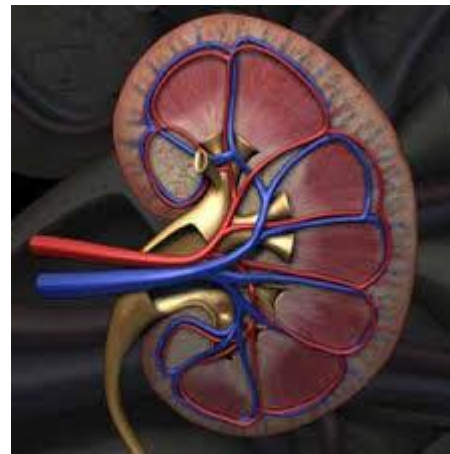


بیمار مبتلا به نارسایی کلیه (CRF)

- بیمار عزیز با توجه به اینکه هنوز درمان جایگزینی کلیه مثل دیالیز خونی یا دیالیز صفاقی برای شما شروع نشده برای حفظ سلامتی و پیشگیری از عوارض به نکات ذیل توجه نمایید :
- روزانه وزن و فشار خون خود را در زمان معین ترجیحا اول صبح کنترل کنید.
- میزان مایعات مصرفی در طول روز بر اساس حجم ادرار ۲۴ ساعته به علاوه ۵۰۰ سی سی معادل دو لیوان تنظیم نمایید. توجه نمایید که میوه جات و بسیاری از غذاها حاوی در صد بالای آب هستند و این مقدار باید در حجم مایعات مصرفی در گرفته شود.
- توصیه های غذایی را در مورد مصرف سدیم ، پتاسیم و پروتئین به طور جدی رعایت نمایید .
- از مصرف رژیم پرپروتئین اجتناب نمایید . مواد غذایی حاوی پروتئین شامل : گوشت ، مرغ – ماهی – از لبنیات – حبوبات و سفیده تخم مرغ میباشد که به تعادل و مقدار تعیین شده در بین وعده های غذایی قابل استفاده می باشد .

- (حذف یا مصرف بیش از حد هیچ یک از موارد فوق توصیه نمی شود .)
- مصرف نمک را به حداقل برسانید و سعی کنید غذا را کم نمک تهیه کرده و از مصرف نمک سر سفره اجتناب کنید و هم چنین از مصرف غذاهای حاوی پتاسیم بالا و فسفر بالا اجتناب کنید.
- برای برطرف کردن خشکی پوست از کرم های نرم کننده استفاده نموده و پوستتان را همیشه چرب نگه دارید .
- در صورت داشتن فیستول در دست از گرفتن خون یا فشار خون از دست مربوط جلوگیری نمایید .



- با توجه به اهمیت داروها در درمان نارسایی کلیه تمامی داروهای تجویز شده را در زمان مناسب و به مقدار صحیح مصرف نمایید .
 - برای داشتن یک رژیم غذایی مناسب با کارشناس تغذیه مشورت کنید .
 - به طور منظم و در صورت داشتن هر یک از علائم زیر به پزشک مراجعه نمایید (تب ، لرز، سردرد ، تنگی نفس ، خون ریزی – ورم اندام تحتانی – بی اشتهايي- تهوع و استفراغ – به خصوص تهوع صبح گاهی
- اگر دیابت دارید از خوردن قرص های کاهنده قند خون مانند گلی بنگلامید و متفورمین پرهیز کنید و با نظر پزشک به شروع انسولین اقدام نمایید .



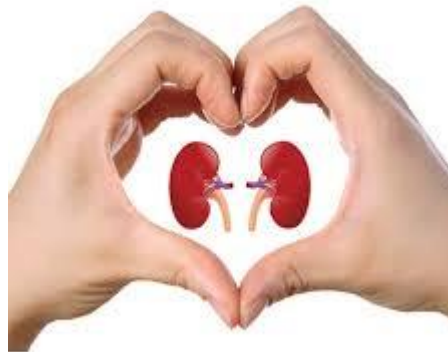
مرکز آموزشی درمانی امام خمینی (ره)

بیمار مبتلا به نارسایی کلیه (CRF)



بخش نفرولوژی

- از انجام وسایل سنگین و کار کردن در محیط های گرم بپرهیزید .
- به طور جدی نسبت به کنترل کامل فشار خون با نظر پزشک معالج اقدام نمایید .
- در صورتی که قصد بارداری دارید حتما پزشک معالج خود را در جریان بگذارید.
- حمایت خانواده و اطرفیان را جدی بگیرید .
- نسبت به انجام مرتب آزمایشات مرتبط با نارسایی کلیه با نظر پزشک معالج اقدام نمایید.



- در صورت لزوم به انجام هر گونه گرافی رادیولوژی که نیاز به مصرف ماده حاجب باشد حتما پزشک خود را در جریان بگذارید
- از مصرف بی رویه مسکن ها و آنتی بیوتیک ها بپرهیز کنید .

