

## بسمه تعالی

# همو دیالیز



## واحد آموزش سلامت

## بیمارستان سردار سلیمانی

[بیمارستان شهید سلیمانی](https://soleimany-hosp.umsha.ac.ir)

<https://soleimany-hosp.umsha.ac.ir>

۰۸۱-۳۴۹۴۷۷۰۱-۷ داخلی ۳۵۷

## عملکرد کلیه :

کلیه ها در واقع پالایشگاه بدن هستند و از وظایف مهم آنها عبارتند از:

- ✓ تصفیه خون از مواد زایدمانند اوره و کراتینین و یا سموم
- ✓ تنظیم فشار خون
- ✓ کمک به خون سازی، تولید اریتروپویتین و ویتامین D
- ✓ حفظ تعادل و تنظیم املاح و مواد معدنی از قبیل سدیم - پتاسیم - کلسیم - فسفر
- ✓ تنظیم اسید و باز بدن
- ✓ تنظیم کننده آب بدن

## عوامل تخریب کننده کلیه :

- دیابت
- فشار خون
- التهاب نفرونها
- ابتلا به عفونتهای مکرر ادراری
- سنگ کلیه
- بیماریهای مادرزادی کلیه و کلیه پلی کیستیک
- بیماریهای سیستم ایمنی مانند لوپوس و بزرگی پروستات در مردان

## همودیالیز چیست؟

همودیالیز یعنی تمیز کردن خون که باعث خارج نمودن مواد زائد، تنظیم حجم مایعات بدن، کنترل اسید و باز، تنظیم الکترولیتها، خروج مواد سمی از بدن، کنترل فشار خون های مقاوم و کاهش پتاسیم میشود. هر جلسه همودیالیز ۳ تا ۵ ساعت طول می کشد. ماده ای به نام هیپارین در حین همودیالیز به خون اضافه می شود تا از ایجاد لخته در صافی جلوگیری شود.

## عوارض حین دیالیز

- افت فشار خون
- کرامپ های عضلانی (گرفتگی عضله)
- تهوع و استفراغ
- سردرد
- خارش

**هلائم افت فشار خون:** سرگیجه، سردرد، تهوع،

استفراغ، گرفتگی عضلانی، کاهش سطح

هوشیاری، ترس، اضطراب، رنگ پریدگی

واحساس تنگی نفس

- وزن خشک شما باید بطور دقیق مشخص شود .
- عدم مصرف داروی ضد فشار خون قبل از جلسه دیالیز و مصرف آن بعد از دیالیز
- از خوردن غذا قبل و حین دیالیز پرهیز کنید .
- از افزایش وزن بین دو جلسه دیالیز خودداری کنید .
- محدودیت مصرف نمک ( مصرف زیاد نمک سبب دریافت آب بیشتر بین دو جلسه دیالیز و موجب افزایش وزن اضافی میگردد).
- کم خونی شما باید درمان شود.
- حین دیالیز سر پایین و پاها را بالاتر قرار دهید.

گرامپ های عضلانی:

علت اصلی گرامپهای عضلانی مشخص نیست اما افت فشار خون ،انجام دیالیز خشک میتواند از علل آن باشد.

راههای پیشگیری از گرامپهای عضلانی

- ✓ جلوگیری از افزایش وزن بیش از ۱ کیلوگرم بین دو جلسه دیالیز
- ✓ پیشگیری از افت فشار خون
- ✓ انجام ورزشهای ایزومتریک و ایزوتونیک
- ✓ افزایش زمان دیالیز در افرادی که دچار اضافه وزن زیاد شده اند .

✓ جهت درمان میتوان از ماساژ موضعی

، کیسه آب گرم ونیز تمرینهای

کششی درعضلات درگیر ونیز

داروهایی مانند قرص کارنیتین و

سولفات کینین واگزازپام استفاده

کرد.

تهوع و استفراغ

این عارضه مربوط به افت فشار خون حین دیالیز

است که در بیماران دیابتی به علت فلج معده

مشاهده میشودوعلت دیگر آن تغذیه حین دیالیز ویا

کمتر از یک ساعت قبل از شروع دیالیز میباشد.

درمان و پیشگیری:

✓ اصلاح افت فشارخون

✓ استفاده از داروهای ضد تهوع طبق دستور

پزشک

✓ در صورت استفراغ حتما با دهان شویه

دهان خود را بشویید.

✓ عدم خوردن غذا قبل و حین دیالیز

سردرد:

که به علت افت فشار خون و کاهش کافئین ایجاد

میشود .مصرف موز ، قهوه و کافئین و کاهش دور

دستگاه دیالیز باعث کاهش سردرد میشودودر نهایت

از استامینوفن میتوان استفاده کرد.

خارش:

که به دلیل بالا بودن اوره و افزایش سطح فسفر سرم

وحساسیت به هپارین تزریق شده حین دیالیزو افزایش

سطح هیستامین در نارسایی کلیه و خشکی پوست

ایجادمی شود.

خود مراقبتی

- از قرارگیری در محیطهایی با درجه حرارت بالا خودداری کنید.
- برای جلوگیری از خشکی پوست از حمام کردن زیاد و استفاده از صابون های معطر خودداری کنید. پوست را با نرم کننده و مرطوب کننده ها ی پوست، مرطوب نگه دارید. در صورت داشتن خارش از پارچه تمیز و نرم جهت این کار استفاده کنید.
- از ارتباط با افرادی که دارای عفونت و سرما خوردگی می باشند خودداری کنید.
- در زمان ایجاد تب ،پوشش خود را کم کنید و از استامینوفن خوراکی استفاده کنید
- به موقع برای انجام همودیالیز مراجعه کنید و نوبت دیالیز را به تعویق نیندازید.
- در صورتی که دو بار در هفته دیالیز میشوند توصیه میشود میزان پروتئین مصرفی ۰/۵ تا ۱ گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن و در صورتی که سه بار در هفته دیالیز می شوید دریافت پروتئین تقریباً آزاد باشد.