

نارسایی مزمن کلیه

کاهش غیرقابل برگشت عملکرد کلیه که بیش از ۳ ماه طول کشیده باشد را نارسایی مزمن کلیه گویند. به مرحله پیشرفته نارسایی مزمن کلیه که جهت ادامه حیات به دیالیز یا پیوند کلیه نیاز باشد، مرحله انتهایی بیماری کلیه می‌گویند.

ریسک فاکتور

بیماری دیابت، فشارخون بالا، قلبی-عروقی، چاقی و ضایعات ارثی مثل بیماری چند کیستی کلیه، انسداد دستگاه ادراری تنگی ابتدا یا انتهای حالب، عفونت‌ها یا مواد سمی. عوامل شغلی و محیطی (کادمیوم، جیوه و کروم) ارتباط نزدیک با نارسایی مزمن کلیوی دارند.

علائم و نشانه‌های نارسایی مزمن کلیوی:

افزایش فشارخون، ورم دست و پاها، ورم دور چشم، افزایش پتاسیم و چربی خون، خارش شدید، تهوع و استفراغ، سکسکه، بوی آمونیاک، احساس طعم فلزی، زخم و خونریزی از دهان، یبوست یا اسهال، خونریزی گوارشی، ضعف و خستگی، عدم تمرکز و عدم آگاهی از زمان و مکان، لرزش و تشنج، بی‌قراری، لرزش کف پاها، گرفتگی‌های عضلانی، درد استخوانی، افتادگی و.

شکستگی استخوانی، قطع قاعدگی، نازایی، کاهش میل جنسی، کم خونی، خلط غلیظ و چسبنده، تنفس سطحی

درمان:

درمان جهت جلوگیری از پیشرفت بیشتر بیماری، رعایت رژیم غذایی، دیالیز و پیوند کلیه است.

تمامی بیماران مبتلا به نارسایی کلیوی مزمن ابتدا از طریق درمان طبی (دارو، توصیه غذایی و کنترل و پیگیری دقیق بالینی) درمان می‌شوند. در آسیب شدید کلیه نیازمند جایگزینی عملکرد کلیه از طریق دیالیز یا پیوند است. آشنایی با درمان‌های جایگزین کلیه در مراجعات اولیه اهمیت دارد. بررسی بالینی منظم و بررسی آزمایشگاهی و حفظ فشارخون کمتر از ۱۳۰/۹۰ میلی‌متر جیوه مهم است. پیشگیری از عوارض از طریق کنترل عوامل خطرزای قلبی عروقی، درمان دیابت، کم خونی، توقف سیگار، کاهش وزن، برنامه‌های ورزشی و کاهش مصرف نمک و الکل محقق می‌شود.

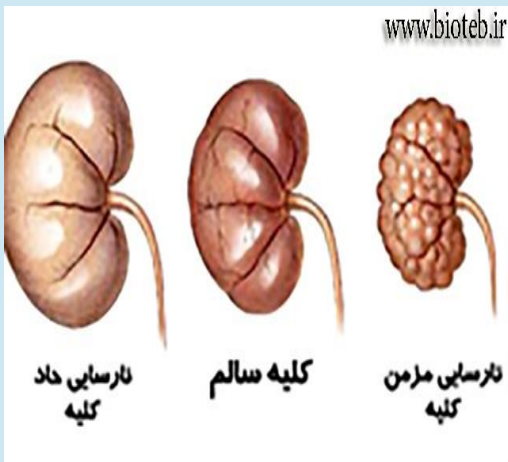


نکات آموزشی و بهداشتی:

