

飲食衛教系列－鉀離子

高血鉀：血中鉀離子超過5.0mEq/L以上（正常3.5~5.0mEq/L）

高血鉀的症狀為何？

- 1.在神經肌肉方面，可能會有麻木、無力等情形出現，另可能有臉、舌、腿、手的感覺異常。
- 2.嚴重者可能會有心律不整出現，重則心臟麻痺而導致死亡。
- 3.腎功能不良者，易引起高血鉀代謝性酸中毒。常併有酸血症、末梢血管擴張。

一、以下為高鉀水果請酌量食用



二、以下為高鉀植物類請酌量食用(建議川燙後食用)

1.蔬菜類

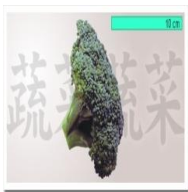




芹菜



美國芹菜



青花菜



韭菜



川七



芋莖



紅鳳菜



茼蒿



芥藍



綠蘆筍



龍鬚菜



茄子

2. 其它類



苜蓿芽



荸薺



竹筍



馬鈴薯



芋頭



南瓜



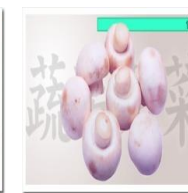
蓮藕



紅蘿蔔



白蘿蔔



洋菇



金針菇



新鮮香菇

3. 其它

新鮮楊桃含有神經毒素，腎衰竭病人進食後容易有意識昏迷、肌肉無力、抽筋打嗝、神經病變、甚至喪命。

參考資料：

郭淑冠、賴俊仁、俞靜儀、李仁鳳、蔡佳容、郭韋宏、郭麗雀、李建德(2020)・改善血液透析病人高血鉀危急值之通報流程及臨床處置・醫療品質，9(1)，40-52。

諮詢電話(02)26723456轉6052、6053

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院