

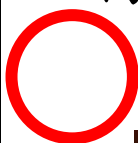
低血鉀飲食(Low Potassium Diet)

一、定義:

低血鉀是因吸收不良、血鉀過度流失，或使用一些藥物而使血中之鉀濃度不足。若有低血鉀之情形時，應多攝取含鉀高的食物。

二、食物選擇種類

1、高湯類食物:可吃



肉湯



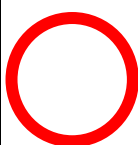
菜湯



魚湯



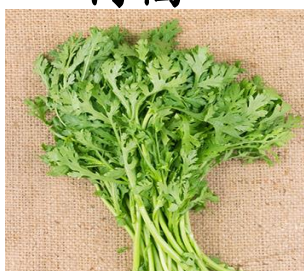
2、蔬果類:可吃



芹菜



茼蒿



空心菜



菠菜



莧菜



胡蘿蔔



香菇



馬鈴薯



葡萄



香瓜



香蕉



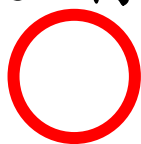
葡萄柚



柑橘類



3、高纖五穀類:可吃



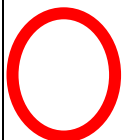
胚芽米、糙米、麥片



玉米



4、奶類製品:可吃



鮮奶



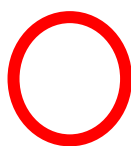
乳酪



奶粉



5、乾果類和堅果類：可吃



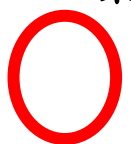
葡萄乾、腰果、杏仁果



花生、花生醬



6、茶飲類：可吃



茶



咖啡



運動飲料



低血鉀飲食衛教單張

潮州安泰醫院 護理部

姓 名		病 歷 號	
衛 教 內 容	1. ☐ 瞭解 2. ☐ 不瞭解, _____		
衛教對象簽名		與患者關係	
護理人員簽名			
中華民國 年 月 日			