ	การทำงานของไต GFR (มิลลิลิตร/นาที/1.73 ตร.ม.)
1	มีภาวะไตผิดปกติและการทำงานของไตปกติหรือเพิ่มขึ้น	> 90
2	มีภาวะไตผิดปกติและการทำงานของไตลดลงเล็กน้อย	60 – 89
3	การทำงานของไตลดลงปานกลาง	30 – 59
4	การทำงานของไตลดลงมาก	15 – 29
5	ไตวายระยะสุดท้าย	< 15 (หรือต้องรับการบำบัดทดแทนไต)

ที่มา : สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย

ความสำคัญของอาหารที่มีผลต่อผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง

การควบคุมอาหารอย่างถูกต้องตั้งแต่ระยะแรกของโรค จะช่วยชะลอความเสื่อมของไตอย่างได้ผลดียิ่งกว่าในระยะที่โรครุนแรง โดยรับประทานอาหารที่มีโปรตีนต่ำ ซึ่งจะมีผลให้ของเสียมีปริมาณน้อยลง ไตส่วนที่เหลือก็จะได้ทำงานเบาลง

ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ต้องจำกัดปริมาณอาหารประเภทโปรตีน และอาหารที่มีโซเดียม โพแทสเซียม และฟอสฟอรัสสูง เพื่อช่วยไม่ให้ไตทำงานหนักและชะลอการเสื่อมของไต และปริมาณน้ำดื่ม เท่ากับปริมาณปัสสาวะใน 24 ชั่วโมง + 500 มิลลิลิตร

คำแนะนำการรับประทานอาหารของผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

การควบคุมอาหาร จะได้ประโยชน์ 5 ประการ คือ

1. ลดการทำงานของไต ทำให้ชะลอการเสื่อมของไตได้
2. ลดการคั่งของของเสียที่เกิดจากอาหารโปรตีน
3. ป้องกันการขาดสารอาหาร
4. ยืดเวลาที่ต้องฟอกเลือดหรือล้างไตออกไป
5. ช่วยให้มีสุขภาพดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

พลังงานจากอาหารที่ควรได้รับต่อวัน

คนที่เป็นโรคไตเรื้อรังควรได้รับพลังงานจากอาหารในปริมาณที่เหมาะสม เพื่อป้องกันภาวะขาดสารอาหารโดยผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 60 ปี ควรได้รับพลังงาน 35 กิโลแคลอรีต่อน้ำหนักที่ควรจะเป็น 1 กิโลกรัม และผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ควรได้รับพลังงาน 30 กิโลแคลอรีต่อน้ำหนักที่ควรจะเป็น 1 กิโลกรัม

น้ำหนักที่ควรจะเป็นของผู้ชาย (กิโลกรัม) = ส่วนสูง (เซนติเมตร) – 100

น้ำหนักที่ควรจะเป็นของผู้หญิง (กิโลกรัม) = ส่วนสูง (เซนติเมตร) – 105

ต้องจำกัดอาหารเนื้อสัตว์ (โปรตีน) ตามที่แพทย์/นักกำหนดอาหารแนะนำ

โปรตีนที่ผู้ป่วยควรบริโภคต่อวัน (กรัม) =

น้ำหนักที่ควรจะเป็น(กิโลกรัม) x โปรตีนที่เหมาะสมกับระยะของโรค (กรัม)

โปรตีนที่เหมาะสมกับระยะของโรคไตเรื้อรังระยะที่ 1-3 อยู่ระหว่าง 0.6-0.8 กรัมโปรตีนต่อน้ำหนักที่ควรจะเป็น 1 กิโลกรัม และโปรตีนที่เหมาะสมกับระยะของโรคไตเรื้อรังระยะที่ 4-5 อยู่ระหว่าง 0.6 กรัมโปรตีนต่อน้ำหนักที่ควรจะเป็น 1 กิโลกรัม โดยมากกว่า 60 % ของโปรตีนที่ผู้ป่วยควรบริโภคต่อวัน ควรเป็นโปรตีนที่มีคุณภาพดี (High Biological Value – HBV) คือมีกรดอะมิโนจำเป็นครบถ้วนได้แก่ ไข่ขาว โปรตีนจากเนื้อสัตว์ เช่น เนื้อปลา เนื้อไก่ เนื้อหมู เป็นต้น อย่างน้อยร้อยละ 60 โดยทั่วไปเนื้อสัตว์ 2 ซ่อนกินข้าวมีโปรตีนประมาณ 7 กรัม

ตารางที่ 2 ปริมาณโปรตีนรวมที่ควรบริโภคต่อวัน (กรัม)

(โปรตีน 0.8 กรัมต่อน้ำหนักตัวที่ควรจะเป็น 1 กิโลกรัม)

น้ำหนักที่ควรจะเป็น(กิโลกรัม)	โปรตีนรวมที่ผู้ป่วยควรบริโภคต่อวัน (กรัม)	โปรตีนที่มีคุณภาพดี (60 % ของโปรตีนที่ผู้ป่วยควรบริโภคต่อวัน) เปรียบเทียบเนื้อสัตว์ที่ผู้ป่วยควรได้รับ(ช้อนโต๊ะ/วัน)
45	36	6
50	36	6
50	40	7
55	44	8
60	48	8
65	52	9
70	56	10
75	60	10
80	64	11

ที่มา : สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย

ควรกินอาหารข้าวแป้ง (คาร์โบไฮเดรต) ที่มีโปรตีนน้อยมาก

ผู้ที่เป็โรไตเรื้อรังก่อนฟอกเลือดต้องจำกัดโปรตีน เพื่อไม่ให้ไตต้องทำงานหนัก ดังนั้นจึงต้องระวังอาหารกลุ่มข้าวแป้งที่มีโปรตีน ได้แก่ ข้าว ก๋วยเตี๋ยว เส้นหมี่ ขนมจีนขนมปังควรกินไม่เกินม้อละ 2-3 ทัพพีเล็ก ถ้าไม่อิ่มให้กินกลุ่มข้าวแป้งที่ปลอดโปรตีนเพิ่ม ได้แก่ วุ้นเส้น ก๋วยเตี๋ยวเซี่ยงไฮ้ อาหาร 2 ชนิดนี้มีโปรตีนน้อยมาก จึงอาจทำเป็นอาหารควากินแทนข้าวหรือก๋วยเตี๋ยวได้บ่อยและมากกว่า หรือกินขนมที่ทำจากแป้งปลอดโปรตีน เช่น ขนมชั้น สาคุ ลอดช่องสิงคโปร์ สลิม (เลียงน้ำกะทิ) เพิ่ม ซึ่งจะส่งผลเสียกับไตน้อยกว่าคนที่เป็โรไตที่มีปัญหาการเป็นเบาหวานด้วย ต้องระวังกินข้าวแป้งในแต่ละม้อให้คงที่ด้วยเพื่อป้องกันไม่ให้มีน้ำตาล ในเลือดต่ำหรือสูงเกินไปด้วย อาหารข้าวแป้งบางอย่างนอกจากมีโปรตีนแล้ว ยังมีโซเดียม ฟอสฟอรัสด้วย

