



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز
مرکز آموزشی و درمانی سردار سپهر شهید حاج قاسم سلیمانی



مرکز آموزشی و درمانی

سردار سپهر شهید حاج قاسم سلیمانی

نارسایی مزمن کلیه

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴

شماره واحد آموزش به بیمار: ۰۲۶۳۵۷۷۱۱۲۵

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

شرح بیماری:

- بیماری مزمن کلیوی که نارسایی مزمن کلیوی نیز نامیده می‌شود. این بیماری سبب تخریب کلیه‌ها می‌شود و سیری پیشرونده و برگشت ناپذیر دارد. کلیه‌های شما یک بخش اساسی از بدن شما هستند. وظایف آنها در ارتباط با کمک به حفظ تعادل موادمعدنی و الکترولیت‌هایی مانند کلسیم، سدیم و پتاسیم، تولید سلول‌های قرمز خون، حفظ تعادل اسید و باز خون و دفع مواد زائد محلول در آب از بدن می‌باشند.

علائم:

تورم از علائم شایع نارسایی مزمن کلیه می‌باشد. علاوه بر آن علائم دیگر این بیماری شامل موارد زیر می‌باشد:

- بی‌اشتهایی
- تهوع و استفراغ
- خواب‌آلودگی
- کاهش حجم ادرار

علل شایع:

- مشکلات دفع ادرار
- عدم خورسانی درست به کلیه‌ها

بیماری‌هایی نیز وجود دارند که می‌توانند باعث بروز نارسایی مزمن کلیه شوند از جمله این بیماری‌ها عبارتند از:

- بیماری قند
- عفونت
- بیماری‌های کیستیک کلیه

عوارض احتمالی:

از عوارض احتمالی این بیماری می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- کم‌خونی
- ضعف و خستگی
- وقفه تنفسی در خواب
- خشکی و احساس خارش پوست



تشخیص:

از جمله روش‌های مورد استفاده برای تشخیص این بیماری به موارد زیر می‌توان اشاره کرد:

- آزمایش ادرار
- آزمایش حجم ادرار
- نمونه‌برداری از بافت کلیه

درمان:

- اگر نارسای کلیه مزمن باشد، با مصرف دارو از بین نمی‌رود. داروهای نگهدارنده کمک می‌کند بیمار به زندگی ادامه دهد، اما نارسایی باقی خواهد ماند.
- انجام همودیالیز
- پیوند کلیه: برای انجام پیوند باید اهداکننده‌ای از بستگان یا سایر اهداکنندگان و یا فردی که دچار مرگ مغزی شده، وجود داشته باشد که با کلیه بیمار سازگار باشد. همچنین بهترین زمان برای انجام پیوند کلیه، هنگامی است که بیمار به حد دیالیز رسیده و چند ماهی دیالیز کرده باشد، چون انجام عمل دیالیز احتمال پیوند را بالا می‌برد. پیوند کلیه محدودیت‌هایی دارد و در هر سنی انجام نمی‌شود. این عمل برای افراد مسن بیش از ۶۰ سال و کودکان زیر ۱۰ سال نتایج خوبی ندارد.
- شناسایی و درمان علائم و عوارض نارسایی مزمن کلیه که شامل درمان خارش پوست و درمان خونریزی‌هاست.
- شناسایی عوامل نارسایی مزمن کلیه و درمان آنها؛ مانند درمان برگشت ادرار از مثانه به کلیه‌ها و بیماری‌های شبکه‌های تصفیه خون در کلیه‌ها

فعالیت:

- در مراحل اولیه این بیماری برای حفظ انرژی بدن در بستر استراحت نمایید و پس از بهبود علائم، با اجازه پزشک معالج فعالیت‌های طبیعی خود را از سر بگیرید.
- به منظور پیشگیری از لخته شدن خون در سیاهرگ‌های اندام تحتانی و یا پاها، ساق پا را به طور مکرر خم و راست کنید.

رژیم غذایی و تغذیه:

- اقدام تغذیه‌ای با تنظیم دقیق دریافت پروتئین، دریافت مایعات متناسب با از دست دادن مایع و دریافت سدیم و محدودیت مصرف پتاسیم ضروری است.
- از مکمل‌های ویتامین استفاده شود.
- کالری با مصرف کربوهیدرات‌ها و چربی‌ها تامین می‌شود.
- مصرف نمک در این شرایط باید محدود شود.
- غذاهای کم پروتئین و کم چرب مورد استفاده قرار گیرد.
- عدم کارکرد کلیه‌ها موجب ایجاد اختلالات الکترولیتی و بالا رفتن پتاسیم خون خواهد شد که بسیار خطرناک است. به همین دلیل باید از خوردن سبزی و میوه حاوی مقدار زیاد پتاسیم مانند موز و سیب زمینی اجتناب کنید.
- غذای مصرفی باید بیشتر گیاهی باشد و مصرف پروتئین محدود شود.

مراقبت:

- آمادگی از نظر روحی برای مرحله انتهایی نارسایی مزمن کلیه و استفاده از اقدامات جایگزینی مانند دیالیز یا پیوند کلیه

- باید مقدار ادراری که می‌کنید با مقدار مایعی که می‌نوشید در تعادل باشد و به طور دقیق ثبت شود.
- در زمان استراحت در بستر نرده‌های کنار تخت بالا نگه داشته می‌شوند.
- از ملاقات‌کنندگانی که دارای سرماخوردگی یا هر نوع عفونت می‌باشند، دوری کنید.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- در صورت ایجاد علائم خونریزی در هر نقطه از بدن به پزشک معالج اطلاع دهید.

