



کد سند: PEBRO59/C

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

آموزش به بیمار

بیماری لوپوس و

بیماری کلیه



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی) می باشد:

(داخلی ۲۰۲۷) ۰۵۱۳۸۰۴۲۰۰۰



من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان ولایت

من چگونه میتوانم به خود کمک نمایم ؟

آگاه باشید که از ساعت ۱۰ بامداد تا ۴ پس از نیمروز از قرار گرفتن در معرض تابش نورخورشید خودداری کنید ..خستگی میتواند باعث بازگشت و شعله ور شدن بیماری شما شود، بنابراین بایستی برای هماهنگی بین کوشش های روزانه و زمان استراحت خود برنامه ریزی کنید ، همان گونه که خستگی زیاد برای شما زیانبار است،استراحت بیش از اندازه نیز سبب زیاد شدن وزن و سستی ماهیچه ها خواهدبود. ورزش و پیاده روی ، بسیار برای شما سودمند است.



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>



(پیشنهاد میشود: خوراکی هایی که دودی شده اند برای شما زیانبار اند. جوانه ها (مانند جوانه ماش ، گندم و ...) را در برنامه خوراک خود بکار نبرید . زیاد آشامیدن برای شما زیانبار است و میزان نوشیدن باید در اندازه نیاز شما مصرف شود .)

چگونه میتوانم بدانم که آیا بیماری لوپوس به کلیه

های من آسیب رسانده است یا نه؟

پزشک میتواند آسیب کلیه های شما را با پیدا کردن پروتئین یا خون در ادرارتان شناسایی نماید . زیاد شدن میزان اوره و کراتینین در خون نشانگر کم کاری کلیه ها ست .
دراین صورت پزشک درخواست آزمایش جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته برای شما خواهد کرد.

اگر کلیه های من نارسا شوند چه روی خواهد

داد؟

شما میتوانید با درمان جایگزینی کلیه، با دیالیز یا پیوند کلیه به زندگی خود ادامه دهید بیماری لوپوس در کلیه پیوند شده بسیار غیر معمول میباشد که در بیشتر موارد بیماری لوپوس غیر فعال باقی میماند. موفقیت پیوند کلیه نیز در بیمارانی که کلیه آنها در پی بیماری لوپوس نارسا شده مانند دیگر بیماران پیوند کلیه میباشد .



در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ کرده و بهبود بخشد.



لوپوس و بیماری کلیه

نام اختصاری بیماری لوپوس اریتماتو سیستماتیک (SLE) است. لوپوس یک بیماری خود ایمنی می باشد. دستگاه ایمنی همواره بدن را در برابر بیماریها نگهداری می کند، در بیماری لوپوس، دستگاه ایمنی بین بافت خودی و غیر خودی تفاوتی نمی گذارد و به بافت های خودی و اندام های گوناگون بدن آسیب می رساند.

ایا میدانید بیماری لوپوس چگونه به وجود

می آید؟

تاکنون منشاء و سبب بیماری لوپوس شناخته نشده است اماممکن است عواملی که در زیر از آنها نام میبریم در بروز بیماری نقش داشته باشند: تاریخچه خانوادگی (فاکتورهای ژنتیک)، محیط زیست (عوامل محیطی به ویژه نور آفتاب)، عفونت ها، ویروس ها، آلودگی شیمیایی یا آلودگی هوا (بوی دود ماشین، دود کارخانه ها، دود سیگار)، تنش های روانی و هورمون های جنسی.



نشانه های بیماری لوپوس چیست ؟

هر یک از مبتلایان به لوپوس نشانه های گوناگونی از بروز بیماری دارند. این نشانه ها میتواند در برگیرنده آزار در پوست، درد مفاصل و ماهیچه ها، ریزش مو، حساسیت به نور خورشید (اشعه ماوراءبنفش) یا نور مهتابی فلوروسنت، خستگی زیاد، کاهش ناخواسته وزن، تب، بادکردن (ورم) اندام ها، درد قفسه سینه و درگیری عصبی باشد.

چگونه بیماری لوپوس به کلیه ها آزار میرساند ؟

آزاری که بیماری لوپوس به کلیه ها میرساند میتواند از آسیب ملایم تا شدید باشد. این آسیب میتواند به بخشی که خون شما در آنجا از سم ها پاک میگردد وارد شود. بیماری کلیه در جریان لوپوس میتواند ساکت و خاموش و بدون هیچ نشانه ای سبب آسیب به کلیه ها شود و کلیه ها را دچار آزردهی نماید.

توجه نمایید که (ادرار) شما می تواند پررنگ شود، درد پهلوها، افزایش فشارخون، افزایش وزن ناشی از جمع شدن مایعات اضافی در بدن یا (ورم و بادکردگی) و پف کردگی دور چشم و خیز و باد کردن دست ها و پاها را داشته باشید؛ هشیار باشید و به این نشانه ها توجه کنید.



چگونه آگاه می شوم که دچار

بیماری لوپوس هستم ؟

پزشک شما با انجام معاینات فیزیکی و گرفتن تاریخچه بیماری از شما و پرتو نگاری (عکسبرداری و سونوگرافی) و انجام یک سری آزمایش های ادرار و خون به ویژه DNA آنتی بادی ضد هسته سلولی پی به بیماری لوپوس خواهد برد.

لوپوس چگونه درمان می گردد ؟

درمان لوپوس با بکاربردن و خوردن داروهایی است که دستگاه ایمنی را در بدن شما سرکوب میکند. پاره ای از این درمان ها با داروهایی مانند کورتیکواستروئیدها (کورتون) و برخی دیگر از درمانها با داروهای ویژه مانند آزاتیوپرین، سیکلوفسفامید، سیکلوسپورین، سل سپت (مایکوفنولیت موفتیل) می باشد.

رژیم غذایی مناسب برای من چه میباشد؟

هنگامیکه بیماری لوپوس فعال میشود در آن زمان باید با پزشک درمانگر یا کارشناس رژیم غذایی درباره بهترین برنامه خورد و خوراک به گفتگو بپردازید. اگر نارسایی کلیه شما پیشرفته است بایستی برنامه غذایی کم پروتئین و کم نمک را به کار ببرید. اگر وزن شما بیش از اندازه است، کاستن از وزن به کاهش فشار خون شما کمک خواهد کرد.