- ❖ سنگ کلیه و عفونت‌های ادراری را جدی بگیرید. اگر سابقه ابتلا به سنگ دارید با بکار بردن شیوه‌ی صحیح زندگی همچنین رعایت رژیم غذایی مناسب از ابتلا به بیماری نارسایی کلیه می‌توان جلوگیری کرد.
- ❖ بیمارانی که نارسایی کلیه شدید دارند در خوردن مایعات محدودیت دارند اما افرادی که در مرحله اول بیماری قرار دارند محدودیتی ندارند.
- ❖ یکی از علل مهم در کودکانی که دچار نارسایی می‌شوند برگشت ادرار به کلیه هاست، این بیماری در دختران شایع‌تر است. اگر این حالت در کودک شناخته نشود کودک دچار نارسایی کلیه می‌شود.
- ❖ قند خون و فشار خون مرتب کنترل شود شایع‌ترین علت نارسایی کلیه دیابت و سپس فشار خون بالاست که تا مرحله پیشرفته علامت خاصی ندارد.
- ❖ مصرف چربی محدود شود.
- ❖ ورزش مرتب و مداوم روزانه مفید است.
- ❖ مراجعه به پزشک حداقل هر ۶ ماه یکبار، انجام آزمایش و سونوگرافی در تشخیص به موقع، پیشگیری از نارسایی کلیوی موثر هستند.
- ❖ نارسایی کلیه بدون علامت است و باید هوشیار بود



نارسایی مزمن کلیه



تهیه و تنظیم: دفتر آموزش سلامت

بازنگری: زمستان ۱۴۰۳

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث

راهنمای بالینی پرستاری دکتر امامی رضوی و اعظم گیوری

پرستارو دیالیز جمع نویسندگان

اگر از سوند ادراری دائمی استفاده می‌کنید یا از داروهای مسکن مثل بروفن، دیکلوفناک، ناپروکسن، استامینوفن، آسپیرین یا داروهای کنترل فشارخون مثل کاپتوپریل، لوزارتان، انالاپریل، حداقل به مدت یک ماه پشت سرهم استفاده می‌کنید. در صورت ابتلا به رماتیسم مفصلی، ساییدگی مفاصل و یا سایر بیماریهای خودایمنی، در صورتیکه دچار ضایعات نخاعی و یا سابقه سکته مغزی هستید که منجر به از کارافتادگی شما شده

حتما هر ۶ ماه یکبار به خانه بهداشت یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه نمایید. با مراجعه به موقع به پزشک می‌توانید از نارسایی دائمی عملکرد کلیه پیشگیری کنید.

از تماس با موادی نظیر فلزات سنگین، حلال‌ها یا سایر مواد سمی پرهیز کنید.

اگر مبتلا به مراحل انتهایی بیماری کلیوی هستید، از مصرف آب و مایعات زیاد پرهیز نمایید. جهت تحمل تشنگی می‌توان اقداماتی نظیر مکیدن یک قاچ لیمو یا لیسیدن یک تکه یخ، خیس کردن لب‌ها با آب، جویدن آدامس را جهت غلبه بر آن انجام داد. از مصرف الکل اجتناب ورزید.

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.

علائم بیماریهای کلیوی در مراحل اولیه شامل وجود آلبومین در ادرار، افزایش دفعات ادرار بخصوص در شب و فشار خون بالا است که همه افراد باید نسبت به این علائم هوشیار باشند.

نشانه های دیررس نارسایی کلیه شامل تورم پاها، افزایش سموم و دفع مواد زائد در خون مانند اوره و کراتینین، تهوع و استفراغ صبحگاهی و تنگی نفس به علت احتباس مایعات در ریه‌ها است.

تشخیص نارسایی مزمن کلیه :

در صورت وجود چک محتوای ادرار از نظر وجود پروتئین در دیابت این آزمایش جهت غربالگری و شناخت مراحل اولیه اختلال عملکرد کلیوی طی دیابت می‌تواند مفید باشد. اندازه گیری مواد زائد خون نظیر اوره، کراتینین، آزمایش خون و ادرار و مراجعه به پزشک

پیشگیری از نارسایی مزمن کلیه :

معمولاً پیشگیری از بروز نارسایی کلیه غیر ممکن است اما میتوان با رعایت مواردی شانس بروز آن را کاهش داد. در صورت وجود بیماری مزمن مانند دیابت و فشارخون حتماً بطور دقیق به توصیه های پزشک خود عمل کنید. مبتلایان دیابت یا فشارخون بالا، هر ۳ ماه یکبار به خانه بهداشت یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه نمایند