

EINE HYPERKALIÄMIE ERKENNEN UND BEHANDELN

Eine Hyperkaliämie äußert sich häufig unspezifisch. So kann es vor allem im Mundbereich zu einem „komischen Kribbeln“ etwa auf der Zunge kommen. Auch Muskelzuckungen und Lähmungen sowie im schlimmsten Fall Herzrhythmusstörungen können Hinweise sein.

Der sicherste Weg ist aber eine regelmäßige Untersuchung bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Auf jeden Fall sollten Sie ab dem 35. Lebensjahr alle drei Jahre die Gesundheitsuntersuchung wahrnehmen. Ein hoher Kaliumwert kann auf eine Nierenerkrankung hinweisen. Aber: Die Messverfahren und erhobenen Werte der Partnerlabore unterscheiden sich häufig. Auch durch längeres Liegen der Blutprobe in der Praxis oder starkes Anziehen der Spritze bei der Blutabnahme kann der Kaliumwert erhöht sein. Sollten Ihre Ergebnisse auffällig sein, suchen Sie in jedem Fall zunächst das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin. Oft müssen die Zusammenhänge zwischen den Werten tiefergehend und über einen längeren Zeitraum beleuchtet werden, um zu einer stimmigen Aussage zu gelangen. Sicherlich wird Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt im Zweifelsfall einen Nierenspezialisten (Nephrologen) hinzuziehen.

Durch spezielle Medikamente sowie gezieltere Steuerung vorhandener Medikamente kann der Kaliumhaushalt wieder ausgeglichen werden.

WAS KÖNNEN SIE UNTERNEHMEN?

- Gehen Sie regelmäßig alle 3 Jahre zur Gesundheitsuntersuchung. Fragen Sie ganz gezielt nach dem Kaliumspiegel sowie den beiden für eine CKD-Früherkennung relevanten Werte eGfR und UACR.
- Sollten Sie Medikamente gegen Blutdruck und Krebs oder zur Verhütung nehmen, so fragen Sie Ihre Ärztin bzw. Ihren Arzt nach dem Kaliumspiegel.
- Achten Sie auf die Warnhinweise und gehen Sie lieber einmal mehr zum Arzt.
- Seien Sie vorsichtig, wenn Kirschen, Erdbeeren, Bananen und Schokolade zusammen auf Ihrem Speiseplan stehen. Alle enthalten viel Kalium.
- Auch Nüsse enthalten viel Kalium – achten Sie auch hier darauf, nicht zu viele zu verzehren.

Waren die Informationen für Sie hilfreich? Mit Ihrer Spende sichern Sie unsere Arbeit langfristig. Jeder Beitrag zählt!

BANKVERBINDUNG

Spendenkonto Deutsche Nierenstiftung
Volksbank Darmstadt-Süd Hessen eG
IBAN: DE46 5089 0000 0005 2007 09
BIC: GENODEF1VBD

KONTAKT

Deutsche Nierenstiftung
Geschäftsstelle
Grafenstraße 13
64283 Darmstadt

Fon 06151-78074-0
Fax 06151-78074-29
info@nierenstiftung.de



www.nierenstiftung.de
www.facebook.com/deutsche.nierenstiftung

Die Herstellung dieser Informationsbroschüre wurde mit finanziellen Mitteln der Firma Vifor Pharma Deutschland GmbH unterstützt. Die Inhalte dieser Veröffentlichung wurden unabhängig und nach bestem Wissen sowie frei von inhaltlicher Einflussnahme erstellt.



Vifor Pharma
Deutschland GmbH

Stand: 03/2022; Bild: © Shutterstock/
Monkey Business Images

HOHES KALIUM IM BLUT – HYPERKALIÄMIE

Hilfreiche Informationen zu Ihrer Nierengesundheit

HYPERKALIÄMIE

Kalium und die Nieren

Das Elektrolyt Kalium ist mitverantwortlich für den Informationsfluss im Körper. Es sorgt dafür, dass die Informationen transportiert werden, wann welcher Muskel angespannt oder entspannt sein soll – das schließt auch den Herzmuskel ein. Ein funktionierendes Gleichgewicht ist entscheidend, sonst können gefährliche Herzrhythmusstörungen auftreten.

