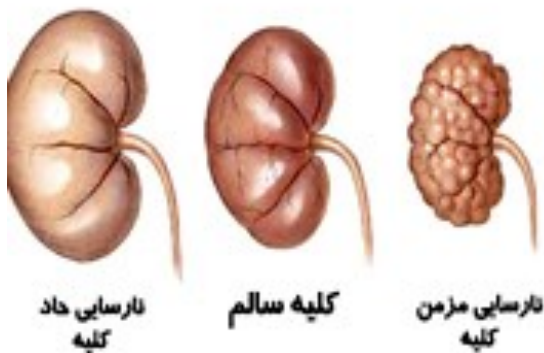


مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی قائم (عج) واحد آموزش به بیمار و خانواده

درباره نارسایی کلیه بیشتر بدانیم...



ویژه بیمار و خانواده

تاریخ ویرایش: مرداد ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: مرداد ۱۴۰۶

کد بازنگری: ۰۰۶



کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه مرکزی بیمارستان قائم (عج) اتاق ۳ با کادری مجرب روزهای غیر تعطیل هفته از ساعت ۹ تا ۱۲ به صورت رایگان آماده پاسخگویی به سوالات شما می‌باشد.



مددجو و همراه گرامی

با شناسه پیگیری که در خلاصه پرونده یا برگه آزمایش است می‌توانید کلیه آزمایشات معوقه را از طریق آدرس زیر پیگیری کنید.

<https://labresult.mums.ac.ir/>

منبع:

1. <https://medlineplus.>
2. <https://www.clinicalkey.com>



آموزش به بیمار و خانواده

۱. در مرحله ابتدایی بیماری رعایت رژیم غذایی مهم است. با توجه به این که مواد زائد خون، دفع نمی‌شود باید به دریافت سدیم، پتاسیم و فسفر توجه نمود.

از مصرف آب سبزیجات و خورشت‌ها خودداری کنید

موادی مانند سس گوجه، دوغ شور، غذاهای کنسرو شده، سوسیس و کالباس و انواع مغزهای شور مصرف نشود. از مصرف غذاهای چرب و شور پرهیز شود. میوه و سبزی مصرف گردد.

۲. داروها را طبق دستور پزشک استفاده نمایید پیگیری منظم آزمایشات و مراجعه به موقع به پزشک مهم است.

۳. فشار خون را کنترل و از مصرف دخانیات اجتناب کنید.

۴. عفونت‌های ادراری را زود درمان کنید.

۵. سیب زمینی حاوی مقدار زیادی پتاسیم است، قبل از مصرف حتما پوست گرفته و چند ساعت در آب خیس کنید.

۶. حبوبات مانند: نخود، لوبیا، عدس حاوی مقدار زیادی پتاسیم است پس محدود استفاده شود.

۷. مرغ و ماهی را باید بدون پوست مصرف کنید.

۸. میوه‌های کم پتاسیم عبارتند از: سیب، نارنگی، لیمو، انگور، گریپ فروت، گیلان، توت فرنگی، هلو، آناناس، تمشک، هندوانه و زغال اخته. که می‌توان استفاده کرد.

۹. در مراحل انتهایی بیماری کلیوی، مصرف آب باید محدود گردد. پس می‌توان از لیمو، یک تکه یخ، خیس کردن لب‌ها با آب یا جویدن آدامس برای رفع تشنگی استفاده کرد.

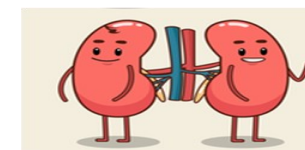
مددجوی گرامی این برگه آموزشی، حاوی نکاتی در مورد آشنایی با بیماری نارسایی کلیه جهت افزایش آگاهی شما می باشد امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده، هر چه سریعتر سلامت خود را بازیابید.



نارسایی کلیوی چیست؟

کلیه ها دو عضو لوبیایی شکل در دو طرف پهلوها قرار دارند و کارهایی از قبیل: کنترل آب و الکترولیت های بدن، دفع مواد زائد و سمی از خون، تنظیم فشار خون و کمک به خون سازی انجام می شود.

