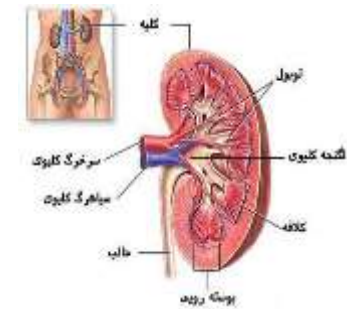


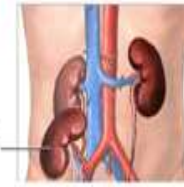
کلیه ها دو عضو لوبیایی شکل هستند که در ناحیه پهلوها قرار دارند. کلیه ها وظایف زیر را در بدن انجام می دهند.

- کنترل آب و الکترولیت های بدن
- کنترل مواد معدنی موجود در بدن
- دفع سموم و مواد زاید از خون
- کمک به تنظیم فشار خون
- کمک به خون رسانی



### نارسایی مزمن کلیه چیست؟

نارسایی مزمن کلیه به نقص غیر قابل برگشت عملکرد و کار کلیه گفته می شود. نارسایی کلیوی مزمن، معمولاً به آرامی رخ داده و در مراحل اولیه علائم کمی دارد. بسیاری از افراد از نارسایی کلیه خود در این حالت اطلاعی ندارند تا زمانیکه عملکرد کلیه ها به کمتر از ۲۵-۲۰ درصد حد نرمال می رسد.



### پیوند کلیه

#### دلایل ایجاد نارسایی مزمن کلیه کدامند؟

- انقباضات عضلانی
- زخم معده و خونریزی در دستگاه گوارش
- لکه های زرد مایل به قهوه ای بر روی پوست
- خارش
- اختلالات خواب می شود.
- در صورت عدم درمان به موقع باعث:
- کاهش سطح هوشیاری
- کم خونی
- تجمع مایع در فضای جنب و ادم ریوی
- پرکاری غده پاراتیروئید و کاهش کلسیم خون می شود.

#### در چه زمانی باید به پزشک مراجعه کنید؟

اگر مبتلا به بیماریهای مزمن هستید، باید در طی ویزیتهای معمول خود توسط پزشک از نظر فشار خون و عملکرد کلیوی، آزمایش ادرار و خون مورد بررسی قرار گیرد. اگر دچار علائم مربوط به نارسایی مزمن کلیه نیز هستید، باید در فواصل توصیه شده به پزشک مراجعه نمایید.

#### نارسایی مزمن کلیه چگونه تشخیص داده می شود؟

در صورت وجود بعضی بیماریها مانند، دیابت باید محتوای ادرار شما از نظر وجود پروتئین چک شود. این آزمایش جهت غربالگری و شناخت مراحل اولیه اختلال عملکرد کلیوی در طی دیابت می تواند مفید باشد.

-فشارخون بالا

- دیابت

- سنگهای کلیه

- عفونتهای ادراری (بخصوص در اطفال)

- سابقه فامیلی

- سابقه مصرف ضد دردها به مدت طولانی مدت

#### نارسایی مزمن کلیه با چه علائمی همراهند؟

بطور کلی این حالت منجر به بروز مسائلی نظیر

- تهوع

- استفراغ

- ورم بدن

- کاهش حجم ادرار

- افزایش فشارخون

- تهوع و استفراغ

- کاهش اشتها

- ضعف و خستگی

- سردرد



دانشگاه علوم پزشکی شیراز



مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی

## نارسایی مزمن کلیه

ویژه آموزش به بیمار

**تهیه کننده:**

محسن طالبی - کارشناس پرستاری

**تایید کننده:**

دکتر مهسا ترابی جهرمی

(فوق تخصص کلیه)

**منابع:**

پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

تابستان ۱۴۰۰

EDU-PT-54/B

کردن لبها با آب، جویدن آدامس را جهت غلبه بر آن انجام داد.

- اگر به دیابت (مرض قند) یا فشار خون بالا هستید هر ۳ ماه یکبار به خانه بهداشت یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه نمایید.

- کنترل قند خون و فشار خون

- اجتناب از مصرف خودسرانه دارو

- پیشگیری از کم آب شدن بدن

حتما اگر جز افراد زیر هستید هر ۶ ماه یکبار یا بنا بر توصیه پزشک معالج، در فواصل کوتاهتر به خانه بهداشت یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید:

- اگر از سوند (لوله ادراری) دائمی استفاده می کنید.

- اگر از داروهای مسکن مثل بروفن، دیکلوفناک، ناپروکسن، استامینوفن، آسپرین و حداقل به مدت ۱ ماه پشت سر هم استفاده می کنید.

- اگر داروهای ضد فشارخون مثل کاپتوپریل، لوزارتان، آنالاپریل را به صورت حداقل یک ماه مصرف می کنید.

- در صورتی که به روماتیسم مفصلی، سائیدگی مفاصل و یا سایر بیماریهای خود ایمنی مبتلا هستید.

- در صورتی که دچار ضایعات نخاعی و یا دارای سابقه سکته مغزی هستید که منجر به از کار افتادگی شما شده است.

با مراجعه به موقع به پزشک می توانید از نارسایی دائمی عملکرد کلیه پیشگیری کنید.

اگر شک به وجود نارسایی حاد یا مزمن کلیوی در خود دارید، باید حتما جهت اندازه گیری مواد زاید خون نظیر اوره، کراتنین، آزمایش خون و آزمایش ادرار به پزشک مراجعه کنید. به علاوه جهت تایید و یا کمک به تشخیص نارسایی کلیوی می توان از روشهای تشخیصی نظیر آزمایش های تکمیلی، سونوگرافی و نمونه برداری از کلیه ها نیز استفاده نمود.

**روشهای پیشگیری از نارسایی مزمن کلیه کدامند؟**

جهت پیشگیری از بروز نارسایی کلیه موارد زیر را رعایت کنید:

- از مصرف الکل یا داروهای خاص اجتناب ورزید.

- سعی کنید با موادی نظیر فلزات سنگین، حلالها یا سایر مواد سمی کمتر تماس داشته باشید.

- در صورت وجود بیماری مزمن حتما بطور دقیق به توصیه های پزشک خود عمل کنید.

- اگر مبتلا به نارسایی مزمن کلیه هستید و قصد بارداری دارید، حتما با پزشک خود مشورت نموده و از مسائل مربوط به این دوران آگاه شوید و اگر هم حامله هستید حتما تحت مراقبتهای ویژه پزشک خود باشید.

- اگر مبتلا به مراحل انتهایی بیماری کلیوی هستید، از مصرف آب و مایعات زیاد، پروتئین و نمک زیاد پرهیز نمایید.

- در صورتیکه مصرف مایعات کم شود ممکن است تحمل تشنگی سخت باشد که می توان اقدامات نظیر مکیدن یک قاچ لیمو، یا لیسیدن یک تکه یخ، خیس