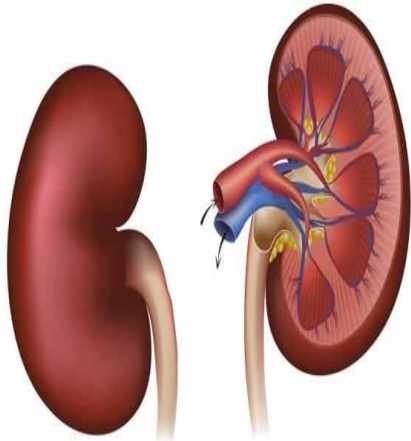


## فارسایی کلیه



تهیه، تنظیم:

واحد آموزش سلامت ۴۰۲



با آرزوی سلامتی و تندرستی

## نارسایی کلیه

به این معنی است که کلیه کمتر از حد طبیعی خود قادر به تصفیه خون می‌باشند.

### انواع نارسایی :

- **نارسایی حاد کلیه:** یعنی از بین رفتن ناگهانی عملکرد کلیه ناشی از آسیب یا بیماری می‌باشد و معمولاً اگر سریعاً درمان شود عملکرد کلیه در مدت چند هفته برگردد.
- **نارسایی مزمن کلیه:** کاهش تدریجی عملکرد کلیه که از یک بیماری طولانی مدت ناشی می‌شود که با وجودی که برگشت ناپذیر است می‌تواند درمان شود. که جهت بهبودی باید زیر نظر فوق تخصص کلیه باشید.
- **نارسایی پیشرفته کلیه:** وضعیتی که کلیه‌ها کار نمی‌کنند یا فقط کارایی اندکی از کلیه‌ها باقی مانده است که درمان دیالیز یا پیوند ضروری می‌باشد.

### عوامل ایجاد بیماری :

دیابت، فشارخون بالا، برخی وضعیت‌های ارثی و مادرزادی، عفونت‌ها، گاهی یک سرماخوردگی

### نشانه‌های بیماری :

احساس خستگی و یاضعف، تورم دست‌ها و پاها، تنگی نفس، کاهش اشتها، تهوع، استفراغ و کاهش وزن، اشکال در خواب، خارش، گرگرفتگی عضلات و تیره شدن پوست.



### درمان :

درمان پیشرفته‌ی نارسایی کلیه می‌تواند دیالیز یا پیوند کلیه باشد.

برنامه ورزشی منظم و درحد تحمل مانند پیاده‌روی، محدود کردن مصرف مایعات، رژیم غذایی با کالری بالا و محدودیت پروتئین (گوشت و تخم مرغ و شیر)، محدودیت سدیم (نمک)، پتاسیم (موز و گوجه آب خورش‌ها محدود شود) مصرف بیشتر کلسیم طبق دستور پزشک، سفر (آجیل‌ها و ماهی و حبوبات) مصرف سبزیجات بصورت پخته که آب آن دور ریخته شود و در صورت لزوم مکمل‌های ویتامینی طبق نظر پزشک.