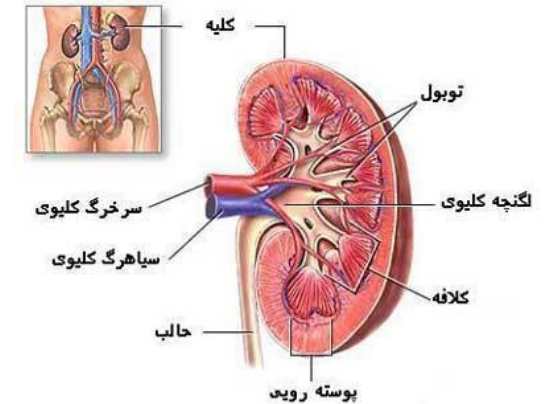


کلیه ها دو عضو لوبیایی شکل هستند که در ناحیه پهلوها قرار دارند. کلیه ها وظایف زیر را در بدن انجام می دهند.

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



نارسایی مزمن کلیه چیست؟

نارسایی مزمن کلیه به نقص غیر قابل 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 ندارند تا زمانی که عملکرد کلیه ها به کمتر از 25 درصد از حد نرمال می رسد.



پیوند کلیه

دلایل شایع ایجاد نارسایی مزمن کلیه کدامند؟

- ◀ فشار خون بالا
- ◀ دیابت
- ◀ سنگ های کلیه
- ◀ عفونت های ادراری (به خصوص در اطفال)
- ◀ سابقه فامیلی
- ◀ سابقه مصرف ضد دردها به مدت طولانی مدت

نارسایی مزمن کلیه با چه علائمی همراهند؟

به طور کلی این حالت منجر به بروز مسائلی نظیر نارسایی احتقانی قلب، استخوان های ضعیف، زخمهای معده و صدمه به سیستم اعصاب مرکزی خواهد شد. متأسفانه زمانی این علائم بروز می کند که صدمات غیر قابل برگشت رخ داده است. علائم شامل موارد زیر می باشند:

- ◀ فشار خون
- ◀ کاهش وزن غیر قابل توجیه
- ◀ کم خونی
- ◀ تهوع و استفراغ
- ◀ کاهش اشتها
- ◀ ضعف و خستگی

- ◀ سرددی که هیچ علت خاصی ندارد.
- ◀ کاهش عملکرد ذهنی
- ◀ انقباضات عضلانی
- ◀ خونریزی در دستگاه گوارش
- ◀ لکه های زرد مایع به قهوه ای بر روی پوست
- ◀ خارش مقاوم
- ◀ اختلالات خواب

در چه زمانی باید به پزشک مراجعه کنید؟

اگر مبتلا به بیماری های مزمن هستید، باید در طی ویزیت های 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 به پزشک مراجعه نمایید.

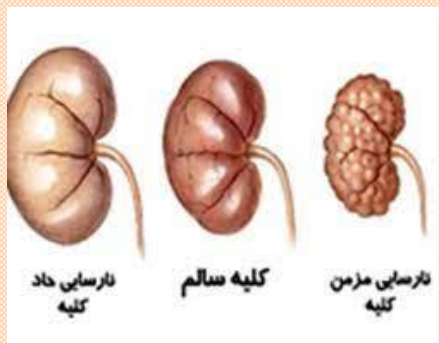
نارسایی مزمن کلیه چگونه تشخیص داده می شود؟

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 طول دیابت می تواند مفید باشد.

اگر شک به وجود نارسایی حاد یا مزمن کلیوی در خود دارید، باید حتماً جهت اندازه گیری موارد زاید خون نظیر اوره، کراتنین، آزمایش خون و آزمایش ادرار به پزشک مراجعه کنید. به علاوه جهت بررسی وجود مایع در ریه ها می توان از آنها عسکبرداری نمود.



نارسایی مزمن کلیه



شناسنامه پرورشور آموزشی		کد: QM.SH.PA.238.00	
عنوان		نارسایی مزمن کلیه	
تهیه کننده		فاطمه رادپه (سوپروایزر آموزش سلامت)	
منابع:		برونر و سودارث کلیه و مجاری ادراری ۲۰۱۸ بیماری های کلیه و مجاری ادراری سالمی	
بازبینی		سالانه	
ناظر کیفی		 فاطمه رادپه (سوپروایزر آموزش سلامت)	

و ادا مرصت فهُو بُشْفِن: و هنگامی که بیمار می شوم، او شفا می دهد.

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

حتماً اگر جز افراد زیر هستید هر 6 ماه یکبار 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 1 ماه پشت سر هم استفاده می کنید.
- ❖ اگر داروهای ضد فشار خون 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 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.

به علاوه جهت تأیید 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 نموده.

روش های پیشگیری از نارسایی مزمن کلیه کدامند؟

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

- از مصرف الکل یا داروهای خاص اجتناب ورزید.
- سعی کنید با موادی نظیر فلزات سنگین، حلال ها یا سایر مواد سمی کمتر تماس داشته باشید.
- در صورت وجود بیماری مزمن حتماً به طور دقیق به توصیه های پزشک خود عمل کنید.
- اگر مبتلا به نارسایی مزمن کلیه هستید و قصد بارداری دارید، حتماً با پزشک خود مشورت نموده و از مسائل مربوط به این دوران آگاه شوید و اگر هم حامله هستید حتماً 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 اقدامات نظیر مکیدن یک قاچ لیمو، یا لیسیدن یک تکه یخ، خیس کردن لبها با آب، جویدن آدامس را جهت غلبه بر آن انجام داد.