



인공신장실
Artificial Kidney Team

고칼륨혈증





칼륨이란?

칼륨은 우리 몸의 세포 내 액에 주로 존재하는 이온으로 근육의 운동, 특히 심장 근육의 운동에 중요한 역할을 하고 있습니다. 신장 기능이 약 30% 이하로 저하되면 칼륨이 소변을 통해 배설되지 못하고 몸속에 쌓이게 됩니다. 몸속에 쌓인 칼륨은 심장에 부담을 주므로 칼륨 섭취를 줄여야 합니다.

칼륨이 높을 경우

야채+과일



고칼륨혈증



저림, 근 위약감, 부정맥, 심장마비





칼륨을 조절하는 식사요법

- ◆ 칼륨 함량이 낮은 야채와 과일 종류를 선택합니다. 칼륨은 맛으로는 확인할 수 없기 때문에 칼륨 함량이 적은 식품으로 선택해야 합니다.
- ◆ 시중에 있는 저염 소금 · 간장에도 칼륨이 많이 들어있습니다.
- ◆ 과일은 되도록 생과일보다는 통조림 과일을 선택하고 이때 통조림 시럽은 먹지 않도록 합니다.
- ◆ 도정이 덜 된 곡류와 잡곡(귀리, 팥, 기장)에도 칼륨이 많습니다.
- ◆ 칼륨 함량이 높은 음식은 한꺼번에 많이 먹지 말고 소량씩 간격을 두고 먹도록 합니다.

고칼륨 함량 음식

과일

참외, 바나나, 토마토
키위, 오렌지, 거봉



야채

도라지, 열무, 느타리, 상추, 호박
오이, 양송이, 시금치, 토마토



곡류

감자, 고구마, 팥, 옥수수
울무, 밤, 노란콩, 검정콩



유제품

우유, 치즈, 달걀
요구르트



어육류

육류 및 달걀, 굴, 꽃게
조개, 각종 생선 및 건어류



기타

견과류, 황·흑설탕, 미역
소금 대용품





음식 조리 시 칼륨을 줄이는 방법

칼륨은 수용성이므로 물에 녹는 성질이 있습니다

- ◆ 일반적으로 채소의 잎보다는 껍질이나 줄기에 칼륨이 많으므로 껍질이나 줄기는 제거하고 잎만 사용합니다.
- ◆ 채소 및 과일을 충분한 양의 물에 넣어 데친 후 물은 버리고 건집니다. 삶아내고 난 물은 버리고 필요하면 다시 물을 넣어 조리합니다.
- ◆ 따뜻한 물에 2시간 이상 담가 두었다가 헹구어 조리합니다.
- ◆ 감자, 고구마 등은 껍질을 벗기고 얇게 썰어서 충분한 양의 물에 2시간 이상 담궈다가 사용합니다.

주요 고칼륨혈증 치료 약물 및 부작용

약명 : 카리메트



용법 : 1일 15~30g을 2~3회 분할하고 1회량을 물 30~50ml 현탁하여 경구투여합니다.

부작용 : 변비, 구역, 구토, 위부, 불쾌감, 장폐색, 저칼륨혈증

약명 : 카슈트 현탁액 5g/20ml Pack



용법 : 1일 15~30g을 2~3회 나누어 경구투여합니다.

부작용 : 변비, 구역, 구토, 복통, 장폐색, 저칼륨혈증

* 출처 「김스 온라인 의약품」 정보

_____ 님
복용약물 (칼륨약)

칼륨 수치 *정상: 3.5~5.3mg/dl

약 이름

복용법

_____ 일 _____ 회

(식사와 함께 복용)



www.emc.ac.kr



1899-0001

의정부

평일 08:00~17:00 토요일 08:00~12:00

대전/노원

평일 08:30~17:30 토요일 08:30~12:30

강남

평일 08:30~17:30

환자가 필요로 하는 곳엔 ‘을지’가 있습니다

의정부을지대학교병원

대전을지대학교병원

노원을지대학교병원

강남을지대학교병원