



بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

کلیه پلی کیستیک



بیمارستان آموزشی، پژوهشی، درمانی

شهید هاشمی نژاد مشهد

واحد آموزش به بیمار

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک مشورت کنید:

۱. درد شدید و ناگهانی در پهلو، کمر یا شکم
۲. تغییرات در ادرار: خون در ادرار، کاهش حجم ادرار، تغییر رنگ ادرار، سوزش یا درد هنگام ادرار و ...
۳. علائم عفونت مانند تب و لرز، درد و حساسیت در ناحیه کلیه
۴. افزایش ناگهانی فشار خون مانند سردرد شدید، تاری دید، تنگی نفس
۵. تورم پاها، مچ پا و تورم صورت
۶. تهوع و استفراغ مداوم و بی اشتها می تواند نشانه ای از تجمع سموم در بدن به دلیل کاهش عملکرد کلیه باشد.
۷. خستگی و ضعف: خستگی مفرط و ضعف می تواند نشانه ای از کم خونی ناشی از کاهش عملکرد کلیه باشد.

منبع: 
www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید
هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۱۳ ۰۵۱۳ ویا با شماره ۳۱۰۹
تماس گرفته و داخلی بخش دیالیز: ۲۷۵۸-۲۷۵۶

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 کد زیر را اسکن نمایید



غذاهایی که باید محدود شوند یا از آنها اجتناب کرد:

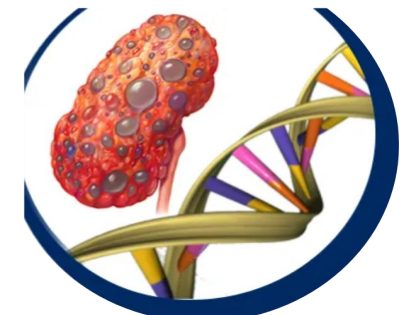
- غذاهای پر نمک: غذاهای فرآوری شده، فست فودها، و غذاهای کنسروی
- غذاهای پر پروتئین: گوشت قرمز، لبنیات پرچرب
- غذاهای پر فسفر: لبنیات، گوشت قرمز، غذاهای فرآوری شده، نوشابه های گازدار
- غذاهای پر قند: نوشیدنی های شیرین، شیرینی جات، غذاهای فرآوری شده
- غذاهای حاوی اگزالات بالا: اسفناج، ریواس، شکلات، آجیل ها (به میزان زیاد)

عوارض احتمالی:

- پیشرفت به سوی نارسایی کلیه
- پیدایش سنگ کلیه
- عفونت یا پاره شدن و خونریزی کیست ها
- کم خونی- فشار خون بالا
- عفونت کیست های کبدی
- نارسایی کبد (خفیف تا شدید)
- عفونت های دستگاه ادراری مکرر

توجهات لازم :

در صورت وجود سابقه خانوادگی این بیماری، قبل از تشکیل خانواده، مشاوره ژنتیک را حتماً مدنظر قرار دهید.



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



کلیه پلی کیستیک :

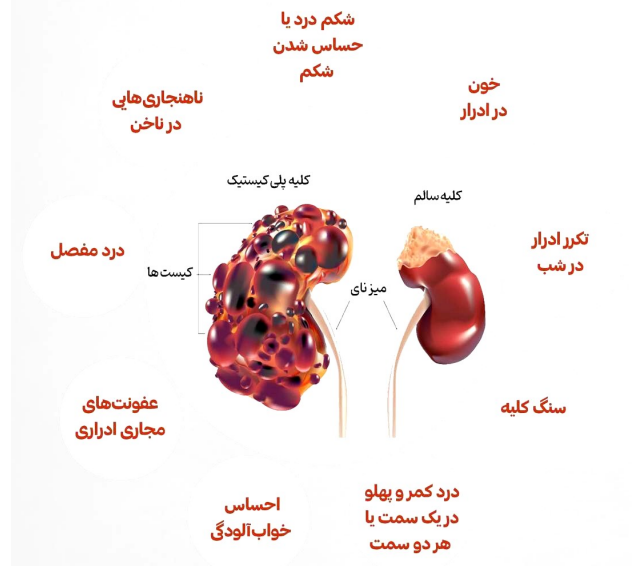
بیماری کلیه پلی کیستیک یک بیماری ارثی است که در آن کیست هایی شبیه خوشه انگور در کلیه ها ایجاد می شود. کیست ها سرطانی نبوده و حاوی مایعی مانند آب هستند. اندازه کیست ها بستگی به حجم مایع درون آنها دارد. کیست تا حد زیادی بزرگ شده و شکل کلیه ها را تغییر میدهد. بیشتر بیماران دچار این اختلال تا بزرگسالی بی علامتند. به مرور که کیست ها بزرگ می شوند، پاره شده عملکرد کلیه کاهش می یابد. اندازه کیست ها به تدریج افزایش یافته و باعث فشار روی سایر اعضا می شود .

این بیماری غالباً با عفونت سیستم ادراری همراه است (شایعترین عارضه می باشد).

علامین شایع :

شایعترین علامت درد پهلو یا کمر می باشد و در موارد بسیاری وجود خون در ادرار که ممکن است فقط با بررسی آزمایشگاهی قابل شناسایی باشد.

آشنایی با علائم بیماری کلیه پلی کیستیک



درمان:

با هدف پیشگیری از عوارض و حفظ عملکرد کلیه صورت می گیرد.

- درمان فوری هر نوع عفونت مهم است.
- پیوند کلیه در برخی بیماران سودبخش است.
- بستری شدن جهت دیالیز لازم می شود.
- چکاپ پزشکی دوبار در سال به موازات پیشرفت بیماری باید انجام شود

میزان فعالیت:

در بستر استراحت کنید و از فعالیت ها و ورزشهایی که باعث ایجاد ضربه به کلیه ها میشود خودداری کنید.

غذاهای مفید برای بیماران مبتلا به PKD:

- میوه ها و سبزیجات: مصرف انواع میوه ها و سبزیجات با رنگ های مختلف برای تامین ویتامین ها، مواد معدنی، و آنتی اکسیدان ها بسیار مهم است.
- غلات کامل: غلات کامل مانند نان سبوس دار، برنج قهوه ای، و جو دوسر منابع خوبی از فیبر هستند.
- پروتئین های کم چرب: مرغ، ماهی، تخم مرغ، و پروتئین های گیاهی (مانند لوبیا، عدس، و توفو) انتخاب های خوبی هستند.
- چربی های سالم: روغن زیتون، آووکادو، و آجیل ها (به میزان محدود) منابع خوبی از چربی های سالم هستند.