อาหารข้าวแป้งที่มีโซเดียมสูง: ขนมปังขาว หมั่นโถว แป้งซาลาเปา

อาหารข้าวแป้งที่มีฟอสฟอรัสสูง: ข้าวกล้อง บะหมี่ พาสต้า

อาหารข้าวแป้งที่มีโซเดียมและฟอสฟอรัสสูง: ขนมปังโฮลวีท บะหมี่สำเร็จรูป

อาหารข้าวแป้งที่มีโพแทสเซียมและฟอสฟอรัสสูง: เผือก มันฝรั่ง

ควรกินไขมันแต่พอควร

ไขมัน (fat) คือ สารอาหารที่ให้พลังงานสูง ไขมัน 1 ช้อนชา ให้พลังงาน 45 กิโลแคลอรี แนะนำไม่เกินวันละ 6 ช้อนชา

ไขมันที่ควรเลือกรับประทาน ได้แก่ น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันรำข้าว น้ำมันเมล็ดดอกทานตะวัน และน้ำมันมะกอก ไขมันกลุ่มนี้ช่วยเพิ่มไขมัน HDL (ไขมันดี) ในเลือด และลดระดับโคเรสเตอรอลและไขมัน LDL (ไขมันไม่ดี) ในเลือด

ไขมันที่ควรหลีกเลี่ยง ได้แก่ มะพร้าว กะทิ น้ำมันปาล์ม เนย ชีส หนังกทอด มาการีน หมูสามชั้น ไขมันกลุ่มนี้ทำให้ระดับโคเรสเตอรอลและไขมัน LDL (ไขมันไม่ดี) ในเลือดสูง เพิ่มความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด

ควรหลีกเลี่ยงแหล่งไขมันที่มีฟอสฟอรัสสูง เช่น ถั่วลิสง งา น้ำมันงา เมล็ดฟักทอง/เมล็ดทานตะวัน

ควรระวัง ไม่กินโซเดียมมาก

โซเดียม คือ แร่ธาตุที่มีความจำเป็นต่อร่างกาย ช่วยรักษาความสมดุลของน้ำในร่างกาย และความดันโลหิต การกินโซเดียมมากเกินไปผลให้ความดันโลหิตสูงไตทำงานหนัก เกิดภาวะบวม น้ำไต และอาจเกิดภาวะหัวใจล้มเหลวได้ ในผู้ป่วยโรคไต ควรจำกัดปริมาณโซเดียมไม่เกินวันละ 2,000 มิลลิกรัม (เกลือ ไม่เกิน 1 ช้อนชา, น้ำปลา ไม่เกิน 4 ช้อนชา, ซีอิ๊วขาว ไม่เกิน 5 ช้อนชา) สำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง ควรจำกัดปริมาณโซเดียมไม่เกินวันละ 1,500 มิลลิกรัม ผู้ป่วยควรหลีกเลี่ยงอาหารและเครื่องปรุงที่มีปริมาณโซเดียมสูง ทั้งที่มีรสเค็มและไม่เค็ม

ตารางที่ 3 ปริมาณโซเดียมเฉลี่ยในเครื่องปรุงรสต่างๆ

ชนิด	ปริมาณ	โซเดียม (มิลลิกรัม)
เกลือ	1 ช้อนชา	2,000
น้ำปลา	1 ช้อนชา	500
ผงปรุงรส	1 ช้อนชา	500
ผงชูรส	1 ช้อนชา	490
ซีอิ๊วขาว	1 ช้อนชา	400
ซอสปรุงรส	1 ช้อนชา	400
ผงฟู	1 ช้อนชา	340
ซอสหอยนางรม	1 ช้อนโต๊ะ	450
น้ำจิ้มสุกี้	1 ช้อนโต๊ะ	280
ซอสพริก	1 ช้อนโต๊ะ	220
น้ำจิ้มไก่	1 ช้อนโต๊ะ	210
ซอสมะเขือเทศ	1 ช้อนโต๊ะ	140

ที่มา : สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย

ควรระวัง ไม่กินโพแทสเซียมมาก

โพแทสเซียม คือ แร่ธาตุชนิดหนึ่งที่จำเป็นเพื่อใช้ในการควบคุมของเหลวภายในเซลล์ และควบคุมการทำงานของระบบประสาทและกล้ามเนื้อโดยเฉพาะกล้ามเนื้อหัวใจ ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังที่มีการทำงานของไตลดลง ส่งผลให้ไตไม่สามารถขับโพแทสเซียมออกได้ตามปกติ ทำให้ผู้ป่วยบางรายมีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง และอาจนำไปสู่อาการกล้ามเนื้ออ่อนแรง หัวใจเต้นผิดปกติ หรือหยุดเต้นได้ ดังนั้นแพทย์อาจแนะนำให้ผู้ป่วยบางรายโดยเฉพาะมีไตเสื่อมมากหลีกเลี่ยงอาหารที่มีโพแทสเซียมสูง (ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีโพแทสเซียมสูง เมื่อมีระดับโพแทสเซียมในเลือดเกิน 5 มก./ดล.) ได้แก่ ผลไม้บางชนิด รวมทั้งผักชนิดต่างๆ ดังนี้

ผลไม้ที่มีโพแทสเซียมสูง ที่ควรหลีกเลี่ยง : แก้วมังกร มะละกอ แคนตาลูป มะขามหวาน ทุเรียน ส้ม ฝรั่ง สตรอเบอร์รี่ แตงโม ลำไย อโวคาโด น้ำส้ม น้ำสับปะรด น้ำแอปเปิ้ล น้ำทับทิม น้ำลูกพรุน

