



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: نارسایی مزمن کلیه

کد سند: NO-BK-428



تهیه کننده: سارا ترک زاده، مبینا محمدی، فاطمه محسن

بیگی، علی شمسی

تنظیم کننده: فرحناز نریمپسا (سوپروایزر آموزش سلامت)

ویراستار: مرکز فناوری اطلاعات بیمارستان شفا

به دلیل پیشگیری از خونریزی به دلیل دریافت هپارین در حین

دیالیز توصیه می شود:

از مسواک نرم استفاده شود.
برای تراشیدن موهای زائد بدن از ریش تراش برقی استفاده شود
از تیغ و ژیلت استفاده نشود.
اجتناب از تخلیه ی محتویات بینی با فشار

پوست:

حمام کردن بیمار با آب خنک
تمیز نگه داشتن پوست و کوتاه نگه داشتن ناخن بیمار برای
جلوگیری از خراشیدن پوست
اجتناب از به کار بردن اجسام برای خاراندن پوست
از قرار گرفتن در محیط های با درجه حرارت بالا خودداری
نمایند.

دهان و دندان:

رعایت بهداشت دهانی برای پیشگیری از خشکی غشاهای دهانی و
عدم ایجاد زخم دهانی
جهت مرطوب گذاشتن لب ها توصیه می شود از پماد نرم کننده
استفاده شود.

خستگی:

فعالیت ها و برنامه های ورزشی در اول صبح صورت گیرد.
دوره های استراحت در طی روز برنامه ریزی شود.
استراحت کافی بعد از جلسه دیالیز حتما داشته باشید.
از مصرف الکل، مواد مخدر و ورزش های سنگین پرهیز شود.

رفع بی خوابی:

مصرف نوشیدنی های گرم، ماساژ پشت و اندام ها، پیاده روی و یا
قدم زدن در پارک

منابع: برونرو سודارث

❖ در صورت مصرف پنیر باید نمک آن کاملاً گرفته شود

بدین منظور باید پنیر را چند ساعت قبل از مصرف در
آب ساده قرار داد.

❖ شیر و ماست مصرفی باید حتماً کم چرب باشند.

❖ سبزی ها و میوه ها حاوی مقدار زیادی پتاسیم هستند
اما به دلیل دارا بودن بسیاری از مواد مغذی ضروری
برای بدن باید به مقدار مناسب توسط مبتلایان به
بیماری مزمن کلیه استفاده شوند.

❖ میوه ها و سبزیجات پرتاسیم: گوجه فرنگی، چغندر

، موز پرتقال، کیوی، گلابی

❖ میوه ها و سبزیجات کم پتاسیم: خیار ، سیب ، هویج

، لوبیا سبز، نارنگی، آناناس

خودمراقبتی در بیماران نارسایی مزمن کلیوی :

پیگیری درمان ضروری است مثل برنامه های دیالیز، آزمایشات و
ویزیت پزشک

در صورت بروز علائم خطر مانند کاهش یا فقدان برون ده ادراری،
افزایش ناگهانی وزن، تورم پاها و زانوها، تب و مشکلات تنفسی،
اختلال دید و تغییر بینایی، سردرد و تشنج فوراً به پزشک اطلاع
دهید.

وزن خود را هر روز چک کنید.

برنامه دارویی بیمار طوری تنظیم شود که داروها بلافاصله قبل از
غذا مصرف نشوند (موجب بی اشتهاپی و احساس پری می شود).

در صورت بروز گرفتگی عضلانی از کمپرس گرم و ماساژ عضلانی
اندام مبتلا استفاده شود.

کلیه ها محصولات زائد بدن و به طور اختصاصی محصولات نهایی متابولیسم پروتئین را بصورت طبیعی در ادرار دفع می کنند و با کاهش کارکرد کلیوی این مواد در خون تجمع می یابد. نارسایی کلیوی هنگامی به جود می آید که کلیه ها نتوانند فرآورده های زائد متابولیک را دفع نمایند و یا کارکردهای تنظیم کننده را اعمال کنند.

نارسایی کلیوی حاد:

وقتی است که به طور ناگهانی عملکرد کلیه متوقف میشود و اغلب علت آن مسمومیت با سموم، کاهش شدید فشارخون، صدمات یا انسداد در جریان ادرار می باشد. این حالت موقتی بوده و اغلب کلیه ها به عملکرد معمول و یا نزدیک به آن برمیگردند.

نارسایی کلیوی مزمن:

کاهش تدریجی و پیشرونده عملکرد کلیه که غیرقابل برگشت است و کلیه ها نمیتوانند مواد زائد را دفع کنند و مبتلایان برای ادامه حیات یا باید تحت درمان با دیالیز قرار گیرند و یا کلیه پیوندی دریافت کنند.



گیجی ، بی قرار بودن پاها ، لرزش ، ضعف و خستگی ، پوست خشک ، خارش ، کبودی ، افزایش فشارخون ، ادم دور چشم ، ادم دست و پاها ، کوتاهی تنفس ، بی اشتها ، تهوع و استفراغ ، طعم فلز در دهان ، کم خونی ، قطع قاعدگی ، درد استخوانی ، کرامپ عضلانی

عوارض:

کم خونی ، بیماری های استخوانی ، کاهش کلسیم ، متابولیسم غیرطبیعی ویتامین D ، افزایش پتاسیم ناشی از کاهش دفع ، اسیدوز متابولیک ، افزایش فشارخون ناشی از احتباس سدیم و اب

درمان:

1. دارو درمانی: شامل داروهای پایین آورنده ی فشارخون، مکمل های کلسیم، ویتامین D ، اریتروپویتین ، داروهای باند شونده کلسیم و فسفر، استفاده از دیورتیک ها ، دیالیز

* اریتروپویتین : یک بار یا سه بار در هفته به صورت وریدی یا زیر جلدی تجویز می شود و عارضه آن افزایش فشار خون می باشد و درمان با آن باعث کاهش خستگی ، افزایش احساس خوب بودن و سطح انرژی، همکاری بهتر جهت انجام حرکات و تحمل بهتر دیالیز میشود.

تنظیم دقیق پروتئین مصرفی ، مایع مصرفی مناسب با مایع دفعی ، محدودیت سدیم و پتاسیم ، مصرف کالری کافی و مصرف ویتامین ها و مکمل ها

- ❖ به دلیل کم اشتها ، مبتلایان به بیماری مزمن کلیه بهتراست تعداد وعده های غذایی مصرفی روزانه افزایش و حجم هر وعده کاهش دهند.
- ❖ به دلیل محدودیت های موجود در رژیم غذایی این بیماران مصرف ویتامین ها و املاح معدنی تحت نظر پزشک معالج انجام شود.
- ❖ مصرف نمک باید محدود شود ضمناً باید از مصرف غذاهای پرنمک مانند خیارشور، رب گوجه فرنگی، دوغ شور، انواع سس آماده مانند این ها نیز اجتناب نمود.
- ❖ از آنجایی که سیب زمینی حاوی مقدار زیادی پتاسیم است باید قبل از مصرف حتماً پوست آن گرفته و به مدت چند ساعت در آب خیسانده شود.
- ❖ حبوبات مانند نخود، لوبیا و عدس حاوی مقدار زیادی پتاسیم هستند و بهتر است به شکل محدود مصرف شوند.
- ❖ گوشت مصرفی باید کاملاً صاف و چربی گرفته باشد مرغ و ماهی نیز باید بدون پوست مصرف گردند.