

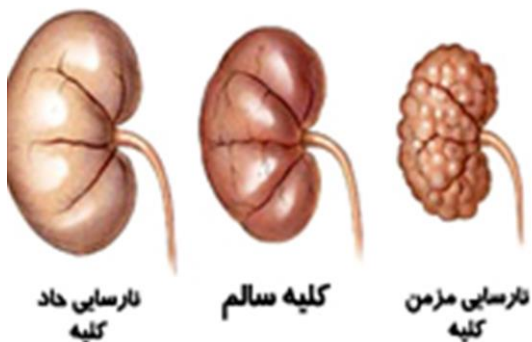


وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

## آموزش به بیمار

### با موضوع: بیماری مزمن کلیه



نارسایی حاد کلیه

کلیه سالم

نارسایی مزمن کلیه

### تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: آقای دکتر سکوتنی  
(متخصص ارولوژی)

بهمن ۱۴۰۱

### جلوگیری از نارسایی کلیه



عدم مصرف مشروبات الکلی

عدم مصرف دخانیات

انجام ورزش منظم

مصرف میوه، سبزیجات، مواد تازه

منبع:

کتاب پرستاری برونر - سودارث: کلیه و مجاری ادراری



با آرزوی سلامتی و تندرستی

### مراقبت در نارسایی حاد کلیه:

- کنترل سطح الکترولیت‌های سرم، جذب و دفع مایعات، کنترل وزن و وجود ادم.
- در مرحله حاد بیماری برای کند کردن سرعت متابولیسم، استراحت در بستر ضروری است. تب و عفونت باید کنترل شود.
- پوست بدلیل خشکی و ادم گاهی ترک بر میدارد همچنین بعلت رسوب مواد سمی دچار خارش می شود تغییر وضعیت و استحمام با آب خنک مانع بروز اختلالات پوستی می شود.
- برای تصحیح کم خونی از ترانسفوزیون و تجویز داروهای اریتروپویتین استفاده می شود.
- از نظر رژیم غذایی باید رژیم کم پروتئین، پر کربوهیدرات، پر کالری و پر ویتامین تجویز شود.
- درمان خارش: بعلت رسوب فسفات است که لوسیونها، آنتیهیستامین و ژل هیدروکسید آلومینیوم داده می شود.
- درمان علائم عصبی: مسکن تجویز می شود پروتئین حذف و برای تشخیص دیالیز و فنی توئین داده می شود.
- درمان علائم استخوانی: ویتامین D فعال شده داده می شود فسفر حذف می شود کلسیم بصورت خوراکی داده می شود.
- درمان آنمی: تجویز اریتروپویتین و ترانسفوزیون ضرورت پیدا می کند. گاهی آهن (فرم تزریقی) و اسید فولیک داده می شود.
- رژیم غذایی: در صورت محدودیت مصرف پروتئین، کیفیت پروتئین باید بالا و دارای اسید امینه ضروری باشد کالری در حد کافی و از چربی و کربوهیدرات استفاده شود.

### بیماری مزمن کلیوی

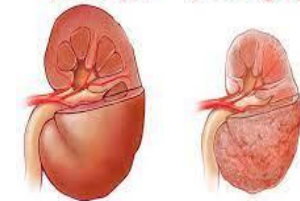
بیماری مزمن کلیه حالتی است که کلیه ها آسیب دیده و به مرور زمان دچار کاهش در کارایی شده اند و مانند کلیه های طبیعی قادر به فیلتر و پاک سازی خون از مواد زاید و آب اضافی نیستند. فرد در مراحل ابتدایی این بیماری احساس بیماری نداشته و ممکن است هیچ علامت و نشانه ای هم مشاهده نکنند، تنها راه اطمینان از وجود یا عدم وجود بیماری انجام آزمایش مخصوص خون و ادرار است. با تشخیص زودرس ممکن است بتوان با دارو و تغییراتی در شیوه زندگی مانند توجه و دقت در نوع تغذیه، آن را تحت کنترل درآورد. این بیماری درمان قطعی ندارد و فقط می توان از تشدید آن و بروز سایر عوارض مرتبط با آن پیشگیری کرد.

