Behandeling

Kaliumbeperkte voeding, tijdens opname

Kalium is een mineraal dat in bijna alle voedingsmiddelen zit. Het speelt een rol bij een goede vochtbalans in het lichaam.

Als u een te hoog kaliumgehalte in uw bloed heeft, kan de arts u tijdelijk aanraden een kaliumbeperkt dieet te volgen. U eet en drinkt dan zo min mogelijk kaliumrijke voedingsmiddelen. Kalium is een mineraal dat een rol speelt bij een goede vochtbalans in het lichaam. Kalium heeft samen met het mineraal natrium een belangrijke functie in het regelen van de bloeddruk. Daarnaast zorgt kalium ervoor dat zenuwprikkels goed signalen kunnen doorgeven en de spieren zich samentrekken.

(073) 553 20 19
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Hoe kunt u kalium in de voeding beperken?

Kalium in de voeding beperken

Tijdens uw opname kunt u zelf uw keuze maken bij het bestellen van uw voeding of uw dranken. Houd hierbij rekening met de onderstaande adviezen:

- Neem maximaal 1 portie fruit of 1 glas vruchtensap (zoals appelsap, sinaasappelsap) per dag of 1 tomaat.
- Neem maximaal 1 kop koffie per dag. Thee, water of frisdrank (geen vruchtensap) mag u onbeperkt drinken.
- Gebruik geen sterk geconcentreerde fruitproducten zoals tutti frutti, appelstroop, vruchtensiroop (van echt fruit), rozijnen.
- Neem maximaal 2 keer per dag een melkproduct, zoals melk, karnemelk, yoghurt, kwark, vla.
- Vervang aardappelen 2 tot 3 keer per week door rijst of pasta.
- Eet niet vaker dan 1 keer per 2 weken kaliumrijke groenten. Zoals spinazie, postelein, boerenkool, tuinbonen en peulvruchten zoals witte bonen en bruine bonen. Ook tomaten zijn kaliumrijk.
- Vermijd chocoladehagel en –pasta, u mag wel vruchtenhagel, suiker of jam nemen.
- Eet geen noten.
- Eet geen chocolade
- Vermijd sterk geconcentreerde aardappelproducten zoals chips en friet.

Als u zich goed aan de adviezen houdt, is na enkele dagen het kaliumgehalte in uw bloed vaak weer zoals het moet zijn. Dan kunt u in overleg met uw arts stoppen met het beperken van kalium. Als de arts afspreekt dat u zich thuis ook aan de kaliumbeperking moet houden, krijgt u een afspraak bij een diëtist in het ziekenhuis.

Praktische tips

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Code DIE-059

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis