

★高カリウム血症と低カリウム血症

【1】高カリウム血症の症状

①手足や口唇がしびれる。 ②手足の力が抜けた感じがする。 ③身体がだるくなる。 ④無意識に舌や口の中を噛む。 ⑤口がこわばり、ものが言にくくなる。 ⑥下痢になる。 ⑦冷や汗が出る。 ⑧胸が苦しくなる。 ⑨悪心(おしん)・嘔吐などの胃腸症状、しびれ感・知覚過敏・脱力感などの筋肉・神経症状、不整脈、徐脈。 ⑩心電図では、(1) T波の尖鋭化とQT間隔の狭小化、(2) P波の消失、(3) QRS波の拡大と変形、(4) QRS波、ST波およびT波の融合による2相性波形が現れる。 ⑪ひどいときには心臓が止まる。

【2】低カリウム血症の症状

(1) 軽症の場合

- ① 脱力感 ②筋力低下等骨格筋の症状 ③悪心(おしん) <吐き気>
④嘔吐(吐く) ⑤便秘等消化管の症状

(2) 重症の場合

- ① 四肢麻痺(痙攣含む) ②呼吸筋麻痺 ③不整脈 ④腸閉塞等の症状

《血清カリウム値の参考評価》

- ① 6.5 mEq/l 以上 危険
② 6.0 ~ 6.4 mEq/l 要注意
③ 5.5 ~ 5.9 mEq/l やや注意
④ 5.0 ~ 5.4 mEq/l 安全
⑤ 3.5 mEq/l 以下 低K血症要注意

< 8 mEq/l 以上になると心停止の危険性が高まります。 >

《高カリウム血症チェック項目》

1. 野菜、フルーツの食べる量は多くないか。
2. 肉や魚、牛乳等の副食を摂取しすぎていないか。
3. 豆類(大豆・納豆・煮豆・ピーナッツ等)の食べる量は多くないか。
4. いも類は食べすぎていないか。
5. 海藻類(ワカメ・コブ等)等を摂取しすぎていないか。
6. 100%果汁のトマトジュース・野菜ジュース等は飲んでいないか。
7. 食事の全体量、食事のバランスに問題はないか。

