

## نارسایی مزمن کلیه

نارسایی مزمن کلیه      کلیه سالم      نارسایی حاد کلیه



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 زائد از خون
- ✓ کمک به تنظیم فشارخون
- ✓ کمک به خون سازی

### نارسایی مزمن کلیه با چه علائمی همراهند؟

بطور کلی این حالت منجر به بروز مسائلی نظیر نارسایی احتقانی قلب، استخوانهای ضعیف، زخمهای معده و صدمه به سیستم اعصاب مرکزی خواهد شد. متأسفانه زمانی که صدمات غیرقابل برگشت رخ ندهد، علائم ایجاد نمی شود. این علائم شامل موارد زیر می باشند:

- ✓ فشارخون بالا
- ✓ کاهش وزن غیرقابل توجیه
- ✓ کم خونی
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ کاهش اشتها
- ✓ ضعف و خستگی
- ✓ سردردی که هیچ علامت خاصی ندارد.
- ✓ کاهش عملکرد ذهنی
- ✓ انقباضات عضلانی
- ✓ خونریزی در دستگاه گوارش
- ✓ لکه های زرد مایل به قهوه ای بر روی پوست
- ✓ خارش دائمی
- ✓ اختلالات خواب

### نارسایی مزمن کلیه چیست؟

نارسایی مزمن کلیه به نقص غیرقابل برگشت عملکرد و کار کلیه گفته می شود. نارسایی کلیوی مزمن، به آرامی رخ داده و در مراحل اولیه علائم کمی دارد. بسیاری از افراد از نارسایی کلیه خود در این حالت اطلاعی ندارد تا زمانی که عملکرد کلیه ها به کمتر از ۲۵ درصد حد نرمال می رسد.

### دلایل ایجاد نارسایی مزمن کلیه کدامند؟

- ✓ فشارخون بالا
- ✓ دیابت
- ✓ سنگهای کلیه
- ✓ عفونتهای ادراری (به خصوص در اطفال)
- ✓ سابقه فامیلی
- ✓ سابقه مصرف ضد دردها به مدت طولانی مدت

### شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان آموزش کد:	نارسایی مزمن کلیه کد: الف . پ . ۳۶
تهیه کننده	سوپروایزر آموزش سلامت: سوسن قصرساز - رابط آموزش به بیمار: فاطمه رهنما پرستار
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه ۱۴۰۳/۶:	بازبینی: ۱۴۰۴/۶
منابع:	۱) برونر و سودارت - پرستاری داخلی - جراحی <a href="https://www.google.com/search?client/">https://www.google.com/search?client/</a> - ۲
پزشک تایید کننده:	دکتر صدیق جدیدالاسلامی - متخصص داخلی
ناظر کیفی :	دکتر خالد فتحی زاده - رئیس بیمارستان
آدرس	بلوار توحید - مرکز پزشکی آموزشی درمانی توحیدمركز جراحی قلب شهید رجایی تلفن: ۰۸۷۳۳۲۸۶۱۱۲ - واحد آموزش به بیمار و پیگیری

اگر به دیابت (مرض قند) یا فشارخون بالا مبتلا هستید هر ۳ ماه یک بار به خانه بهداشت یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه نمایید.

حتما اگر جز افراد زیر هستید هر ۶ ماه یک بار 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، استامینافون، آسپرین و حداقل به مدت یک ماه پشت سرهم 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 بیماری های خودایمنی مبتلا هستید.
- ✓ در صورتی که دچار ضایعات نخاعی و یا دارای سابقه سکنه 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.**

### **روش های پیشگیری از نارسایی مزمن کلیه کدامند؟**

معمولاً پیشگیری از بروز نارسایی کلیه غیرممکن است اما می توان شانس بروز آن را کاهش داد. جهت پیشگیری موارد زیر را رعایت کنید:

از مصرف الکل یا داروهای خاص اجتناب بورزید.

سعی کنید با موادی نظیر فلزات سنگین، حلال ها یا سایر موارد سمی کمتر تماس داشته باشید.

در صورت وجود بیماری مزمن حتما به طور 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 مراقبت های ویژه پزشک خود باشید.

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

در صورتی که مصرف مایعات کم شود ممکن است تحمل تشنگی سخت باشد که می توان اقداماتی نظیر مکیدن یک قاچ لیمو، یا لیسیدن یک تکه یخ، خیس کردن لب ها با آب و یا جوییدن آدامس را جهت غلبه بر آن انجام داد.

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

اگر فردی مبتلا به بیماری های مزمن هستید، باید در طی ویزیت های معمول خود توسط پزشک از نظر فشارخون و عملکرد کلیوی، آزمایش ادرار و خون مورد بررسی قرار گیرید.

اگر فردی دچار علائم مربوط به نارسایی مزمن کلیه نیز هستید، باید به پزشک مراجعه نمایید.

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

در صورت وجود 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.

اگر شک به وجود نارسایی حاد یا مزمن کلیوی در خود دارید، باید حتما جهت اندازه گیری مواد زاید خون نظیر اوره، کراتینین، آزمایش خون و آزمایش ادرار به پزشک مراجعه کنید. به علاوه جهت بررسی وجود مایع در ریه ها می توان از آن ها عکسبرداری نمود.

به علاوه جهت تایید و یا کمک به تشخیص نارسایی کلیوی می توان از روش های تشخیصی نظیر سونوگرافی، سی تی اسکن، ام آر آی و نمونه برداری از کلیه ها نیز استفاده نمود.