

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

نارسایی کلیوی

واحد آموزش سلامت

تهیه : زهرا نیک اقبال (کارشناس پرستاری)

تنظیم : آمنه ابوالقاسمی

(سوپروایزر آموزش سلامت)

مشاور علمی : دکتر پوپک محقق

(فوق تخصص روماتولوژی)

بیمارستان حضرت ولیعصر (عج) فسا

آدرس : میدان ابن سینا

تلفن : 071-53315018

وب سایت : vh.fums.ac.ir

بازنگری : اردیبهشت 1404

➤ ESRD یا نارسایی پیشرفته کلیوی

وضعیتی است که کلیه ها کار نمی کنند یا کارایی اندکی از آن ها باقی مانده است. اختلالی پیشرونده و برگشت ناپذیر که درمان دیالیز یا پیوند کلیه ضروری می شود.



➤ علل نارسایی کلیه:

دیابت و فشار خون شایع ترین علل نارسایی پیشرفته کلیوی، می باشند. برخی از علل دیگر عبارتند از: عفونت ها- سنگ کلیه بزرگی پروستات در مردان- سندرم نفروتیک- برخی واکنش های دارویی - برخی موارد ارثی و مادرزادی (مانند بیماری لوپوس و...)

➤ علائم بیماری:

علائم و نشانه های بیماری کلیوی می تواند از از فردی به فرد دیگر متفاوت باشد.

اغلب افراد بدون علامت بوده و زمانی متوجه بیماری خود می شوند که وضعیت وخیم تر شده و کلیه ها مقدار زیادی از کارکرد خود را از دست داده اند اکثر افراد علائم اورمی (بالا رفتن میزان اوره در خون) را تجربه می کنند:

احساس خستگی یا ضعف- تورم دست یا پا- تنگی نفس- کاهش اشتها- مزه بد دهان- تهوع یا استفراغ- خارش و تیره شدن پوست- کم خونی- اختلال در خواب، فشار خون بالا و....

➤ ESRD چگونه درمان میشود؟

بسته به سن ، وضعیت عمومی سلامتی، وسعت بیماری، مشکلات زمینه ای، تاریخچه مصرف داروها و یا تحمل بیمار، درمان ها ، متفاوت خواهد بود. ولی عموماً درمان عبارت خواهد بود از:

درمان دارویی- تغذیه درمانی- دیالیز و پیوند کلیه.

البته کلیه ها علاوه بر پاک کردن خون از مواد و آب اضافی، کارهای مهم دیگری هم انجام می دهند مانند:

_ کنترل فشار خون

_ کنترل برخی مواد شیمیایی در خون

_ حفظ سلامت استخوان ها

_ خون سازی برای پیشگیری از عوارض نارسایی کلیه ها، مانند کم خونی، فشار خون، مشکلات استخوان ها، پزشکان متخصص درمان های ضروری را در نظر خواهد گرفت.



چه کسانی بیشتر در معرض خطر ابتلا به ESRD هستند؟

_ کسانی که دچار CKD هستند

_ کسانی که دچار ضربه یا آسیب شدید و ناگهانی به کلیه شده اند

_ کسانی که خون زیاد (خونریزی شدید) از دست بدهند

➤ **نارسایی پیشرفته کلیوی چه تفاوتی**

با CKD یا بیماری مزمن کلیه دارد؟

وضعیتی است که اگرچه کلیه ها آسیب غیر قابل برگشت دارند اما هنوز هم درجاتی از کارکرد را دارا هستند که برای ادامه زندگی کافی است. در صورتی که وضعیت کلیه ها وخیم تر شود، CKD می تواند به ESRD منجر گردد و این وضعیتی است که کلیه ها دیگر عملکرد کافی برای ادامه زندگی را دارا نیستند .

➤ **چگونه میتوانیم از ابتلا به ESRD**

جلوگیری نماییم؟

بهترین راه پیشگیری از ESRD، پیشگیری از ابتلا به CKD است. فشار خون و دیابت دو عامل اصلی ابتلا به CKD هستند، پس کنترل این دو می تواند از ابتلا به ESRD پیشگیری نماید. بنابراین هر چند وقت یک بار، میزان قند و فشار خون خود را چک کنید، همچنین با اتخاذ برخی عادت های خوب در زندگی از کلیه های خود محافظت کنید :

_ تحت نظر پزشک متخصص (نفرولوژیست)، معاینات منظم داشته باشید

سیگار و مشروب الکلی مصرف نکنید

رژیم غذایی کم نمک و کم چرب داشته باشید

دارو ها را طبق دستور پزشک و دقیق مصرف نمایید

از مصرف خودسرانه دارو یا مکمل ها پرهیز نمایید

بسیاری از مردم دچار CKD هستند ولی از آن بی خبرند.

➤ **اهمیت رعایت رژیم غذایی در ESRD**

رژیم غذایی در مبتلایان به نارسایی کلیه دارای محدودیت ویژه از نظر میزان پروتئین، سدیم، فسفر و پتاسیم خواهد بود. میزان محدودیت ها به عواملی مثل سطح عملکرد کلیه ها، سن، جنس و وزن بیمار وابسته خواهد بود. بنابراین مبتلایان به این بیماری باید رژیم غذایی دقیقی را زیر نظر پزشک معالج و متخصص تغذیه رعایت نمایند.