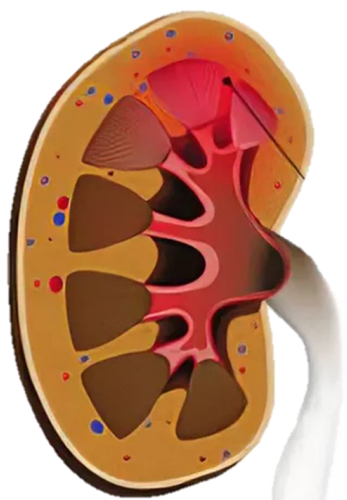




آموزش به بیمار

گلو مرونفریت



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی

شهید هاشمی نژاد

واحد آموزش به بیمار

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک

مشورت کنید:

- سخت تر شدن تنفس
- در هنگام صحبت کردن حتی چند کلمه تنگی نفس دارید
- افزایش فشارخون
- احساس خواب آلودگی یا گیجی می کنید
- اختلال در قضاوت
- کاهش حجم ادرار یا عدم دفع ادرار
- تهوع و استفراغ



منبع : www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش داخلی یک ۲۰۳۰ و داخلی دو ۲۵۰۵

و دیالیز ۲۷۵۸ را وارد نمائید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه

روژه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما

می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.

جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



در آپارات ما را
دنبال کنید



- از مصرف مواد غذایی حاوی سدیم (نمک) پرهیز کنید.
- مقدار نمک دریافتی ۵ تا ۷.۵ گرم در روز در نظر گرفته می شود که برابر با ۱ تا ۱.۵ قاشق مربا خوری سرصاف است.
- به دلیل بالا رفتن پتاسیم خون از مصرف غذاهای حاوی پتاسیم خودداری کنید، مواد غذایی غنی از پتاسیم مانند: موز، اسفناج، بامیه، آب آلو، انجیر خشک و برگه زرد آلو.
- مصرف پروتئین بسته به شرایط بیمار متفاوت است. در صورت افزایش اوره خون، محدودیت مصرف پروتئین توصیه می شود. در این شرایط پروتئین هایی با ارزش غذایی بالا مانند مرغ و ماهی توصیه می شوند.
- در صورت تجویز داروهای کاهنده فشار خون، جهت جلوگیری از افت فشار خون ناگهانی، به آهستگی تغییر وضعیت دهید و از بلند شدن ناگهانی یا چرخش پرهیزید.
- ورم باعث شکستگی پوست و زخم می شود، استفاده از کرم های مرطوب کننده توصیه می شود.



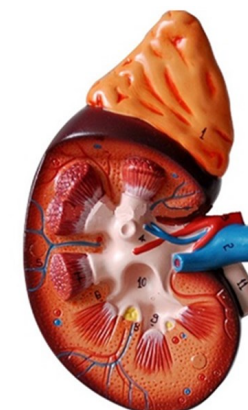
این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می‌کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



گلو مرونفریت

گلو مرونفریت عبارت است از التهاب فیلترهای کوچک کلیه‌ها که آسیب به آنها باعث می‌شود که نتوانند مواد زاید را به خوبی از خون تصفیه کنند. این امر ممکن است پیامدهای جدی در بر داشته باشد. گلو مرونفریت می‌تواند در هر سنی رخ دهد. در اغلب موارد پس از ۳ تا ۱۲ ماه بهبود می‌یابد. البته در برخی موارد هم این بیماری به نارسایی مزمن کلیه منجر می‌شود.

گلو مرونفریت حاد به دنبال یک عفونت رخ می‌دهد. شایع‌ترین مکان‌های عفونت عبارتند از گلو و پوست. علائم کلیوی معمولاً ۲-۳ هفته بعد از عفونت رخ می‌دهند.



علائم گلو مولونفریت



درمان

- درمان بستگی به علت اختلال و نوع و شدت علائم دارد. کنترل فشار خون بالا معمولاً بخش مهمی از درمان است.
- در صورت بالا بودن فشارخون، محدودیت آب و نمک توصیه می‌شود.
- درمان عفونتهای ادراری (درمان دارویی)
- در صورت پیدایش ورم شدید، برای راحتی بیشتر و بهبود تنفس سرتخت بالا آورده شود. در صورت ورم اندام‌ها بالا قرار دادن اندام به کاهش ورم کمک می‌کند.

- روزانه خود را در زمان مشخص با لباس یکسان وزن نمایید و در صورت افزایش وزن بیش از یک کیلوگرم در روز یا کاهش وزن بیش از ۵ درصد روز قبل به پزشک مراجعه شود.



توصیه های رژیم

- مقدار مایعی که می‌نوشید به مقدار ادراری که می‌توانید تولید کنید محدود می‌شود. اغلب توصیه می‌شود که مقدار مایع مصرفی بر اساس حجم ادرار بعلاوه ۶۰۰-۵۰۰ میلی لیتر مایع محاسبه شود.
- مایعات روزانه نباید به یکباره مصرف شوند بلکه باید کم کم و در تمام ساعات شبانه روز نوشیده شوند تا از تشنگی شدید جلوگیری شود
- مصرف مکمل‌های ویتامین D، کلسیم، آهن و مولتی ویتامین برای بعضی افراد لازم است. دریافت مکمل‌ها همیشه باید تحت پیروی از رژیم گیاهخواری و استفاده از مکمل‌های اسید چرب امگا-۳، خصوصاً در بیمارانی که دارای چربی خون بالا هستند، سودمند است این قبیل رژیم‌ها باید توسط متخصصین تغذیه تنظیم می‌شود.