

آموزشهای بدو بستری :

1-دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.

2-به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .

3-حتما"قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد .وسپس اقدام به خروج از تخت نمایید.

4- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار ،به پرستار اطلاع دهد.

5-نام پزشک خود را بدانید ونام پرستار خود را در هرشیفت بپرسید.

6-درمورد فعالیت ونوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سنوال کنید.

7- دستهای خود را جهت جلوگیری از عفونت بشویید.

آموزشهای حین بستری :

نارسایی مزمن کلیه:

نارسایی مزمن کلیه به نقص غیر قابل برگشت عملکرد

کلیه شامل دفع آب و نمک و مواد اضافی توسط کلیه گفته

میشود. این بیماری در مراحل اولیه علائم کمی دارد و

تا 25 درصد عملکرد کلیه مختل نشود فرد اطلاعی از

بیماری خود ندارد

علائم نارسایی کلیه:

تورم بدن، فشار خون بالا،خستگی مفرط و آسیبهای استخوانی و علائم تجمع سموم در بدن شامل تهوع و استفراغ و.. می باشد.

درمان ها و مراقبت های لازم:

1. روزانه وزن و فشارخون خود را اول صبح کنترل کنید

2. داروهای خود را طبق دستور پزشک مصرف کند

3. دوره ای ویزیت پزشک داشته باشید و بر اساس

صلاحدید پزشک خود، آزمایش دوره ای انجام دهید.

4. در صورت ابتلا به بیماری دیابت، آن را به خوبی کنترل کنید.

5. در صورت سیگار کشیدن آن را قطع کنید.

6. -مصرف غذاهای پرپروتئین مثل گوشت ، مرغ،

ماهی ،حبوبات ، سفیده تخم مرغ و حاوی پتاسیم

مثل موز ،کیوی ، خربزه ،گوجه فرنگی ، جو ، سیب

زمینی و حاوی فسفر بالا مثل پنیر و حبوبات را

محدود کنید.حذف و یا مصرف بیش از حد هیچ یک

از مواد غذایی بالا توصیه نمیشود.

برای رژیم غذایی خود زیر نظر یک متخصص تغذیه باشید.

مصرف نمک را به حداقل برسانید

در صورت داشتن فیستول دردست ،از گرفتن فشارخون وخونگیری از آن دست جلوگیری کنید.

در صورت لزوم به انجام هر گونه رادیولوژی و اسکن که نیاز به مصرف ماده حاجب باشدحتما باید با پزشک خود در میان بگذارید.

از مصرف بی رویه مسکن و انتی بیوتیک ها خودداری کنید.

در صورت تهوع و استفراغ و خستگی و خواب آلودگی و

علائم هر نوع عفونت و در صورت کاهش ادرار و ورم

اندام های تحتانی و تنگی نفس و لرزش غیر طبیعی

اندامها و یا درد قفسه سینه به پزشک خود مراجعه کنید.

پختن سبزی ها سبب بالا رفتن پتاسیم قابل جذب ان ها

می شود بنابراین بهتر است به صورت خام مصرف شود.

اگر به وجود نارسایی حاد یا مزمن کلیوی در خود شک

دارید،باید جهت اندازه گیری مواد زاید خون نظیر اوره

،کراتینین، آزمایش خون و آزمایش ادرار به پزشک

مراجعه فرمایید.



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا تبریز

نارسایی کلیه

تهیه و تنظیم: رعنا پورمحمد، کارشناس پرستاری

تایید کننده علمی: اساتید داخلی

منبع: برونرسودارث (کلیه و مجاری ادراری)

تاریخ تدوین: اسفند 1398

تاریخ بازنگری: مرداد 1403

سایت بیمارستان سینا
<https://sinahosp.tbzmed.ac.ir>

جهت دریافت آموزشهای لازم و برنامه ویزیت پزشکان
درمانگاه بیمارستان سینا به کانال تلگرام آموزش سلامت
بیمارستان سینا ملحق شوید

@amuzesh_salamat

واحد آموزش سلامت

- در صورت داشتن کاتتر از خم کردن کاتتر، باز کردن سر لوله های آن در منزل، خیس کردن پانسمان کاتتر، خاراندن زیر پانسمان، یا باز کردن و دستکاری پانسمان با دست آلوده خودداری کنید.

- در هنگام حمام کردن روی کاتتر را با یک پوشش ضد آب مانند کیسه نایلون بپوشانید و تا حد امکان از دوش دستی استفاده کنید. تا پانسمان کاتتر خیس نشود
- پروتکل های بهداشتی را رعایت کنید.
- از مصرف خودسرانه و بی رویه مسکن و آنتی بیوتیک ها خودداری کنید. داروهای خود را طبق تجویز پزشک مصرف نمایید.

رژیم:

- محدودیت دریافت نمک و پروتئین (گوشت، مرغ، سفیده تخم مرغ و....) و سبزیجات پخته را رعایت کنید.
- مصرف غذاهای حاوی پتاسیم و فسفر (موز، گوجه فرنگی، پرتقال، پنیر، اسفناج و...) اجتناب شود.
- دریافت مایعات روزانه دقیق اندازه گیری شود.

فعالیت:

- فعالیت و استراحت متناوب داشته باشید و از انجام فعالیت سنگین اجتناب کنید.

آموزش های زمان ترخیص

علامت مهم برای مراجعه فوری به اورژانس یا پزشک
معالج

- کاهش دفع ادرار
 - شب ادراری
 - خواب آلودگی و خستگی زودرس در اکثر مواقع روز بدون اینکه فعالیت قبلی داشته باشید.
 - تهوع و استفراغ مداوم
 - تشنج یا کاهش هوشیاری و عدم توانایی در پاسخ دادن به اطرافیان و محیط
 - تورم در نقاط مختلف بدن
- آموزشهای خود مراقبتی در منزل

مراقبت:

- وزن خود را روزانه کنترل کنید.
- اگر دارای فیستول هستید از کارهای سنگین اجتناب کنید و از دست فیستول دار کنترل فشار خون یا خونگیری انجام ندهید
- هر روز محل فیستول را از نظر تورم و قرمزی و عفونت و گرما کنترل کنید. و از کارکرد آن (لرزش) مطمئن شوید.