

大多數的食物均有含鉀，當腎臟功能退化導致鉀離子排泄減少，造成鉀離子蓄積在體內。血鉀過高可能導致：肌肉無力、心率不整等症狀發生。

限鉀飲食小技巧

調味品：勿使用鉀高的調味品(如低鈉鹽、健康美味鹽、薄鹽(無鹽醬油、蕃茄醬)，使用普通鹽(精鹽)或醬油即可。

白開水是最好的選擇：避免食用濃縮高湯、中藥汁、咖啡、茶、運動飲料、雞精。
蔬菜類：

1.勿吃生菜如涼拌小黃瓜、生菜沙拉等。

2.鉀離子易溶於水，綠色蔬菜類以滾水燙過(建議1~3分鐘後)，再用油炒或油拌，避免食用菜湯。

主食類：地瓜、南瓜、馬鈴薯、芋頭、皇帝豆、山藥、荸薺屬於高鉀澱粉類避免大量食用，若要食用請切片水煮再食用。

水果類：每日建議攝取2份水果 (1份=去皮切塊八分碗)，多選擇低鉀水果(如下表為1份水果)，高鉀水果 (如美濃瓜,哈密瓜,桃子,奇異果,聖女蕃茄)乾燥水果及果汁應限量食用。