ผักที่มีโพแทสเซียมสูงที่ควรหลีกเลี่ยง : กะหล่ำดอก กะหล่ำปลีม่วง กระเจี๊ยบเขียว กระชาย ชিং แครอท จมูกข้าว ถั่วฝักยาว ลูกยอ ใบขี้เหล็ก ใบและเมล็ดมะรุม บล็อกโคลี เผือก ฟักทอง มะเขือเทศ มะเขือเทศสีดา มะเขือเปราะ มะเขือพวง มะเดื่อ มะระจีน มันแกว มันฝรั่ง มันเทศ ผักหวาน รากบัว วาซาบิ สะเดา สะตอ หัวปลี หัวผักกาด (หัวไชเท้า) เห็ดกระดุม เห็ดโคน เห็ดตับเต่า เห็ดฟาง เห็ดหูหนู เห็ดเผาะ เห็ดเป่าฮื้อ หอมแดง หน่อไม้ แห้ว

ถึงแม้ว่าผักส่วนใหญ่จะมีโพแทสเซียมสูง ผู้ที่เป็นโรคไตก็ยังคงควรกินผักทุกวัน วันละ 1-2 มื้อ (มื้อละ 1 ทักษิ สำหรับผักสุก หรือ 1 ถ้วยตวง สำหรับผักดิบ) เพื่อที่จะได้วิตามิน โยอาหารและป้องกันอาการท้องผูก

ผักที่มีโพแทสเซียมไม่สูงมากที่กินได้ คือ บวบ มะระ มะเขือยาว มะละกอ ดิบ ผักกาดแก้ว ผักกาดหอม กะหล่ำปลี พริกหวาน พริกหยวก แตงกวา แตงร้าน ฟักเขียว ฟักแม้ว ถั่วแขก หอมใหญ่

ผลไม้ที่มีโพแทสเซียมไม่สูงมาก อาจกินได้วันละครั้ง เช่น ชมพู่ 2-3 ผล ส้มโอ 2-3 กลีบ มังคุด 2-3 ผล เงาะ 4 ผล สับปะรด 8 ชิ้นคำ องุ่น 10 ผล

อย่างไรก็ตาม ควรปรึกษาแพทย์ด้วย เพราะขึ้นอยู่กับระดับโพแทสเซียมในเลือด นอกจากนี้ ผู้ที่มีภาวะไตเสื่อมควรระมัดระวังการใช้ผลิตภัณฑ์ปรุงรสที่มีโซเดียมต่ำในท้องตลาด เนื่องจากผลิตภัณฑ์กลุ่มดังกล่าวมักใช้เกลือโพแทสเซียมแทน ซึ่งอาจส่งผลให้มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูงได้ ดังนั้นจึงควรอ่านฉลากบนบรรจุภัณฑ์ก่อนการเลือกซื้อสินค้า

ควรระวัง ไม่กินฟอสฟอรัสสูง

ฟอสฟอรัส คือ แร่ธาตุชนิดหนึ่งที่สามารถพบได้ในอาหาร หากร่างกายได้รับในปริมาณที่มากเกินไปจะถูกขับออกทางไต เมื่อไตขับฟอสฟอรัสได้น้อยลง อาจส่งผลให้ระดับฟอสฟอรัสในเลือดสูงซึ่งมีผลต่อการสลายแคลเซียมในกระดูกเป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดภาวะกระดูกบางและหักง่าย ดังนั้นผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีปริมาณฟอสฟอรัสสูง

อาหารที่มีฟอสฟอรัสสูงที่ควรหลีกเลี่ยง ได้แก่

- นม และ ผลิตภัณฑ์จากนม เช่น นม นมเปรี้ยว โยเกิร์ต นมข้นหวาน ไอศกรีม กาแฟ ชานม
- ไข่แดง และ ผลิตภัณฑ์ที่มีไข่แดงเป็นส่วนประกอบ เช่น ขนมหวานไทย ขนมหวานฝรั่งและเบเกอรี่
- ถั่ว เมล็ดพืช ธัญพืช และ ผลิตภัณฑ์ที่มีถั่ว เมล็ดพืชและธัญพืชเป็นส่วนประกอบ เช่น ถั่วต้ม ถั่วคั่ว น้ำเต้าหู้ นมถั่วเหลือง ฟองเต้าหู้ เต้าหู้ เต้าฮวย งา เมล็ดแตงโม ลูกเต๋อย ข้าวกล้อง น้ำข้าวกล้อง
- เครื่องดื่มที่มีสีเข้ม เช่น น้ำอัดลม ชา กาแฟ
- เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมจากถั่วและธัญพืช เช่น น้ำเต้าหู้ นมถั่วเหลือง
- เครื่องดื่มบำรุงกำลัง

- อาหารที่มีผงฟูเป็นส่วนประกอบ เช่น เค้ก คุกกี้ แป้งซาลาเปา หมั่นโถว
- อาหารที่มียีสต์เป็นส่วนประกอบ เช่น ขนมปัง พืชซ่า
- อาหารทะเลแช่แข็ง เช่น กุ้ง ปลา หรืออาหารอื่นๆ ที่เติมฟอสเฟตก่อนแช่แข็ง
- เนื้อสัตว์แปรรูป เช่น ไส้กรอก ลูกชิ้น หมูยอ ไก่หยอง หมูหยอง กุนเชียง แหนม

ควรระวัง ไม่กินพิวรีนมาก

พิวรีน (Purine) คือ สารประกอบชนิดหนึ่งในอาหาร เมื่อผ่านกระบวนการย่อยและการเผาผลาญอาหารแล้วจะได้เป็นกรดยูริก (Uric acid) โดยปกติร่างกายสามารถขับกรดยูริกออกทางปัสสาวะและอุจจาระแต่ในผู้ที่มีการทำงานของไตลดลง จะมีการขับยูริกทางปัสสาวะลดลง เป็นผลให้มีระดับยูริกในเลือดสูง ซึ่งการมีระดับยูริกในเลือดสูง นำไปสู่การเกิดโรคเกาต์ ข้ออักเสบ นิ่วในไต รวมถึงเพิ่มความเสื่อมของการทำงานของไต ผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังควรจำกัดอาหารที่มีพิวรีนสูง เพื่อช่วยลดระดับยูริกในเลือดลงได้