نارسایی کلیوی زمانی اتفاق می افتد که عملکرد طبیعی کلیه ها متوقف می شود در نتیجه موادی که در حالت طبیعی از ادرار دفع می شوند در مایعات بدن جمع شده و علائم ناشی از دفع نشدن مواد دیده می شود. (به هم خوردن تعادل مایع و الکترولیت در بدن اتفاق می افتد)



اولین علامتی که افراد باید به آن توجه کنند، این است که فرد بیش از حد معمول احساس خستگی می کند و انرژی کمی دارد و دچار اشکال در تمرکز است که به دلیل تشکیل سموم در خون می باشد.

دو نوع نارسایی کلیه وجود دارد:

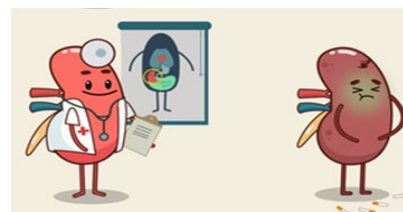
نارسایی حاد کلیه — نارسایی مزمن کلیه

نارسایی حاد کلیه چگونه اتفاق می افتد؟

توقف ناگهانی عملکرد کلیه ها، معمولاً موقتی بوده و اغلب به عملکرد معمول خود بر می گردند.

این بیماری می تواند به دنبال کاهش شدید فشار خون، خونریزی، مصرف بعضی داروها، سوختگی، تصادفات، عفونت و انسداد در جریان ادرار به وجود بیاید.

سردرد، گرفتگی عضلانی، خواب آلودگی، تهوع، خستگی، و تشنج بعضی از علائم این بیماری می باشد.



در نارسایی مزمن کلیه چه اتفاقی می افتد؟

در این شرایط کلیه ها دچار صدمه دائمی شده و بر حسب شدت بیماری به سه نوع خفیف، متوسط، شدید و پیشرفته تقسیم می شود.

در نوع پیشرفته با زیاد شدن مواد سمی در خون، فرد دچار کاهش سطح هوشیاری شده و باید تحت دیالیز قرار بگیرد یا در نهایت کلیه پیوندی دریافت کند.

در نارسایی حاد (خفیف) با درمان دارویی یا انجام چند جلسه دیالیز اورژانس، بهبودی حاصل می شود. هر چند ممکن است در صورت عدم درمان منجر به نارسایی مزمن کلیه شود.

ظاهر شدن علائم بالینی به میزان شدت نارسایی مزمن کلیه در فرد بستگی دارد.

علائم نارسایی مزمن کلیه چیست؟

در مراحل اولیه یا خفیف: ضعف و خستگی، کم انرژی بودن، بی اشتها و بیدار شدن مکرر از خواب به علت دفع ادرار. متأسفانه تا زمانی که صدمات غیر قابل برگشت رخ ندهد، علائم ایجاد نمی شود.

در نوع شدید شامل: خارش شدید، کاهش اشتها، تهوع و استفراغ، سسکه، کم خونی، کاهش سطح هوشیاری، انقباضات عضلانی، فشارخون بالا، گیجی، تشنج، ضعف و خستگی، اختلالات خواب، قطع قاعدگی، ورم

***دیالیز (همودیالیز):

خون شما از طریق یک لوله که به کاتتر گردن یا کشاله ران متصل است یا از طریق شنت یا فیستول شریانی-وریدی به یک دستگاه منتقل می شود که در آن مواد زائد و مایعات اضافی از خون شما تصفیه شده و خون تمیز به بدن شما برگردانده می شود.

***دیالیز صفاقی:

در این روش مایع مخصوصی در شرایط استریل، وارد شکم شما می شود. این مایع، مواد زائد و آب اضافی را از خون شما جمع آوری کرده، سپس مایع را از شکم شما تخلیه کرده و خارج می شود.



همیشه به یاد داشته باشید هدف اصلی جلوگیری یا کاهش آسیب به کلیه ها است.