



کد سند: PEBRO91/C

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۱۲/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۱۰

آموزش به بیمار

تبادل مایعات و تغذیه صحیح در دیالیز صفاقی



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

(داخلی ۲۰۲۷) ۰۵۱۳۸۰۴۲۰۰۰

(داخلی ۲۵۲۶) ۰۵۱۳۸۷۲۲۱۴۰



من را اسکن کنید
واحد آموزش سلامت
بیمارستان ولایت

واحد آموزش سلامت
بیمارستان ولایت

مایعات و نمک :

وقتی شما دچار نارسایی کلیه می شوید، مقدار آب بدنتان را نمی توانید کنترل نمایید و کلیه های شما قادر به دفع ادرار نمی باشند یا به مقدار کمتری ادرار تولید می نمایند لذا حجم مایع می تواند در بدنتان بالا برود. بنابراین تمام بیماران دیالیزی باید محدودیت بیشتری در مایعات و مصرف نمک داشته باشند. نمک اضافه باعث احساس تشنگی و مصرف بیشتر آب و در نتیجه احتباس بیشتر مایعات خواهد شد اما در مجموع به علت عملکرد ۲۴ ساعته دیالیز صفاقی، احتباس آب و نمک کمتری نسبت به دیالیز خونی خواهید داشت.



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

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

منبع:

برگرفته از توصیه های انجمن بیماران کلیوی
ایالات متحده آمریکا



پتاسیم

دیالیز صفاقی در تصفیه پتاسیم از خون شما بسیار موثر می باشد. حتی گاهی ممکن است نیاز به افزایش مقدار پتاسیم داشته باشید. البته در موارد نادر محدودیت پتاسیم در رژیم غذایی ضروری است. سبزیجات خام، اسفناج، موز، قارچ، سیب زمینی، آجیل ها، میوه های خشک شده و شکلات حاوی مقادیر بسیار زیاد پتاسیم می باشد.

راه کاهش پتاسیم سبزیجات بخارپز کردن و دور ریختن آب آنهاست.



منابع غنی پتاسیم



در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با تعادل مایعات و تغذیه صحیح در دیالیز صفاقی به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ کرده و بهبود بخشید.



چه تغییراتی در رژیم غذایی بیمار ضروری است؟

شما باید به مقدار کافی غذا بخورید، اما با توجه به اینکه دیالیز قادر نیست همانند کلیه سالم تصفیه کامل خون را انجام دهد تغییر در رژیم غذایی لازم است:

- مصرف کافی پروتئین به علت دفع آن طی دیالیز ضروری است.
- محدود کردن نسبی مایعات دریافتی
- محدود کردن چربی و نمک مصرفی
- خوردن فیبر بیشتر برای کمک به هضم و دفع روده ها



با توجه به مداوم بودن دیالیز صفاقی بر خلاف دیالیز خونی مقدار بیشتری از پتاسیم، مایع و پروتئین اضافی دفع می شود بنابراین نیاز شما به محدود کردن مایعات و پتاسیم و تغییرات رژیم غذایی به مراتب کمتر از دیالیز خونی می باشد.

فسفر

برای جلوگیری از بیماریهای استخوانی و خارش که در نتیجه نارسایی کلیه بروز می کند باید فسفر کنترل شود. چرا که افزایش آن با کاهش کلسیم همراه می شود. لذا از مصرف برخی مواد غذایی که به نسبت فسفر بالاتری دارند خودداری کنید از جمله: پنیر و فرآورده های لبنی، دل، جگر، قلوه، نوشابه و غذاهای کنسرو شده



پروتئین

به علت دفع دائم مقداری پروتئین طی دیالیز، بدن شما نسبت به فرد عادی مقدار بیشتری پروتئین نیاز دارد. که باید از گوشت کم چرب و ماکیان تامین شود. تخم مرغ و لبنیات هم پروتئین زیادی دارند اما به علت فسفر بالا باید کمتر مصرف شوند.

در دیالیز صفاقی به علت وجود قند در محلولها و احساس پری شکم، احساس گرسنگی کمتری خواهید داشت لذا توصیه می شود مواد قندی کمتری مصرف نماید.

اما باید به خوردن وعده های مکرر ادامه دهید. در عفونت ها و کم خونی ها هم دفع پروتئین بیشتر می شود.