อาหารที่มีพิวรีนสูงที่ควรหลีกเลี่ยง ได้แก่ เครื่องในสัตว์ (หัวใจ ตับ ตับอ่อน กึ๋น ชั่งจี่ไต) ปลาไส้ตัน ปลากระตัก ปลาดุก ปลาอินทรี ปลาทุบ ปลาแชลมอน หอยขม หอยโข่ง หอยสองฝา กุ้งชีแฮ้ กะปิ ยอดผัก ใจผัก หน่อไม้หน่อไม้ฝรั่ง

นอกจากการจำกัดอาหารที่มีพิวรีนสูงแล้ว ยังควรหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทุกชนิด และเลือกกินอาหารที่มีไขมันต่ำร่วมด้วย เพื่อเป็นอีกแนวทางที่จะช่วยให้ระดับยูริกในเลือดอยู่ในเกณฑ์ปกติได้

ตำรับอาหาร
สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง
(ระยะก่อนฟอกเลือด)

ต้มยำเห็ดกึ่งสด

ส่วนผสม (สำหรับ 3 คน)

เห็ดนางฟ้า	40	กรัม
เห็ดฟาง	40	กรัม
มะเขือเทศ	90	กรัม
กึ่งสด	80	กรัม (6 ตัว)
ตะไคร้	30	กรัม (2 ต้น
ใบมะกรูด	3	กรัม (3 ใบ)
พริกขี้หนู	10	กรัม
น้ำมะนาว	3	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	2	ช้อนชา
ข้าว	2	กรัม (1 แว่น)
น้ำ	1½	ถ้วย



วิธีทำ

ต้มน้ำพอเดือดใส่ตะไคร้ ข้าว ใบมะกรูด พอน้ำเดือดใส่กึ่งต้มจนสุก ใส่มะเขือเทศ เห็ด ปรงรสด้วยซีอิ๊วขาว พอสุกยกลง โขลกพริกขี้หนู ใส่มะนาว

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานเห็ดนางฟ้าและเห็ดฟาง เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
57.1	6.4	6.1	0.6	272.1	251.3	88.6
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ข้าวผัดเบญจรงค์

ส่วนผสม (สำหรับ 2 คน)

ข้าวสุก	300	กรัม
แครอทหั่นสี่เหลี่ยม	30	กรัม
ฟักทองหั่นสี่เหลี่ยม	30	กรัม
เนื้อไก่หั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	100	กรัม
มะเขือเทศหั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	50	กรัม
น้ำมันถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมโขลก	10	กรัม (3 กลีบใหญ่)
ต้นหอม	20	กรัม (2 ต้นใหญ่)
ซีอิ๊วขาว	2	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา



วิธีทำ

ตั้งกระทะใส่น้ำมันพอร้อน ผักกระเทียมจนสุกหอม ใส่เนื้อไก่ แครอท ฟักทอง ผัดจนสุก ปรงรสด้วยซีอิ๊วขาว น้ำตาล ใส่ข้าวสุกผัดต่อจนสุก ใส่มะเขือเทศ และต้นหอม

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยง การรับประทานแครอทและฟักทอง เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
395.7	13.6	54.8	13.6	431.0	424.4	127.5
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ผัดเปรี้ยวหวาน

ส่วนผสม (สำหรับ 4 คน)

แตงกวาหั่นเฉียง	85	กรัม
เห็ดหูหนู	50	กรัม
พริกหวานหั่นสี่เหลี่ยม	20	กรัม
มะเขือเทศหั่นพอคำ	100	กรัม

(2 ผลใหญ่)

หอมหัวใหญ่	75	กรัม (1/2 หัวใหญ่)
เนื้อไก่หั่นชิ้นพอคำ	100	กรัม
สับปะรดหั่นชิ้นพอคำ	80	กรัม
ต้นหอม	10	กรัม (2 ต้นเล็ก)
กระเทียม	5	กรัม (2 กลีบใหญ่)
น้ำมันถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	1½	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา



วิธีทำ

นำน้ำมันใส่กระทะตั้งไฟ น้ำมันร้อนใส่กระเทียมเจียวจนหอม ใส่ไก่ ผัดจนสุก ปรงรสด้วยซีอิ๊วขาว และน้ำตาล เติมน้ำเล็กน้อย พอไก่สุก ใส่แตงกวา เห็ด พริกหวาน มะเขือเทศ หอมใหญ่ ผัดจนสุก แล้วจึงใส่สับปะรด

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยง การรับประทานมะเขือเทศ เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
120.0	5.5	9.6	6.7	152.8	196.4	58.7
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ผัดมะเขือยาว



ส่วนผสม (สำหรับ 3 คน)

มะเขือยาว	200	กรัม (1 ลูก)
ใบโหระพา	10	กรัม (3 ต้น)
พริกชี้หนูโหล	10	กรัม (6 เม็ด)
กระเทียม	10	กรัม (5 กลีบใหญ่)
ซีอิ้วขาว	1	ช้อนชา
น้ำมันถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	½	ช้อนชา
พริกชี้ฟ้าโรยหน้า	15	กรัม (1 เม็ด)

วิธีทำ

ต้มมะเขือยาวหั่นแฉลบพอสุก เจียวกระเทียม พอสุกเหลือง ปูรุกรสด้วยซีอิ้วขาว น้ำตาลทราย เติมน้ำเล็กน้อยใส่มะเขือที่ต้มแล้วลงผัด ใส่ใบโหระพา พริกชี้ฟ้า ผัดพอสุก

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
77.8	1.3	7.4	4.8	112.1	164.0	36.9
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

แกงส้มผักรวมกุ้งสด



ส่วนผสม (สำหรับ 3 คน)

กุ้งสด	100	กรัม
ผักกาดขาว	150	กรัม
กะหล่ำปลี	100	กรัม
ผักบุ้งไทย	100	กรัม
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
น้ำตาลมะพร้าว	1	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	¼	ช้อนชา
น้ำเปล่า	2-3	ถ้วยตวง

เครื่องพริกแกงส้ม

พริกชี้ฟ้าแห้ง	10	กรัม (2 เม็ดใหญ่)
หอมแดง	30	กรัม (3 หัวใหญ่)
ขมิ้นสด	5	กรัม (1 แฉ่งเล็ก)