Elektrische Ladung, Informationsleitung, Muskulatur – was hat das alles mit der Nierenfunktion zu tun? Die Niere regelt unter anderem den Elektrolythaushalt, also die Konzentration von Kalium, Natrium, Phosphaten und vielen anderen Stoffen in unserem Körper. Im Falle des Kaliums wirkt sich ein Zuviel oder Zuwenig direkt auf die Fähigkeit der Zellen zur Informationsweiterleitung aus (Natrium-Kalium-Pumpe).

Eine lebenswichtige Grundfunktion ist ein gleichmäßiger Herzschlag, denn der Herzmuskel versorgt, wie eine Pumpe, alle Organe und das Gehirn mit Blut, Nährstoffen und Sauerstoff. Dies brauchen sie, um ihre jeweiligen Aufgaben im Körper zu erfüllen. Bei zu viel Kalium (Hyperkaliämie) oder zu wenig Kalium (Hypokaliämie) kann die elektrische Information im Körper gestört werden. Das stetige, rhythmische An- und Entspannen des Herzmuskels verliert dann seine Gleichmäßigkeit und es kann zu einer Störung der Blutversorgung der Organe kommen.

DIE NATRIUM-KALIUM-PUMPE

Kalium ist ein wesentlicher Bestandteil der Natrium-Kalium-Pumpe. Diese Arbeitseinheit sitzt in der Zellwand (Transmembranprotein) und sorgt dafür, dass die Zelle über eine elektrische Grundladung verfügt. Das ist die Voraussetzung dafür, dass eine Nervenzelle – und damit das ganze Nervensystem – erforderliche Impulse und Informationen in Form elektrischer Energie überhaupt weitergeben kann. Zu viel oder zu wenig Kalium kann die Ladungszustände im Körper beeinflussen. Die Niere hat die Aufgabe, das erforderliche Gleichgewicht zu erhalten.



DIE URSACHEN UND FOLGEN EINER HYPERKALIÄMIE

Zu einem erhöhten Kaliumspiegel und damit zu einer Hyperkaliämie kommt es, wenn die Nieren nicht mehr genügend Kalium filtern können. Das ist der Fall

- bei akutem Nierenversagen
- bei einer Chronischen Nierenerkrankung (CKD)

Aber auch verschiedene Medikamente lassen den Kaliumspiegel steigen. Dazu gehören etwa Blutdrucksenker, Krebs- oder auch Verhütungsmedikamente.

Über die Ernährung werden laut DGE in der Regel nicht mehr als 5g bis 6g Kalium pro Tag zugeführt. Bei intakter Nierenfunktion ist das unbedenklich.

Die Folgen einer Kaliumübersorgung können Darmverschluss, Muskelschwäche und -lähmung, Lungenversagen und Herzrhythmusstörungen (Tachykardie) sein.

RISIKO HERZINSUFFIZIENZ

Das Risiko einer Herzinsuffizienz ist durch eine Chronische Nierenerkrankung recht hoch. Doch auch umgekehrt können gesunde Nieren durch eine Herzerkrankung geschädigt werden. So besteht die Therapie der Herzinsuffizienz oft aus Medikamenten, die zur Hyperkaliämie führen können. Meist ist sogar eine Kombination aus mehreren Medikamenten notwendig, die schon als Einzelsubstanzen eine Hyperkaliämie hervorrufen können.

Deshalb sollte auch bei einer Herzinsuffizienz regelmäßig der Kaliumspiegel gemessen werden, um frühzeitig gegensteuern zu können.

DIE BEDEUTUNG DER NIEREN IM ÜBERBLICK

