

آموزش جامع بیمار مبتلا به نارسایی کلیه (حاد و مزمن)

نارسایی کلیه چیست؟

نارسایی کلیه زمانی رخ می‌دهد که کلیه‌ها توانایی خود را برای فیلتر کردن خون، دفع سموم و تنظیم آب و الکترولیت‌ها از دست بدهند. دو نوع اصلی دارد:

نارسایی حاد کلیه (AKI): ناگهانی و اغلب قابل برگشت

نارسایی مزمن کلیه (CKD): تدریجی و پیشرونده

علت‌های نارسایی کلیه

علل شایع نارسایی حاد

کاهش شدید خون‌رسانی (شوک، خونریزی)

عفونت شدید (سپسیس)

داروهای آسیب‌زننده به کلیه (NSAIDs، برخی آنتی‌بیوتیک‌ها)

انسداد ادراری (سنگ، بزرگی پروستات)

علل شایع نارسایی مزمن

دیابت

فشار خون بالا

بیماری‌های گlomerولی

کیست کلیه (PKD)

مصرف طولانی داروهای نفروتوکسیک

علائم نارسایی کلیه

کاهش یا افزایش غیرطبیعی ادرار

ورم پاها، صورت و دست‌ها

خستگی شدید

تهوع و استفراغ

بی‌اشتهایی

تنگی نفس

خارش پوست

خواب‌آلودگی یا گیجی

افزایش فشار خون

تشخیص

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

پزشک از روش‌های زیر استفاده می‌کند:

آزمایش خون (کراتینین، اوره، GFR)

آزمایش ادرار (پروتئین، خون)

سونوگرافی کلیه

CT یا MRI در موارد خاص

بیوپسی کلیه (در برخی موارد)

درمان نارسایی کلیه

درمان علت زمینه‌ای

کنترل دیابت

کنترل فشار خون

درمان عفونت

رفع انسداد

درمان دارویی

داروهای کنترل فشار خون (ACEI/ARB)

داروهای دیورتیک

داروهای کنترل پتاسیم و فسفر

مکمل آهن و ویتامین D

دیالیز

در مراحل پیشرفته:

همودیالیز

دیالیز صفاقی

پیوند کلیه

در نارسایی انتهایی کلیه (ESRD)

خودمراقبتی بیمار

مصرف دقیق داروها طبق دستور

کنترل فشار خون و قند خون

پایش وزن روزانه

محدودیت مصرف نمک

اجتناب از مصرف خودسرانه داروها

مراجعه منظم به پزشک

فعالیت و سبک زندگی

فعالیت‌های مجاز

✓ پیاده‌روی سبک ✓ فعالیت روزانه سبک ✓ استراحت کافی
محدودیت‌ها

X فعالیت شدید X ورزش‌های سنگین در مراحل پیشرفته X ایستادن طولانی در بیماران دیالیزی

تغذیه در نارسایی کلیه

محدودیت‌های مهم

نمک

کاهش مصرف نمک (کنترل فشار خون و ورم)

پروتئین

در مراحل اولیه: محدودیت متوسط

در دیالیز: نیاز بیشتر به پروتئین

پتاسیم (مهم)

محدودیت در صورت افزایش پتاسیم خون

پرهیز از: موز، پرتقال، سیب‌زمینی زیاد، گوجه زیاد

فسفر

کاهش لبنیات پرچرب، نوشابه‌ها، مغزها (در مراحل پیشرفته)

مایعات

طبق میزان ادرار و دستور پزشک محدود می‌شود

علائم خطر (اورژانسی)

کاهش شدید یا قطع ادرار	تنگی نفس شدید	ورم شدید بدن	گیجی یا کاهش سطح هوشیاری	ضربان قلب نامنظم
ضعف شدید یا بی‌حالی غیرعادی	درد قفسه سینه	افزایش شدید فشار خون		

مراقبت از پوست و زخم (در صورت دیالیز یا دسترسی عروقی)

فیستول یا گرافت

عدم فشار یا خون‌گیری از آن دست

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

بررسی روزانه از نظر عفونت یا تورم
عدم بستن لباس تنگ

علائم عفونت محل دیالیز
قرمزی
ترشح
درد
تب

استحمام
دوش گرفتن با آب ولرم مجاز است
محل فیستول یا کاتتر باید خشک و تمیز نگه داشته شود
از وان و استخر تا بهبود کامل یا اجازه پزشک خودداری شود
از صابون‌های ملایم استفاده شود

تعویض پانسمان (در صورت کاتتر دیالیز یا زخم)

شستشوی دست قبل و بعد
استفاده از پانسمان استریل
خشک و تمیز نگه داشتن محل
تعویض در صورت آلودگی یا خیس شدن
عدم دستکاری محل ورود کاتتر

کنترل فشار خون و قند
اندازه‌گیری منظم فشار خون
کنترل دقیق دیابت
ثبت روزانه نتایج در منزل
مصرف منظم داروها

داروها

داروهای فشار خون
دیورتیک‌ها
داروهای کنترل فسفر

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

آهن و اریتروپویتین در صورت کم‌خونی
پرهیز از NSAIDs (مثل ایبوپروفن) بدون نظر پزشک

عوارض نارسایی کلیه

کم‌خونی
بیماری قلبی
پوکی استخوان
اختلال الکترولیت‌ها
ادم ریوی
اورمی (مسمومیت خونی)
مرگ در صورت عدم درمان

آموزش‌های ضروری هنگام ترخیص

✓ نحوه مصرف داروها ✓ رژیم غذایی مناسب کلیه ✓ محدودیت مایعات ✓ مراقبت از فیستول یا کاتتر ✓ علائم خطر ✓ زمان مراجعه بعدی ✓ کنترل فشار خون و قند

منابع علمی مورد استفاده

1. Brenner & Rector's The Kidney
2. Harrison's Principles of Internal Medicine
3. Comprehensive Clinical Nephrology
4. Oxford Handbook of Nephrology
5. Brunner & Suddarth's Medical-Surgical Nursing
6. National Kidney Foundation (NKF) Patient Education
7. KDIGO Clinical Practice Guidelines
8. NHS Kidney Disease Information
9. UpToDate Patient Education – Chronic Kidney Disease

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027