วิธีทำ

โขลกเครื่องพริกแกงทุกชนิดให้ละเอียดต้มกุ้ง ½ ของทั้งหมด พอสุก นำไป โขลกกับพริกแกงนำน้ำใส่หม้อตั้งไฟ พอเดือด ใส่เครื่องพริกแกงที่โขลกไว้ ต้มจนสุกใส่กุ้ง ต้มพอเดือดใส่ผัก ปูรุกรสด้วยซีอิ้วขาว ต้มจนสุก

ข้อแนะนำ : หลีกเลี่ยงการรับประทานน้ำซุจจนหมด เพื่อลดการได้รับโซเดียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
94.8	8.8	12.7	0.8	497.4	510.4	127.0
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ยำเห็ด

ส่วนผสม (สำหรับ 3 คน)

เห็ดนางฟ้า	60	กรัม
เห็ดภูฐาน	30	กรัม
แครอทขูดฝอย	20	กรัม
ผักชี	3	กรัม (1 ต้น)
ต้นหอม	15	กรัม (3 ต้นเล็ก)
น้ำมะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	1	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	1	ช้อนชา
พริกชี้หูซอยฝอยๆ	10	กรัม (5 เม็ด)
น้ำเปล่า	2-3	ถ้วยตวง



วิธีทำ

นำเห็ดนางฟ้า เห็ดภูฐานลวกพอสุก ผสมน้ำตาลทราย ซีอิ๊วขาว น้ำมะนาว พริกชี้หูซอย ละลายให้เข้ากัน ใส่แครอท เห็ด โรยหน้าด้วยผักชีต้นหอม

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานแครอท เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
39.2	1.2	8.7	0.1	115.0	120.7	30.4
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

น้ำพริกหนุ่ม



ส่วนผสม (สำหรับ 1 - 2 คน)

พริกหนุ่มเผา	70	กรัม (4 เม็ด)
หอมแดงเผา	40	กรัม (5 หัว)
กระเทียมเผา	20	กรัม (5 กลีบใหญ่)
น้ำมะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	1	ช้อนชา

วิธีทำ

โขลกหอมเผา กระเทียมเผา พอหยาบๆ พริกหนุ่มเผาลอกเปลือกออกไปโขลกพอแตก ปูรุกรสด้วย น้ำมะนาว ซีอิ๊วขาว รับประทานกับผักสดและผักลวก

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานหอมแดง เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
44.2	1.8	9.3	0.2	162.9	110.2	28.9
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

น้ำพริกอ่อง

ส่วนผสม (สำหรับ 2 คน)

มะเขือเทศสีดาสับละเอียด	100	กรัม
หมูสับ	15	กรัม
ซีอิ้วขาว	½	ช้อนชา
เกลือป่น	¼	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา
น้ำมันถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำเปล่า	2	ช้อนโต๊ะ



พริกแกง

พริกชี้ฟ้าแห้ง	8	กรัม (2 เม็ด)
หอมแดง	30	กรัม (2 หัวใหญ่)
ขมิ้นสด	10	กรัม (1 แฉ่ง)

วิธีทำ

โขลกพริกเครื่องแกงให้ละเอียด น้ำมันใส่กระทะตั้งไฟพอร้อนใส่เครื่องแกงลงผัดพอสุกใส่หมู ปรุงรสด้วยน้ำตาล ซีอิ้วขาว เกลือป่นเล็กน้อย ใส่มะเขือเทศ เติมน้ำเล็กน้อย ผัดจนสุก

รับประทานกับ ผักสดและผักลวก

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานมะเขือเทศสีดา เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
128.7	2.9	9.9	8.6	345.4	185.9	55.3
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ไข่ขาวตุ๋นทรงเครื่อง



ส่วนผสม (สำหรับ 2 คน)

ไข่ขาวไข่ไก่	80	กรัม (2 ฟอง)
ฟักทองหั่นลูกเต๋าละเอียด	15	กรัม (1 ช้อนโต๊ะ)
แครอทหั่นลูกเต๋าละเอียด	30	กรัม (2 ช้อนโต๊ะ)
เห็ดหอมสดหั่นฝอย	5	กรัม (1 ดอก)
หมูสับ	30	กรัม (2 ช้อนโต๊ะ)
ซีอิ้วขาว	1	ช้อนชา
ต้นหอมซอยละเอียด	5	กรัม (1 ต้น)
น้ำเปล่า	3-4	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ตีไข่ขาวจนเข้ากัน ผสมหมูสับ น้ำเปล่า ซีอิ้วขาว นำไปนึ่ง 5 นาที จากนั้นใส่เห็ดหอมซอย ฟักทอง แครอท นึ่งต่ออีก 10 นาที นึ่งจนสุกโรยด้วยต้นหอมซอย

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานแครอทและฟักทอง เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
67.5	7.4	2.6	3.1	267.4	195.8	43.7
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ไก่ผัดขิง



ส่วนผสม (สำหรับ 3 คน)

เนื้อไก่ชิ้นพอคำ	90	กรัม
ขิงอ่อนซอยยาวๆ	50	กรัม
พริกชี้ฟ้าแดง	25	กรัม (1 เม็ด)
เห็ดหูหนูหั่นยาวๆ	80	กรัม
หอมหัวใหญ่หั่นตามยาว	50	กรัม (½ ลูก)
ต้นหอม	10	กรัม (2 ต้นเล็ก)
กระเทียมสับ	3	กรัม (2 กลีบใหญ่)
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	2	ช้อนชา
น้ำมันถั่วเหลือง	2	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

เจียวกระเทียมพอหอม ใส่ไก่ลงผัดจนสุก ใส่ขิงอ่อน ปรงรสแล้วจึงใส่หอมหัวใหญ่ และเห็ด เติมน้ำเล็กน้อย ผัดพอเข้ากัน จากนั้นใส่พริกชี้ฟ้า ต้นหอม

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานขิง เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
177.3	6.3	8.8	13.1	249.7	127.1	57.4
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

แกงป่าไก่



ส่วนผสม (สำหรับ 4 คน)

เนื้อไก่	100	กรัม
เห็ดภูฐาน	40	กรัม
เห็ดนางฟ้า	40	กรัม
กระชาย(แบ่ง ½ ซอย อีก ½ ใส่ น้ำพริก)	20	กรัม
ใบกะเพรา	10	กรัม
มะเขือเปราะ	40	กรัม
พริกชี้ฟ้าแดง	20	กรัม (2 เม็ดใหญ่)
น้ำเปล่า	2	ถ้วย
ซีอิ้วขาว	3	ช้อนชา

