

نارسایی کلیه

ناتوانی کلیه جهت دفع مواد زائد از بدن و تولید ادرار را نارسایی کلیه می گویند .

نارسایی حاد کلیه : تخریب ناگهانی و سریع عملکرد کلیه ناشی از انسداد، کاهش جریان خون یا بیماری کلیوی می باشد ، معمولاً برگشت پذیر می باشد اما در صورت عدم درمان بسیا خطرناک است و مرگ و میر بالایی دارد.

نارسایی مزمن کلیه : از دست دادن آهسته و پیشرونده ی عملکرد کلیه است که فرآیندی برگشت ناپذیر است و در نهایت منجر به دیالیز یا پیوند کلیه می شود.

علائم و شکایات :

نارسایی حاد کلیه

- کاهش یا عدم وجود ادرار
- سستی ، بی حالی ، گیجی ، تحریک پذیری ، سردرد
- تهوع ، استفراغ
- کوتاهی تنفس هنگام فعالیت یا استراحت

نارسایی مزمن کلیه

- کسالت عمومی ، خواب آلودگی ، بی تفاوتی
- از دست دادن اشتها ، طعم فلز در دهان ، تهوع و استفراغ
- خارش ، خشکی و تغییر رنگ پوست
- کاهش یا عدم دفع ادرار
- درد سوزشی کف پاها
- کم خونی ، افزایش فشار خون ، ورم دست و پاها

درمان

- درمان علت زمینه ای
- سرم تراپی و دارو درمانی
- دیالیز
- حمایت تغذیه ای

علائم هشدار دهنده

بیمار گرامی در صورت بروز هر یک از موارد زیر به پزشک خود اطلاع دهید :

- کاهش حجم ادرار به کمتر از یک فنجان در 8 ساعت و یا عدم وجود ادرار
- افزایش فشار خون به بیشتر از 140/90
- افزایش سریع وزن
- ورم پاها و شکم
- ضعف شدید عضلانی
- احساس تپش قلب و یا نبض نامنظم
- کوتاهی تنفس هنگام استراحت یا فعالیت
- کسالت عمومی ، خستگی ، افزایش خواب
- آلودگی و سستی و بی حالی
- از دست دادن وزن و اشتها
- سوزش پاها و یا پاهای بی قرار
- گرفتگی عضلانی به خصوص در ساق پاها
- کبود شدگی شدید

بیمار عزیز:

با توجه به نارسایی کلیه و اینکه هنوز درمان جایگزینی کلیه مانند همودیالیز و دیالیز صفاقی برایتان شروع نشده است . لذا برای حفظ سلامتی و پیشگیری از عوارض به نکات ذیل توجه نمائید:

- روزانه وزن و فشار خون خود را در زمان معین (ترجیحاً اول صبح ، با لباس مشابه ، بعد از دفع ادرار و قبل از خوردن غذا) کنترل کنید.
- از فعالیتهای سخت و کار کردن در محیط های گرم تا حد امکان بپرهیزید.
- در صورت نیاز از ابزارهای کمک حرکتی مانند عصا یا واکر استفاده نمایید.
- توصیه های غذایی در مصرف سدیم، پتاسیم و پروتئین را بر اساس دستور پزشک بطور جدی رعایت نمائید.
- از مصرف غذاهای آماده ، اضافه کردن نمک هنگام پخت و خوردن غذا خودداری نمایید.
- برای جلوگیری از یبوست غذاهای پرفیبر (سبزیجات) مصرف نمایید.
- رژیم غذایی کم حجم و با وعده های مکرر داشته باشید .
- میزان مایعات مصرفی خود را در طول روز بر اساس حجم ادرار 24 ساعته به علاوه 800 تا 1000 سی سی (4 تا 8 لیوان) تنظیم نمائید. توجه کنید که میوه جات و بسیاری از غذاها حاوی درصد بالایی آب هستند و این مقدار باید از حجم مایعات مصرفی کم می شود.

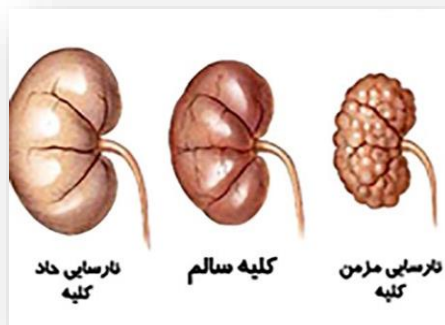


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی مستقل ولایت

نارسایی کلیه

(حاد و مزمن)



تحت نظارت خانم دکتر شیخ داوودی

(فوق تخصص نفرولوژی)

دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری تابستان 1405

- با استفاده از مسواک های نرم دندان ها را مسواک کنید . برای بوی دهان پس از هر وعده غذایی از دهان شویه استفاده نمایید .
- برای برطرف کردن خشکی پوست از نرم کننده و کرم استفاده نموده و همیشه پوستتان را چرب نگهدارید .
- از مصرف صابون زیاد و الکل روی پوست پرهیز کنید زیرا موجب خشکی پوست می شود .
- در صورت داشتن فیستول در دست، از گرفتن فشار خون یا نمونه خون از دست مربوطه جلوگیری نمایید .
- از پوشیدن لباس های تنگ ، بستن ساعت، دستبند و هر گونه فشار بر روی محل فیستول خودداری کنید .



در صورت داشتن سوال در منزل، 8 تا 14 با شماره تلفن 028-33790620-27 داخلی 5097 واحد آموزش سلامت، تماس بگیرید .

(همه روزه به غیر از ایام تعطیل)

- برای داشتن یک رژیم غذایی مناسب، حتماً با کارشناس تغذیه مشورت نمائید .
- اگر دیابت دارید از خوردن قرص های کاهنده قندخون مانند گلی بن گلامید - متفورمین پرهیز کنید. ترجیحاً از انسولین استفاده نموده و در صورتی که تمایل به مصرف داروهای جدید کاهنده قند دارید با پزشک کلیه خود مشورت نمائید .
- از مصرف بی رویه مسکن ها و آنتی بیوتیک ها پرهیز کنید و داروهای اضافی تجویز شده را حتماً به پزشک کلیه خود نشان دهید .
- چاقی، افزایش فشار خون شریانی، عدم تنظیم قند خون، مصرف سیگار، افزایش چربی خون و کم خونی، روند نارسائی کلیه را تسریع می کند .
- در صورتی که قصد بارداری دارید حتماً پزشک کلیه خود را مطلع نمائید تا اجازه بارداری داده شود و میزان مصرف و نوع داروها تنظیم شود .
- با توجه به ضعیف شدن سطح ایمنی بدن، لازم است پیش از پیش بهداشت فردی خود را رعایت نمائید .
- با توجه به اهمیت داروها در درمان نارسائی کلیه، تمامی داروهای تجویز شده را در زمان مناسب و مقدار صحیح مصرف نمائید .
- ناخن ها را کوتاه و تمیز نگه دارید .
- روزانه حمام کنید ، ولی از حمام کردن و دوش گرفتن با آب داغ و برای مدت طولانی خودداری نمائید . از مالیدن شدید حوله هنگام خشک کردن بدن خودداری نمائید .