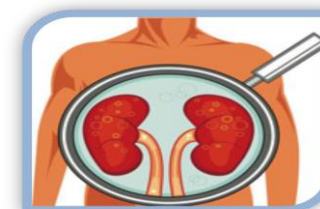




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

نارسایی مزمن کلیه



آموزش به بیمار

تهیه : نجمه محب

کارشناس پرستاری

تنظیم: آمنه ابوالقاسمی

(سوپروایزر آموزش سلامت)

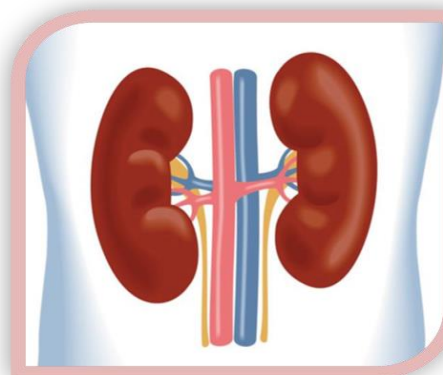
مشاور علمی : دکتر امدی

متفحص داخلی

فروردین 1404

کلیه چیست و در کجا قرار دارد:

به طور معمول در هر فرد سالم دو کلیه وجود دارد که در طرفین ستون مهره ها و زیر دنده های تحتانی واقع شده اند.



کلیه ها به رنگ قرمز متمایل به قهوه ای بوده و از نظر شکل شبیه لوبیا می باشند. هر کلیه به اندازه ی مشت بسته ی فرد است. اکثر اعضای بدن برای عملکرد مطلوب وابسته به کلیه ها هستند.

✓ تنظیم کلسیم و فسفر در بدن

✓ استخوان سازی

✓ خون سازی

✓ پالایش سموم خون

✓ تنظیم فشار خون

روش های درمان نارسایی مزمن کلیوی

چیست؟

✓ همودیالیز

✓ دیالیز صفاقی

✓ پیوند

آیا می توان از بیماری مزمن کلیه پیشگیری کرد؟

بله. از طریق اقدامات زیر می توان از ایجاد بیماری مزمن کلیه جلوگیری کرد:

✓ کنترل منظم کارکرد کلیه (آزمایش خون و ادرار)

✓ درمان و کنترل بیماری های قند و فشار خون

✓ کاهش اضافه وزن با رژیم غذایی و ورزش منظم

✓ قطع هر نوع دود از جمله سیگار و...

✓ عدم مصرف مقادیر زیاد داروهای مسکن

✓ تغییر در رژیم غذایی مثلا کاهش مصرف نمک .

بیماری مزمن کلیه چیست؟

بیماری نارسایی مزمن کلیه به آسیب کلیه ها در اثر بیماری قند، فشار خون بالا و سایر اختلالات می باشد. به گونه ای که کلیه های آسیب دیده قادر به حفظ سلامتی فرد با انجام وظایف اصلی خود نمی باشد.

علل و عوامل ایجاد نارسایی کلیه:



- ✓ دیابت (قند خون)
- ✓ فشار خون بالا
- ✓ التهاب در کلیه
- ✓ انسداد مجاری کلیه
- ✓ وراثت
- ✓ عفونت های ادراری
- ✓ بیماری های بدخیم

افراد در معرض ابتلا به بیماری مزمن کلیه باید

چه اقدامی انجام دهند؟

در فواصل معینی (مثلا در دیابت سالی یکبار) باید از نظر ابتلا به بیماری کلیه با روش های زیر بررسی شوند:

1- اندازه گیری فشار خون :

اندازه گیری فشارخون (فشارخون کمتر از 140/90 میلی متر جیوه برای بیشتر مردم مناسب است)

در بیماری مزمن کلیه فشار خون کمتر از 130/80 میلی متر جیوه توصیه می شود.

2- بررسی وجود پروتئین در ادرار:

بطور عادی در ادرار پروتئین دفع نمی شود ، بنابراین وجود مقادیر آلبومین در ادرار نشانه ای از نارسایی مزمن کلیه می باشد.

3- بررسی کراتنین خون:

در صورت کاهش عملکرد کلیه ها سطح کراتنین خون افزایش می یابد.

✓ بیماری های سیستمی مانند بیماری های

روماتیسمی

✓ سنگ کلیه

✓ سابقه بیماری کلیوی در افراد درجه یک

خانواده

✓ سالمندی و کهولت سن

علائم بیماری مزمن کلیوی چیست؟

بیماری کلیوی معمولا بی سر و صدا پیشرفت می کند و باعث از بین رفتن فعالیت و عملکرد کلیه می گردد. بیشتر مردم تا مراحل پیشرفته کلیه علائم شدید ندارند ولی ممکن است در این افراد یکی از علائم زیر دیده شود:

- ✓ خستگی
- ✓ عدم توانایی در ایجاد تمرکز
- ✓ خشکی و خارش پوست
- ✓ اختلالات خواب
- ✓ گرفتگی عضلات
- ✓ پرفشاری خون
- ✓ ورم اطراف چشم ها به خصوص در صبح
- ✓ ورم پاها
- ✓ افزایش دفع ادرار بخصوص در شب
- ✓ کاهش اشتها و کاهش وزن