

## **Kaliumtekort (hypokaliaemie)**

Kalium regelt samen met chloride en natrium de vochtbalans en bloeddruk in het lichaam. Ook zorgt kalium ervoor dat zenuwprickers goed geleid worden en spieren zich samentrekken. Kalium verlaagt de bloeddruk bij mensen met een hoge bloeddruk. Voor verlagen van de bloeddruk is het niet alleen belangrijk om de kaliuminname te verhogen, maar ook om de zoutinname te verlagen. Daarnaast verkleint een hogere inname van kalium het risico op een beroerte.

Bij een lage kaliumwaarde vragen naar veelvuldig braken of langdurige diarree.

Een verlaagde waarde > 3.0 heeft geen specialistisch onderzoek of farmacologische behandeling. Patiënt krijgt het advies om kaliumrijke voeding te eten zoals bananen, tomaten broccoli, vette vis en aardappels. Kalium waarde opnieuw bepalen na 4 weken.

Bij een waarde < 3.0 de patiënt via de huisarts insturen voor specialistisch onderzoek, inclusief een ECG, CAVE hartritme stoornissen.

### **Laatste revisie datum:**

21-11-2019

### **Trefwoorden<sup>1</sup>:**

Kalium

Hypokaliaemie

Hartritmestoornissen

---

<sup>1</sup> © 2019 M. de Ruijter