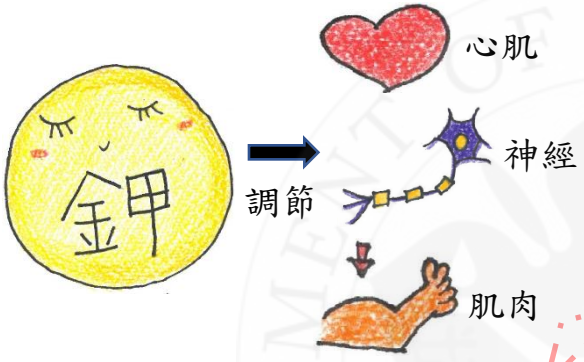
透析病人 高血鉀飲食衛教

鉀是人體必需的礦物質營養素，主要由腎臟代謝，當腎臟受損時，易堆積在體內造成高血鉀，進而引發許多症狀。

鉀離子在人體內做什麼呢？



鉀離子的正常/異常值？

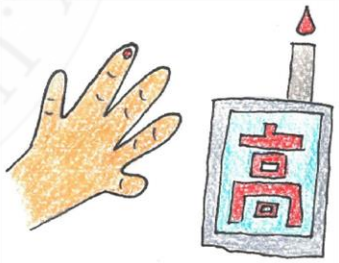
3.5 – 5.1 mEg/L

> 5.1+有症狀

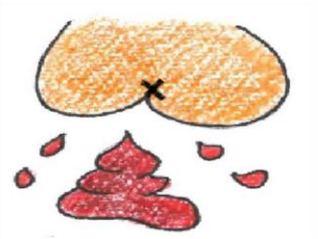
為什麼會高血鉀？

高鉀飲食

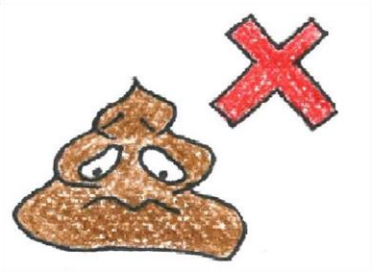
不規律透析



血糖控制差



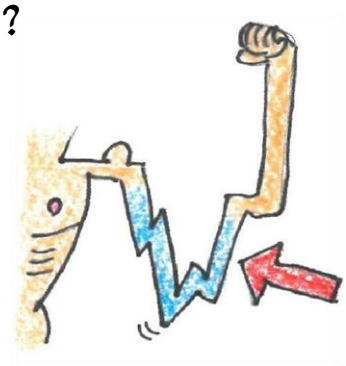
腸胃道出血



長期便祕

高血鉀會有什麼症狀？

手指麻痺



肌肉無力

疲倦

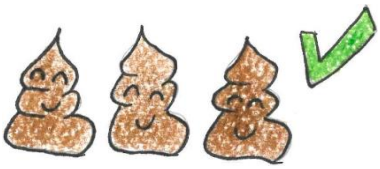
心律不整

危害生命

高血鉀預防措施？

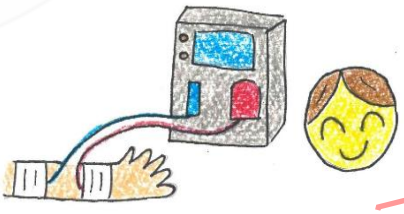
蔬菜川燙 3-5 分鐘再食用

避免食用高鉀飲食



規律排便

血糖控制佳



規律透析

鉀離子大致上由飲食中獲取，避免食用高鉀飲食，養成規律作息，
可降低高血鉀發生的機會，進而提升透析及生活品質。

製作單位:HR
製作日期:111.10
修訂日期:112.05
護理部編碼:09-1-002