เครื่องแกงป่า

พริกชี้ฟ้าแห้ง	8	กรัม (2 เม็ดใหญ่)
หอมแดง	30	กรัม (3 หัวใหญ่)
ขมิ้นสด	10	กรัม (1 แฉ่ง)

วิธีทำ

โขลกเครื่องแกงให้ละเอียด นำน้ำใส่หม้อตั้งไฟใส่เครื่องแกงที่โขลกไว้ ต้มจนสุก ใส่เนื้อไก่ เห็ด กระชาย มะเขือ ปรงรส พอเดือดใส่ใบกะเพรา พริกชี้ฟ้าแดง

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานมะเขือเปราะและกระชาย เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
73.3	5.7	5.1	3.3	272.1	171.7	69.9
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

เซียงไฮ้ผัดซีเมากุ้ง

ส่วนผสม (สำหรับ 2 คน)

ก้วยเตี่ยวเซียงไฮ้สุก	400	กรัม
กุ้งสด(4 ตัวกลาง)	50	กรัม
แครอทหั่นยาวๆ	40	กรัม
กระชายซอยยาวๆ	20	กรัม
พริกชี้หนูสด	10	กรัม (5 เม็ด)
กระเทียม	15	กรัม (3 กลีบใหญ่)
น้ำมันถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา
ใบกะเพรา 2 ต้น	20	กรัม
พริกไทยป่น		เล็กน้อย



วิธีทำ

โขลกพริกชี้หนู กระเทียม พริกไทย ให้เข้ากัน นำน้ำมันใส่กระทะร้อนใส่ พอร้อนใส่เครื่องที่โขลกไว้ ใส่กุ้งผัดจนสุกเติมน้ำมันเล็กน้อยปรุงรสด้วยซีอิ้วขาว น้ำตาล ใส่เส้นก้วยเตี่ยวเซียงไฮ้ แครอท กระชาย ผัดจนเข้ากัน ใส่ใบกะเพรา

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานแครอทและกระชาย เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
244.6	6.1	38.1	7.4	399.7	242.7	91.3
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ไก่ผัดพริกหวาน



ส่วนผสม (สำหรับ 3 คน)

เนื้อไก่	100	กรัม
เห็ดหอมสด	15	กรัม
พริกหวานหั่นเต๋า	90	กรัม
ต้นหอม	10	กรัม (2 ต้น)
กระเทียม	5	กรัม (1 กลีบใหญ่)
น้ำมันถั่วเหลือง	1	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1 ½	ช้อนชา
พริกไทยป่น		เล็กน้อย

วิธีทำ

เจียวกระเทียมกับน้ำมันพอร้อน ใส่เนื้อไก่ เห็ดหอม พริกหวาน เติมน้ำเล็กน้อยใส่ซีอิ้วขาว น้ำตาลทราย ผัดจนสุก

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
125.0	6.5	5.1	8.8	248.4	136.7	59.2
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

แกงจืดเต้าหู้ไข่ขาวหมูสับ



ส่วนผสม (สำหรับ 2 คน)

หมูสับ	90	กรัม
รากผักชี	2	กรัม
กระเทียม	6	กรัม (3 กลีบเล็ก)
ผักกาดขาว	80	กรัม
เต้าหู้ไข่ขาว	220	กรัม
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
ต้นหอม	15	กรัม (2 ต้นใหญ่)
ผักชี		เล็กน้อย
พริกไทยป่น		เล็กน้อย

วิธีทำ

โขลกรากผักชี พริกไทย กระเทียม ผสมลงในหมูสับปั้นเป็น ก้อนเล็กๆ ต้มจนสุก ใส่ต้นหอม ผักชี

ข้อแนะนำ : ควรเลือกเต้าหู้ไข่ขาว มาเป็นส่วนผสม เนื่องจากเต้าหู้ไข่ไก่ มีไข่แดงซึ่งมี ฟอสฟอรัสสูงเป็นส่วนประกอบ และหลีกเลี่ยงการรับประทานน้ำซุ้จนหมด เพื่อลดการ ได้รับโซเดียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
178.4	14.7	5.3	10.9	452.0	448.6	169.4
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ลาบวุ้นเส้น



ส่วนผสม (สำหรับ 2 - 3 คน)

วุ้นเส้นแห้ง	40	กรัม
หมูสับ	100	กรัม
เห็ดหูหนู	50	กรัม
หอมแดงซอย	30	กรัม
ต้นหอม	30	กรัม
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
น้ำมะนาว	1 ½	ช้อนชา
พริกชี้หนูซอย	10	กรัม

วิธีทำ

ลวกวุ้นเส้นพอสุกพักไว้ หมูสับรวนให้สุกผสมวุ้นเส้น หมูสับ เข้าด้วยกัน ใส่เห็ด หอมแดง พริกชี้หนู ปูรงรสน้ำมะนาว ซีอิ้วขาว และต้นหอม

ข้อแนะนำ : ผู้ป่วยภาวะไตเสื่อม ที่มีระดับโพแทสเซียมในเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยง การรับประทานหอมแดง เนื่องจากมีโพแทสเซียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
180.7	11.8	24.4	4.1	381.5	281.9	133.7
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

กะหล่ำปลีตุ๋น



ส่วนผสม (สำหรับ 2 คน)

กะหล่ำปลี	200	กรัม
เห็ดหอมสด	15	กรัม
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
เกลือป่น	¼	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	½	ช้อนชา
พริกไทยป่น		เล็กน้อย

วิธีทำ

กะหล่ำปลีผ่าสี่ ต้มในน้ำเดือดประมาณ 2-3 ถ้วย ต้มจนสุก ใส่เห็ดหอมต้มจนสุก
ปรุงรสด้วยซีอิ้วขาว น้ำตาลทราย เกลือ จากนั้นตุนต่อ จนสุก

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
36.0	2.0	6.8	0.2	589.6	270.1	35.5
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ก๋วยเตี๋ยววุ้นเส้นไก่น้ำ



ส่วนผสม (สำหรับ 1 คน)

วุ้นเส้นแช่น้ำ	60	กรัม
เนื้อไก่ต้มสุกฉีก	30	กรัม
คะน้าลวกพอสุก	40	กรัม
ถั่วงอกลวกพอสุก	50	กรัม
ซีอิ้วขาว	2	ช้อนชา
พริกไทยขาวป่น		เล็กน้อย

