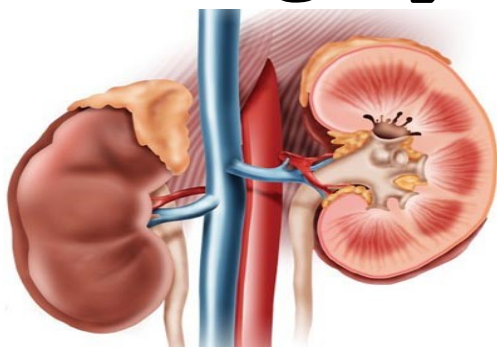




مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

نارسایی حاد کلیه



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۵۰-۱۰۰۴

شماره بازنگری: ۰۶

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش نفرولوژی - واحد آموزش سلامت

پیتزا، پنیرهای شور تجاری، چیپس ها، بادام زمینی، آجیل، اسپاگتی، ماکارونی و سبزی ها شامل کلم، گل کلم، اسفناج، چغندر و گشنیز خودداری نمود.

* برای اینکه غذاها طعم داشته باشد می توانید از چاشنی هایی مثل سیر، پیاز، آب لیمو، سرکه، دارچین و جوز هندی، فلفل سیاه و زیره استفاده نمود.

* از میوه های شامل سیب، خیار، توت فرنگی، آناناس و گلابی سبز، توت سیاه و سبزی ها مانند کدو، باقلا، سیر، کاهو و غلات شامل برنج آرد سمولینا، و نخود سبز و نوشیدنی ها شامل آب لیمو، لیموناد می توان استفاده نمود.

* در صورتیکه تهوع و استفراغ دارید مصرف گوشت را کاهش دهید، در غیر اینصورت رژیم معمولی می توانید داشته باشید.

منابع:

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

توصیه های رژیم غذایی بیماران نارسایی حاد

کلیه چیست؟

* رژیم غذایی شما باید پروتئین، پر کالری و پرکربوهیدرات باشد.

* در صورتیکه پتاسیم و فسفر خون شما بالا می باشد باید از مصرف موادی که دارای پتاسیم بالا و فسفر هستند، خودداری نمایید.

* مصرف مایعات باید برنامه ریزی شده و متناسب با حجم ادرار شما در روز باشد.

* چنانچه **پتاسیم شما بالا است** برای جلوگیری و محدودیت دریافت پتاسیم باید از خوردن میوه های خشک شده و زرد رنگ، آلوئی تازه و موز رسیده، گیلاس رسیده و نارگیل تازه، انگور، کیوی، لیمو، انبه رسیده، هلو، خرما و کشمش، گردو و سبزی ها شامل قارچ، لوبیا، گشنیز، سیب زمینی و اسفناج خودداری نمود.

همچنین از خوردن نوشیدنی ها مثل شیر نارگیل، شیر غلیظ، نوشیدنی های شکلاتی، بستنی شکلاتی و کیک شکلاتی خودداری کنید.

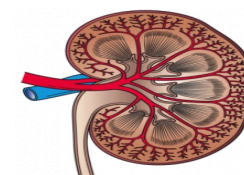
* برای **کاهش مصرف نمک** باید از مصرف غذاهای فرآوری شده مثل کنسروها، سس های آماده، بیسکویت و کیک



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با بیماری نارسایی حاد کلیه و مراقبت های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.



نارسایی حاد کلیه چیست؟

عملکرد کلیه به طور ناگهانی و تقریباً کامل در طول چند ساعت تا چند روز مختل می گردد. در این حالت نارسایی در دفع آب و مایعات بدن ایجاد می گردد.

طبقه بندی نارسایی کلیه چگونه است؟

معمولاً سه نوع شرایط عمده سبب نارسایی حاد کلیه می شوند:

- شرایط پیش کلیوی: خونرسانی ضعیف کلیه ها
- شرایط داخل کلیوی: صدمه به بافت کلیه
- شرایط پس کلیوی: انسداد جریان ادرار

مراحل نارسایی حاد کلیه کدامند؟

* مرحله شروع



* مرحله کاهش حجم ادرار (حجم ادرار کمتر از ۴۰۰ سی سی در روز)

* مرحله افزایش تدریجی ادرار

* مرحله بهبودی

علائم در مراحل اولیه چیست؟

* افزایش کراتینین و اوره خون که در آزمایشات مشخص می شود.

* حجم ادرار می تواند طبیعی یا متغیر باشد.

* خشکی پوست و غشاهای مخاطی به علت کم آبی

* گیجی و سردرد

نارسایی حاد کلیه چگونه تشخیص داده می شود؟

* آزمایش خون و ادرار

* سونوگرافی کلیه ها

چه اقداماتی را می توان جهت پیشگیری از ابتلا به نارسایی کلیه انجام داد؟

* انجام آزمایشات خون جهت بررسی و کنترل از لحاظ تغییر در عملکرد کلیه ها

* تامین مایعات بدن در افرادی که در معرض خطر کم آبی قرار دارند.

* کنترل برون ده ادراری



* درمان فوری جایگزینی مایعات و خون در صورت شوک

* عدم استفاده از مسکن ها

* درمان فوری جایگزینی مایعات و خون در صورت شوک

* درمان فوری افت فشارخون

* پیشگیری و درمان فوری عفونت ها

* درمان افزایش فشار خون

* در بیمارانی که داروهای نفروتوکسیک مصرف می کنند (داروهایی که دارای اثر سمی روی کلیه ها می باشند مانند جنتامایسین، آمفوتریسین، ونکومایسین، ساندیمون آمیکاسین و مسکن هایی مانند ایندومتاسین و دیکلوفناک) باید آزمایش خون اندازه گیری کراتینین به منظور بررسی عملکرد کلیه انجام شود.

نارسایی حاد کلیه چگونه درمان می شود؟

* حفظ تعادل آب و پیشگیری از افزایش حجم مایعات بدن

* دارودرمانی

* تغذیه درمانی (رژیم غذایی پرپروتئین، پرکالری، پرکربوهیدرات و محدودیت مصرف غذاها و مایعاتی که دارای پتاسیم و فسفر هستند نظیر موز، میوه های ترش و زرد رنگ، قهوه)

* کنترل وزن روزانه

* در صورت نیاز احتمال انجام دیالیز

* پیشگیری از بروز عفونت

