

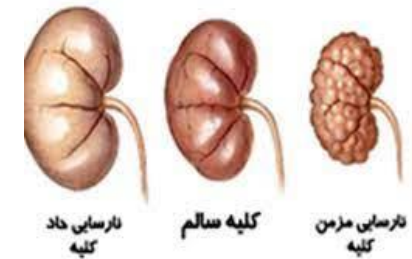
کلیه ها دو عضو لوبیایی شکل هستند که در ناحیه پهلوها قرار دارند. کلیه ها وظایف زیر را در بدن انجام میدهند.

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

نارسایی مزمن کلیه چیست؟ نارسایی مزمن کلیه به نقص غیر قابل برگشت عملکرد و کار کلیه گفته میشود. 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 ۲۵ درصد حد نرمال می رسد.

دلایل ایجاد نارسایی مزمن کلیه کدامند؟

- ✚ فشار خون بالا
- ✚ دیابت
- ✚ سنگ های کلیه
- ✚ عفونت های ادراری (بخصوص در اطفال)
- ✚ سابقه فامیلی
- ✚ سابقه مصرف ضد درد ها به مدت طولانی



نارسایی مزمن کلیه با چه علائمی همراهند؟ بطور کلی این حالت منجر به بروز مسائلی نظیر نارسایی احتقانی قلب، استخوان های ضعیف، زخم های معده و صدمه به سیستم اعصاب مرکزی خواهد شد. متأسفانه زمانی که صدمات غیر قابل برگشت رخ ندهد، علائم ایجاد نمی شود. این علائم شامل موارد زیر میباشند:

- ✚ فشار خون بالا
- ✚ کاهش وزن غیر قابل توجیه
- ✚ کم خونی
- ✚ تهوع و استفراغ
- ✚ کاهش اشتها
- ✚ ضعف و خستگی
- ✚ سردردی که هیچ علت 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

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 فشار خون 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 میشود؟ 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 میتواند مفید باشد.

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

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

روش های پیشگیری از نارسایی مزمن کلیه کدامند؟ پیشگیری از بروز نارسایی کلیه غیر ممکن است اما معمولاً میتوان شانس بروز آن را کاهش داد. جهت پیشگیری موارد زیر را رعایت کنید:

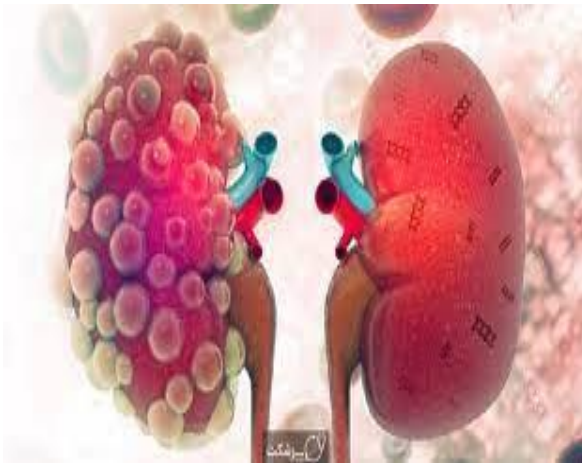
- ۱- مصرف الکل یا داروهای خاص اجتناب ورزید.
- ۲- سعی کنید با موادی نظیر فلزات سنگین، حلالها یا سایر مواد سمی کمتر تماس داشته باشید.
- ۳- در صورت وجود بیماری مزمن حتماً به طور دقیق به توصیه های پزشک خود عمل کنید.
- ۴- اگر مبتلا به نارسایی مزمن کلیه هستید و قصد بارداری دارید حتماً با پزشک خود مشورت نموده و از مسائل مربوط به این دوران آگاه شوید. و اگر هم حامله هستید حتماً تحت مراقبتهای ویژه پزشک خود باشید.
- ۵- اگر مبتلا به مراحل انتهایی بیماری کلیوی هستید، از مصرف آب و مایعات زیاد پرهیز نمائید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

بیمارستان امام خمینی (ره) اسلام آباد غرب

## نارسایی مزمن کلیه



تهیه: واحد آموزش به بیمار  
زیر نظر: دکتر مرادحاصلی متخصص داخلی

تاریخ تهیه: بهار ۹۵

آخرین بازنگری: بهار ۱۴۰۲

۸- حتما: اگر جزء افراد زیر هستید هر ۶ ماه یکبار به خانه بهداشت یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه نمایید.

✚ اگر از سوند (لوله ادراری) دائمی استفاده می کنید.

✚ اگر از داروهای مسکن مثل بروفن دیکلوفناک، ناپروکسن، استامینوفن آسپرین و حداقل به مدت ۱ ماه پشت سرهم استفاده می کنید.

✚ اگر از داروهای ضد فشارخون مثل کابتوپریل، لوزارتان و انالاپریل را به صورت حداقل ۱ ماه مصرف می کنید.

✚ در صورتی که به روماتیسم مفصلی سائیدگی مفاصل و یاسایر بیماریهای خود ایمنی مبتلا هستید.

در صورتی که دچار ضایعات نخاعی و یا دارای سابقه سکته مغزی هستید که منجر به کار افتادگی شما شده است.

منبع: کتاب پرستاری برونر سوارث (بخش کلیه)

تلفن تماس: ۴۵۲۲۴۱۱۱ داخلی ۱۵۵ و ۱۳۰

۶- 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 جوییدن آدامس جهت غلبه بر آن انجام داد.

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

