



## 인공신장실

Artificial Kidney Team

# 고칼륨혈증





## 칼륨이란?

칼륨은 우리 몸의 세포내액에 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  
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, 굴, 꽃게  
조개, 각종 생선 및 건어류



#### 기타

견과류, 황·흑설탕, 미역  
소금 대용품





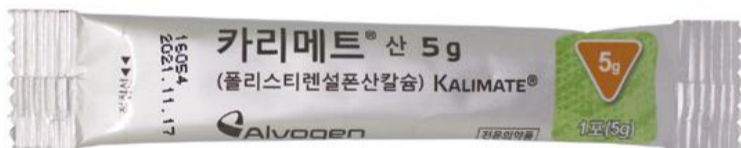
## 음식 조리 시 칼륨을 줄이는 방법

### 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 필요하다면 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 「키스 온라인 의약품」 정보

\_\_\_\_\_ 님  
복용약물 (칼륨약)

칼륨 수치

\* 정상: 3.5~5.3mg/dl

약 이름

복용법

\_\_\_\_\_ 일 \_\_\_\_\_ 회

(  아침  점심  저녁 )



## 의정부을지대학교병원 찾아오시는 길

(11759) 경기도 의정부시 동일로 712



# 1899-0001

진료예약 이용시간 - 평일 08:00~17:00

[www.emc.ac.kr](http://www.emc.ac.kr)

### 환자가 필요로 하는 곳엔 '을지'가 있습니다

의정부을지대학교병원

대전을지대학교병원

노원을지대학교병원

강남을지대학교병원