

این پمفلت در راستای افزایش اطلاعات شما جهت بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.

اگر به طور ناگهانی کلیه های شما توانایی خود برای حذف مواد زائد را از دست بدهد، نارسایی حاد کلیه اتفاق می افتد. وقتی کلیه های شما توانایی فیلتر کردن خود را از دست می دهند، سطوح خطرناکی از مواد زائد ممکن است تجمع پیدا کند و ترکیب شیمیایی خون شما ممکن است از تعادل خارج شود. نارسایی حاد کلیه یا آسیب حاد کلیوی، به سرعت پیشرفت می کند که معمولاً در کمتر از چند روز این اتفاق می افتد. نارسایی حاد کلیه در بیماران بستری به ویژه افراد به شدت بیمار که نیازمند مراقبت ویژه هستند، شایع است.



علائم و نشانه های نارسایی حاد کلیوی می تواند شامل موارد زیر باشد:

- کاهش ادرار دفعی، هر چند در مواردی ممکن است میزان ادرار دفعی طبیعی باقی بماند
- احتباس مایع که منجر به تورم اندام تحتانی، زانو و پا شود
- تنگی نفس
- خستگی
- گیجی
- حالت تهوع
- ضعف
- ضربان قلب نامنظم
- درد یا فشار در قفسه سینه
- تشنج یا کوما در موارد شدید

گاهی نارسایی حاد کلیوی منجر به هیچ علامت یا نشانه ای نمی شود و از طریق آزمایش هایی که به دلیل دیگری انجام شده است، تشخیص داده می شود.

نارسایی حاد کلیوی می تواند کشنده باشد و نیازمند درمان جدی است. با این وجود، نارسایی حاد کلیوی می تواند برگشت پذیر باشد. اگر به جز مشکل کلیه در وضعیت سلامتی خوبی هستید، می توانید عملکرد کلیوی طبیعی یا نزدیک به طبیعی خود را بازیابید.



تغذیه و رژیم غذایی

• پروتئین

بدن شما به پروتئین نیاز دارد. نیاز به پروتئین برای ساختن ماهیچه، بازسازی بافت‌ها، مقابله با عفونت و .. مهم می‌باشد. پروتئین دریافتی الزاما نباید خیلی کم باشد، چرا که می‌تواند مشکلات ثانویه ایجاد نماید. متخصص تغذیه می‌تواند در مورد دریافت مقدار پروتئین مورد نیاز شما برنامه‌ریزی نماید.

• سدیم

کلیه سالم می‌تواند مقدار سدیم را در بدن شما به خوبی کنترل کند. اگر کلیه شما خوب کار نکند یا دچار بیماری نارسایی حاد کلیوی باشید، مصرف سدیم اضافی می‌تواند منجر به تجمع مایعات در بدن، ورم، بالا رفتن فشارخون و فشار مازاد بر قلب شما شود. بنابراین باید مصرف سدیم در بیماری نارسایی حاد کلیوی محدود شود.



• فسفر

زمانیکه عملکرد کلیه شما کم شود، فسفر اضافه در خون تجمع پیدا می‌کند. سطح بالای فسفر علاوه بر اثر بدی که در بیماری نارسایی حاد کلیوی دارد، منجر به ضعیف شدن استخوان نیز خواهد شد.



• پتاسیم

پتاسیم در عملکرد ماهیچه‌ها از جمله ماهیچه‌های قلب، نقش مهمی دارد.

• غذاهای کم پتاسیم را انتخاب کنید: احتمالا

متخصص تغذیه، غذاهای کم پتاسیم را به شما توصیه می‌کند. غذاهای پر پتاسیم شامل موز، پرتقال، سیب زمینی، اسفناج و گوجه فرنگی است. غذاهای غنی از پتاسیم در افراد با بیماری نارسایی حاد کلیوی پیشنهاد نمی‌شود. نمونه‌هایی از غذاهای کم پتاسیم شامل سیب، گل کلم، فلفل، انگور و توت فرنگی است.



منبع: <http://medlineplus.gov>

آدرس کلینیک سلامت: طبقه پایین ساختمان اداری بیمارستان تلفن: ۵۴۵۲۳۹۹۰-۵۴۵۱

۲/۵

بسمه تعالی

کد سند: PAM-CC-۷۵

شماره ویرایش: ۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۸/۰۸



بیمارستان خاتم الانبیاء تماراد

آموزش به بیمار

آموزش

نارسایی حاد کلیوی



بیمارستان خاتم الانبیاء تایباد

واحد آموزش به بیمار (آبان ۴۰۰)