วิธีทำ

ต้มน้ำกับเนื้อไก่จนสุก แล้วนำมาฉีกเป็นเส้น ลวกวุ้นเส้นใส่ซอมน้ำ ใส่ผักต่างๆ
นำน้ำต้มไก่ไปปรุงรสด้วยซีอิ้วขาวและพริกไทยป่น จากนั้นนำมาราดบน วุ้นเส้นและเครื่อง
ที่เตรียมไว้

ข้อแนะนำ : หลีกเลี่ยงการรับประทานน้ำซุปรวมหมด เพื่อลดการได้รับโซเดียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
187.7	7.66	30.94	3.92	701.2	241.4	78.8
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

ข้าวต้มปลา



ส่วนผสม (สำหรับ 1 คน)

ข้าวสุก	120	กรัม (2 ทัพพี)
เนื้อปลานิล	50	กรัม
ใบขึ้นฉ่าย	เล็กน้อย	
ต้นหอม	3	กรัม (1 ต้น)
ซีอิ๊วขาว	1 ½	ช้อนชา
พริกไทยขาวป่น	เล็กน้อย	

วิธีทำ

ต้มปลานิลกับน้ำ 2 ถ้วย จนสุก ตักข้าวสุกใส่ชาม ตักน้ำกับเนื้อปลาราดบนข้าวสุกที่ตักชาม ปูรสรสด้วยซีอิ๊วขาว โรยหน้าด้วยต้นหอม ใบขึ้นฉ่าย และพริกไทยป่นเล็กน้อย

ข้อแนะนำ : หลีกเลี่ยงการรับประทานน้ำซุจจนหมด เพื่อลดการได้รับโซเดียมสูง

คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 คน

พลังงาน	โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	โซเดียม	โพแทสเซียม	ฟอสฟอรัส
206.7	12.0	36.7	0.9	564.8	270.5	108.8
กิโลแคลอรี	กรัม	กรัม	กรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม	มิลลิกรัม

เอกสารอ้างอิง

1. สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทย และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. คู่มือการจัดการดูแลผู้ป่วยโรคไตเรื้อรังระยะเริ่มต้น. กรุงเทพฯ: ยูเนี่ยนอุลตราไวโอเล็ต; 2555.
2. จุฬารัตน์ รุ่งพิสุทธิพงษ์. โภชนบำบัดในโรคไตและตับ. ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี. [อินเทอร์เน็ต]. 2561 [เข้าถึงเมื่อ 17 สิงหาคม 2561]. เข้าถึงได้จาก: <https://med.mahidol.ac.th/med/sites/default/files/public/pdf/medicinebook1/nutrition%20in%20liver%20and%20kidney%20disease.pdf>.
3. วันทนีย์ เกรียงสินยศ และคณะ. องค์ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการสำหรับทุกช่วงวัย. นนทบุรี: ฝ่ายเลขานุการคณะกรรมการอาหารแห่งชาติ สำนักอาหาร สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา; 2559.
4. สำนักโภชนาการ กรมอนามัย. คู่มือธงโภชนาการ. นนทบุรี: กองโภชนาการ กรมอนามัย; 2551.
5. สำนักโภชนาการ กรมอนามัย. โปรแกรม THAI NUTRI SURVEY. 2557.

อนุสิทธิบัตร ตำรับอาหารลดหวาน มัน เค็ม สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

1. สูตรตำยาเห็ดกึ่งสด สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20862



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ข้อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้
เลขที่คำขอ 1903002731
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาวนนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรตำยาเห็ดกึ่งสด สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20862

ภาคผนวก

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



- หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นในปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มีดังนี้ อนุสิทธิบัตรชนิดสามัญ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้ตั้งแต่ที่หมดอายุค่าธรรมเนียมไป
3. ภายใน 90 วันนับวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีค่าธรรมเนียม 2 ปี
008258 ค่าขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิตามอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต่อทำเป็นอนันต์และจดทะเบียนโดยพนักงานเจ้าหน้าที่

Ref 256601007629599

2. สูตรข้าวผัดเบญจรงค์ สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20863



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002732
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรข้าวผัดเบญจรงค์ สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20863

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



- หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีในต้นปีถัดไป 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวก็ได้
3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
008259 ค่าขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิการอนุสิทธิบัตรและการโอนสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

Ref. 2566/1007645996

3. สูตรผัดเปรี้ยวหวาน สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20864



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002733
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรผัดเปรี้ยวหวาน สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20864

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



- หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีในต้นปีถัดไป 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวก็ได้
3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
008260 ค่าขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิการอนุสิทธิบัตรและการโอนสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

Ref. 2566/1007646461

4. สูตรผัดมะเขือยาว สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20865



อลป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ	1903002734
วันขอรับอนุสิทธิบัตร	22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์	นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์	สูตรผัดมะเขือยาว สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20865

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ



ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref: 256601007089747

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นในปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุด
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียว
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดระยะเวลา 2 ปี
 4. การขอต่ออายุให้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนกับพนักงานเจ้าหน้าที่
- 08261** สายด่วนข้อมูลสิทธิบัตร

5. สูตรแกงส้มผักรวมกุ้งสด สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 22048



อลป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ	1903002735
วันขอรับอนุสิทธิบัตร	22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์	นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์	สูตรแกงส้มผักรวมกุ้งสด สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

22048

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ



ออกให้ ณ วันที่ 10 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นในปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุด
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียว

6. สูตรยาเห็ด สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20866



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002736
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรยาเห็ดนางฟ้าผสมเห็ดภูฐาน สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20866

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref: 256601007703733

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นในปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุด
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวกัน
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี โดยยื่นคำขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
 4. การอนุญาตให้มีสิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรทั้งที่เป็นหนังสือและทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008262

7. สูตรน้ำพริกหนุ่ม สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20867



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002737
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรน้ำพริกหนุ่ม สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20867

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref: 256601007962994

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นในปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุด
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวกัน
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี โดยยื่นคำขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
 4. การอนุญาตให้มีสิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรทั้งที่เป็นหนังสือและทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008213

8. สูตรน้ำพริกอ่อง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20868



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002738
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโสภาพันธ์ และคณะ

