

هیپرکالمی زمانی رخ می دهد که سطح پتاسیم در خون بیش از حد بالا می رود. پتاسیم یک ماده مغذی ضروری است که در غذاها یافت می شود. این ماده مغذی به عملکرد اعصاب و ماهیچه ها کمک می کند. اما پتاسیم بیش از حد در خون می تواند به قلب آسیب برساند و باعث حمله قلبی شود.

پتاسیم نوعی الکترولیت و از مواد معدنی مورد نیاز بدن است که برای سیستم های مختلف بدن به خصوص عملکرد اعصاب و عضلات از جمله قلب اهمیت زیادی دارد، با این حال دریافت بیش از حد آن می تواند عوارض زیادی به دنبال داشته و حتی به مرگ بیمار منجر شود. برای انجام آزمایش خون برای تشخیص میزان پتاسیم از می توانید بدون حضور در آزمایشگاه از سیستم **جوابدهی آنلاین** آزمایشگاه نیکو استفاده کنید.

سطح پتاسیم ایمن یا نرمال چیست؟

سطح پتاسیم معمولی برای یک بزرگسال بین ۳,۵ تا ۵,۰ میلی مول در لیتر (mmol/L) است. هیپرکالمی زمانی رخ می دهد که سطح آن از ۵,۵ میلی مول در لیتر بالاتر رود. مقدار بالای ۶,۵ میلی مول در لیتر می تواند باعث مشکلات قلبی شود که نیاز به مراقبت فوری پزشکی دارد.

چه کسانی ممکن است هیپرکالمی (پتاسیم بالا) داشته باشند؟

هر کسی ممکن است به هیپرکالمی مبتلا شود، حتی کودکان. اگر موارد زیر را داشته باشید ممکن است بیشتر در معرض خطر باشید:

- بیماری آدیسون
- اختلال مصرف الکل
- سوختگی
- نارسایی احتقانی قلب.
- دیابت.
- ویروس نقص ایمنی انسانی (HIV).
- بیماری کلیوی.

علت هایپرکالمی (پتاسیم بالا) چیست؟

کلیه ها پتاسیم را از غذاها و نوشیدنی ها فیلتر می کنند. بدن با ادرار کردن از شر پتاسیم اضافی خلاص می شود. با هیپرکالمی، بدن پتاسیم زیادی دارد که کلیه ها نمی توانند آن را حذف کنند. در نتیجه، پتاسیم در خون جمع می شود.

علاوه بر شرایطی مانند بیماری کلیوی، این عوامل نیز در ایجاد هیپرکالمی نقش دارند:

- یک رژیم غذایی با پتاسیم بالا، که می تواند ناشی از مکمل های پتاسیم و جایگزین های نمک باشد.
- داروهایی که حاوی پتاسیم هستند، مانند برخی از داروهای فشار خون بالا.

علائم هیپرکالمی (پتاسیم بالا) چیست؟

بسیاری از افراد مبتلا به هیپرکالمی خفیف هیچ نشانه ای ندارند. علائم اغلب به تدریج طی هفته ها یا ماه ها ظاهر شوند. سطوح بالای پتاسیم به طور خطرناکی بر قلب تأثیر می گذارد و باعث شروع ناگهانی مشکلات تهدید کننده زندگی می شود. علائم هیپرکالمی عبارتند از:

- درد شکم و اسهال.
- درد قفسه سینه.
- تپش قلب یا آریتمی
- ضعف یا بی حسی عضلات در اندام ها.
- تهوع و استفراغ.

چگونه هیپرکالمی (پتاسیم بالا) تشخیص داده می شود؟

از آنجایی که بیشتر افراد علائمی ندارند، ممکن است تا زمانی که آزمایش خون معمولی انجام ندهند، ندانند که پتاسیم بالایی دارند. آزمایش پتاسیم سرم سطح پتاسیم خون را اندازه گیری می کند. برای گرفتن جواب این آزمایش می توانید از سیستم جوابدهی آنلاین استفاده کنید. پزشک همچنین ممکن است یک نوار قلب (EKG) درخواست دهد. این آزمایش تغییرات ریتم قلب ناشی از هیپرکالمی را نشان می دهد.

عوارض هیپرکالمی (پتاسیم بالا) چیست؟

هیپرکالمی شدید می تواند به طور ناگهانی ایجاد شود. این امر می تواند باعث تغییرات خطرناک ریتم قلب (آریتمی) شود که باعث حمله قلبی می شود. حتی هایپرکالمی خفیف نیز می تواند به مرور زمان به قلب آسیب برساند.

هایپرکالمی (پتاسیم بالا) چگونه درمان می شود؟

درمان بسته به سطح پتاسیم متفاوت است. گزینه ها عبارتند از:

دیورتیک ها: این داروها که به آنها قرص های ادرار آور نیز گفته می شود، باعث ادرار بیشتر می شوند. بدن عمدتاً از طریق ادرار از شر پتاسیم خلاص می شود.

درمان داخل وریدی (IV): سطوح بسیار بالای پتاسیم نیاز به درمان فوری دارد. پزشک برای محافظت از قلب یک انفوزیون وریدی کلسیم تجویز خواهد کرد. در مرحله بعد، انسولین تزریق می شود که به انتقال پتاسیم به سلول های خون کمک می کند. همچنین ممکن است یک داروی آسم به نام آلبوترول استنشاقی تجویز شود تا سطح پتاسیم را کاهش دهد.

تغییر در داروهای مصرفی: بسیاری از افراد پس از قطع یا تغییر برخی داروهای فشار خون یا داروهای دیگری که سطح پتاسیم را افزایش می دهند، بهبود می یابند. پزشکمی تواند تعیین کند که چه تغییراتی در داروهای مصرفی ایجاد شود.

دیالیز: اگر سطح پتاسیم بالا بماند یا نارسایی کلیه به وجود بیاید، ممکن است به دیالیز نیاز باشد. این درمان به کلیه های کمک می کند تا پتاسیم اضافی خون را حذف کنند.

چگونه می توان از هیپرکالمی (پتاسیم بالا) جلوگیری کرد؟

اگر هیپرکالمی داشته اید یا در معرض خطر ابتلا به آن هستید، رژیم غذایی کم پتاسیم بهترین راه برای محافظت از سلامت شما است. ممکن است لازم باشد برخی از غذاهای دارای پتاسیم بالا را از رژیم غذایی خود حذف کنید این مواد غذایی عبارتند از:

- مارچوبه
- آووکادو
- موز
- مرکبات و آب میوه ها، مانند پرتقال و گریپ فروت.
- اسفناج پخته شده
- خربزه و طالبی
- شلیل
- سیب زمینی
- آلو، کشمش و سایر میوه های خشک
- کدو حلوایی
- گوجه فرنگی و محصولات گوجه فرنگی مانند رب و سس کچاپ

منابع:

[/https://emedicine.medscape.com](https://emedicine.medscape.com)

[/https://my.clevelandclinic.org](https://my.clevelandclinic.org)

<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/۱۵۱۸۴-hyperkalemia-high-blood-potassium>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D۸%A۸%DB%۸C%D۹%۸۵%D۸%AV%D۸%B۱%DB%۸C%D۸%A۲%D۸%AF%DB%۸C%D۸%B۳%D۹%۸۸%D۹%۸۶>