هستند \*

عوامل خطر برای بیماری مزمن کلیه:

- دیابت
- فشارخون بالا
- بیماری قلبی عروقی
- چاقی و کلسترول بالا
- سابقه ی خانوادگی، سن بالا، سیگار
- بیماری لوپوس
- سنگ های ادراری
- برخی بیماری های کلیه مثل کلیه پلی کیستیک، بیماری گلوMERولی مزمن

کلیه ی ناسالم      کلیه سالم



### کلیه مزمن بیماری از ناشی پیامدهای

- تورم دست ها و پاها بعلت تجمع آب و مایعات در بدن  
- تجمع آب و مایعات در ریه  
- التهاب پرده اطراف قلب (پریکاردیت)  
- بالا رفتن ناگهانی سطح پتاسیم خون که ممکن است با ایجاد اختلال در کار قلب موجب مرگ شود  
- کاهش استحکام استخوان ها و افزایش خطر شکستگی ها  
- کم خونی و احساس ضعف و خستگی  
- تضعیف سیستم ایمنی و احتمال سرایت بیشتر عفونت ها  
- احتمال سوء تغذیه، بی اشتها، خواب آلودگی، تهوع، استفراغ  
- احتمال افسردگی و کم شدن کیفیت زندگی و مرگ زودرس

### درمان بیماری مزمن کلیه:

- اصل درمان براساس کاهش سرعت پیشرفت نارسایی کلیه و درمان عوارض بیماری می باشد که می بایست ی تحت نظر نفرولوژیست انجام گیرد.  
- کنترل فشارخون + محدودیت مصرف نمک و پروتیین + ورزش منظم + کنترل قند خون + اصلاح اختلالات کلسیم و فسفر + اصلاح کم خونی  
- انجام دیا لیز در موارد خاص و پیوند کلیه در مراحل نهایی بیماری از اصول اصلی درمان هستند.

\*\*\* توجه نمایید:

\* نارسایی حاد کلیه که در آن ظرف مدت کوتاهی کلیه دچار نارسایی می شود، با نارسایی مزمن کلیه متفاوت است و با درمان به موقع احتمال بهبودی دارد.

### \* نارسایی کلیه:

نارسایی کلیه زمانی است که عملکرد کلیه ها کاهش می یابد و آن ها دیگر قادر به دفع سموم و آب اضافی از بدن نیستند. در هم گفته میشود ESRD مرحله نهایی نارسایی کلیه که به آن برای ادامه زندگی به دیالیز و پیوند کلیه نیاز خواهد آن بود.

### \* برای پیشگیری یا به تاخیر انداختن نارسایی کلیه چه می توان کرد؟

در صورتی که مبتلا به دیابت یا فشارخون بوده اید و اکنون برای شما تشخیص بیماری مزمن کلیه یاد داده شده است، بسیار حایز اهمیت است که سطح قند خون و فشارخون را در محدوده ی طبیعی حفظ و کنترل کنید. به یاد داشته باشید در صورت آسیب کلیه ها در اثر عوامل دیگری مانند عفونت، برخی داروها یا سموم به نارسایی کامل کلیه منجر گردد.

### افراد در معرض خطر:

- مبتلایان به دیابت، فشارخون، چاقی، سنگ های ادراری، افراد بالای ۶۰ سال، ریفلکس ادراری و... باید برای غربالگری و تشخیص سریع تر، به متخصص کلیه (نفرولوژیست) مراجعه نمایند.

- بهترین راه پیشگیری از این بیماری، کنترل عوامل خطر آن یعنی پیشگیری از دیابت، فشارخون، کلسترول بالا، چاقی و ... است.

- استمرار درمان مناسب می تواند مانع پیشرفت بیماری و تبدیل آن به CKD در افراد مبتلا به شده و همچنین موجب کاهش عوارض آن شود.

### علائم اورمی: (علائمی که در مرحله ی پیشرفته نارسایی مزمن کلیه بروز پیدا می کنند)

- استفراغ - تهوع - تشنج
- بی اشتها - تجمع مایع اطراف قلب - خواب آلودگی