20868

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรน้ำพริกอ่อง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมภายในวันครบปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรจะสิ้นสุดอายุ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้ล่วงหน้าถึงหกเดือนก่อนครบปี
3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี โดยยื่นคำขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
008214 อนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

Ref.25660100748343

9. สูตรไข่ขาวตุ๋นทรงเครื่อง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20869



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002739
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโสภาพันธ์ และคณะ

20869

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรไข่ขาวตุ๋นทรงเครื่อง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมภายในวันครบปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรจะสิ้นสุดอายุ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้ล่วงหน้าถึงหกเดือนก่อนครบปี
3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี โดยยื่นคำขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
008290 อนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

Ref.256601007959048

10. สูตรไก่ผัดพริกขิง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20870  อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อผลิตภัณฑ์ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002740
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรไก่ผัดขิง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20870

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref: 25660100728279

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มตั้งแต่ปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้ล่วงหน้าไม่เกิน 6 เดือนก่อนวันครบกำหนดชำระ
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี โดยยื่นคำขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
- 008216** ขอสงวนไว้ให้สิทธิตามอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต่อทั้งฉบับหรือบางส่วนและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

11. สูตรแกงป่าไก่ สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20871  อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อผลิตภัณฑ์ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002741
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรแกงป่าไก่ สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20871

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref: 256601007690699

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มตั้งแต่ปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้ล่วงหน้าไม่เกิน 6 เดือนก่อนวันครบกำหนดชำระ
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี โดยยื่นคำขอต่ออายุ ต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
- 008217** ขอสงวนไว้ให้สิทธิตามอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต่อทั้งฉบับหรือบางส่วนและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

12. สูตรเชิงไฮ้ผัดขี้เმაักุ้ง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20872



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542 อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้
เลขที่คำขอ 1903002742
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ซัยโอยานนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรเชิงไฮ้ผัดขี้เმაักุ้ง สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20872

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref.256601007150810

หมายเหตุ

- 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวได้
3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008187

13. สูตรไก่ผัดพริกหวาน สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20873



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542 อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้
เลขที่คำขอ 1903002743
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ซัยโอยานนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรไก่ผัดพริกหวาน สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20873

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref.256601007109221

หมายเหตุ

- 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มต้นปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวได้
3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008188

14. สูตรแกงจืดเต้าหู้ไข่ขาวหมูสับ สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20874



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ	1903002744
วันขอรับอนุสิทธิบัตร	22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์	นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์	สูตรแกงจืดเต้าหู้ไข่ขาวหมูสับ สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20874

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref.256601007124507

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มตั้งแต่ปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มีดังนี้ อนุสิทธิบัตรหนึ่งชั้นอายุ
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวกัน
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
 4. การอนุญาตให้สิทธิบัตรและอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008189

15. สูตรลาบวุ้นเส้น สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20875



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ชื่อถือสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ	1903002745
วันขอรับอนุสิทธิบัตร	22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์	นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์	สูตรลาบวุ้นเส้น สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20875

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref.256601007136098

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเริ่มตั้งแต่ปีที่ 5 ของอายุสิทธิบัตร มีดังนี้ อนุสิทธิบัตรหนึ่งชั้นอายุ
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวกัน
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
 4. การอนุญาตให้สิทธิบัตรและอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008190

16. สูตรกระท่อมปลีตุ๋น สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20876



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542 อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ข้อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002746
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนที และคณะ
ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรกระท่อมปลีตุ๋น สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20876

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref:25661006955430

- หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปี... 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้... 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี... 4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008191

17. สูตรก๋วยเตี๋ยววุ้นเส้นใสน้ำใส สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด

เลขที่อนุสิทธิบัตร 20877



อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522 ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542 อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ข้อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002747
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนที และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรก๋วยเตี๋ยววุ้นเส้นใสน้ำใส สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20877

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref:25661007088007

- หมายเหตุ 1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปี... 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรจะขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าได้... 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขอต่ออายุอนุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี... 4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่

008192

18. สูตรข้าวต้มปลา สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง ระยะก่อนฟอกเลือด



เลขที่อนุสิทธิบัตร 20878

อสป/200 - ข

อนุสิทธิบัตร

อาศัยอำนาจตามความในพระราชบัญญัติสิทธิบัตร พ.ศ. 2522
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติสิทธิบัตร (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2542
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญาออกอนุสิทธิบัตรฉบับนี้ให้แก่

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สำหรับการประดิษฐ์ตามรายละเอียดการประดิษฐ์ ข้อถ้อยสิทธิ และรูปเขียน (ถ้ามี) ดังที่ปรากฏในอนุสิทธิบัตรนี้

เลขที่คำขอ 1903002748
วันขอรับอนุสิทธิบัตร 22 ตุลาคม 2562
ผู้ประดิษฐ์ นายสมพงษ์ ชัยโอภาณนท์ และคณะ

ชื่อที่แสดงถึงการประดิษฐ์ สูตรข้าวต้มปลา สำหรับผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง (ระยะก่อนฟอกเลือด)

20878

ให้ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรนี้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายว่าด้วยสิทธิบัตรทุกประการ

ออกให้ ณ วันที่ 1 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2566
หมดอายุ ณ วันที่ 21 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2568



รองอธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมทรัพย์สินทางปัญญา
ผู้ออกอนุสิทธิบัตร

พนักงานเจ้าหน้าที่



Ref.2566010920711

- หมายเหตุ
1. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรต้องชำระค่าธรรมเนียมรายปีเป็นต้นไปปีที่ 5 ของอายุอนุสิทธิบัตร มิฉะนั้น อนุสิทธิบัตรนี้จะสิ้นสุดอายุ
 2. ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรขอชำระค่าธรรมเนียมรายปีล่วงหน้าโดยชำระทั้งหมดในคราวเดียวได้
 3. ภายใน 90 วันก่อนวันสิ้นสุดอายุอนุสิทธิบัตร ผู้ทรงอนุสิทธิบัตรมีสิทธิขออายุสิทธิบัตรได้ 2 ครั้ง มีกำหนดคราวละ 2 ปี
 4. การอนุญาตให้ใช้สิทธิในอนุสิทธิบัตรและการโอนอนุสิทธิบัตรต้องทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่
- 008193