



بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

نارسای مزمن کلیه (CRF)



بیمارستان آموزشی، پژوهشی و درمانی
شهید هاشمی نژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

در صورت داشتن موارد ذیل حتما هر ۶ ماه به

پزشک مراجعه نمائید:

- سوند ادراری دائم
- مصرف داروهائی مثل بروفن، استامینوفن
- آسپرین یک ماه پشت سر هم
- مصرف داروهای ضد فشار خون حد اقل یک ماه پشت سر هم
- روماتیسم مفصلی یا بیماری خود ایمنی
- سکنه مغزی وضایعات نخاعی



منبع : سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۱۳۰۵ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش داخلی یک ۲۰۳۰ و داخلی دو ۲۵۰۵ را
وارد نمائید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه
روزه 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



- برای ازبین بردن تشنگی می توان با مکیدن یک قاچ لیمو یا
یک تکه یخ، خیس کردن لبها با آب و جویدن آدامس استفاده
کرد..

سایر موارد:

- اگر به دیابت (مرض قند) یا فشار خون مبتلا هستید قند و
فشار خود را کنترل نمائید و هر سه ماه یکبار به مراکز
بهداشتی درمانی مراجعه نمائید.
- کلسترول خون را در محدوده ی مجاز نگه دارید. رژیم
غذایی، فعالیت بدنی، حفظ وزن مطلوب و دارودرمانی
می تواند به شما کمک کند تا سطح کلسترول خون خود را
کنترل کنید.

بیماران با نارسائی کلیوی در چه زمانی باید به

پزشک مراجعه کنید؟

در طی ویژگیهای مرتب توسط پزشک از نظر فشار خون و عملکرد
کلیوی مورد بررسی قرار گیرید.

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک مشورت کنید:

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

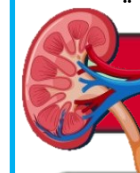
این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می‌کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



نارسایی مزمن کلیه چیست؟

کلیه‌ها دو عضو لوبیایی شکل در ناحیه پهلوها هستند. کلیه‌ها وظیفه کنترل آب بدن، کنترل مواد معدنی موجود در بدن، دفع سموم و مواد زائد از خون، کمک به تنظیم فشار خون، کمک به خون‌سازی بدن را دارند.

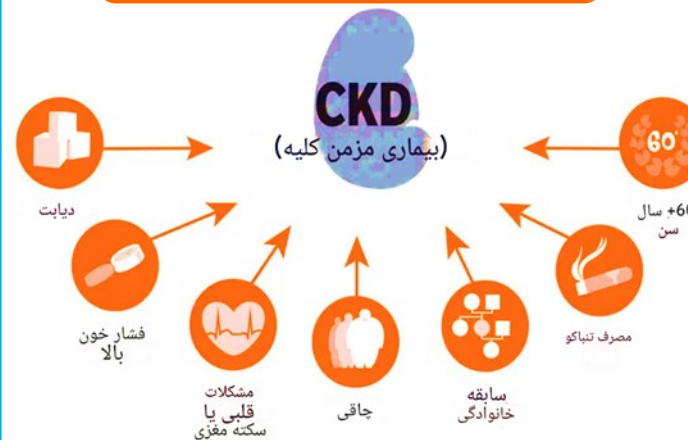
بیماری مزمن کلیه از دست دادن آهسته عملکرد کلیه در طول زمان است و به تدریج در طی ماه‌ها یا سال‌ها بدتر می‌شود. ممکن است برای مدتی متوجه هیچ علامتی نشوید. از دست دادن عملکرد ممکن است به قدری آهسته باشد که تا زمانی که کلیه‌های شما تقریباً از کار نروند، علائمی نداشته باشید.



علائم نارسایی کلیه

مشکلات گوارشی	تورم پاها
از دست دادن اشتها	خارش دائمی
خستگی و ضعف	تنگی نفس
تغییر حجم ادرار	احساس طعم فلز در دهان
گرفتگی عضلات	تغییر رنگ پوست

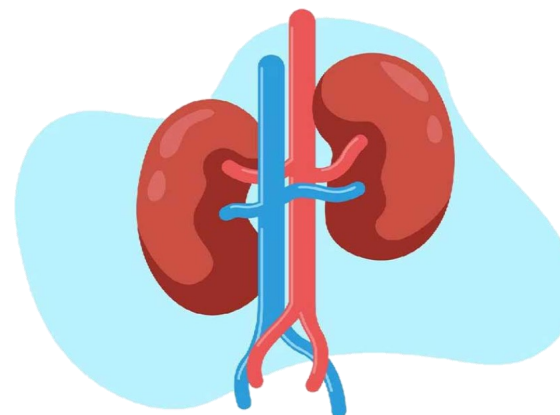
علل نارسایی مزمن کلیه



نارسایی مزمن کلیه چگونه تشخیص داده

میشود؟

جهت تشخیص این بیماری از معاینات پزشکی، سونوگرافی، آزمایش خون، آزمایش ادرار، اسکن کلیه و نمونه برداری از کلیه استفاده می‌شود.



خودمراقبتی در بیماری کلیوی:

فعالیت:

توصیه می‌شود در مرحله حاد بیماری در بستر استراحت کند و در مرحله بهبودی به تدریج از تخت خارج شود و کم‌کم فعالیت روزانه خود را افزایش دهد در بین فعالیت‌ها استراحت داشته باشد.

رژیم غذایی:

- بیماران نارسایی کلیوی باید رژیم غذایی با محدودیت مصرف مایعات، نمک، پتاسیم، فسفر و پروتئین داشته باشند پس:
- از مصرف مواد غذایی فرآوری شده و کنسرو اجتناب شود.
 - محدودیت مصرف نمک و مواد غذایی شور
 - برچسب مواد غذایی را با دقت بخوانید بهتر است از مواد غذایی تازه مصرف کنید.
 - خودداری از خوردن غذاهای فاسفردار مانند: لبنیات، حبوبات، نوشابه‌ها، دل، جگر، قلوه و مغزها مثل بادام، پسته، گردو.
 - کنترل مصرف مایعات و استفاده از لیوان‌های کوچک و مصرف جرعه جرعه مایعات

