



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسن (ع)

راهنمای خود مراقبتی

## نارسایی کلیه چیست



دفتر آموزش سلامت بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد

تایید کننده

دکتر امیر بیگدلی فوق تخصص نفرولوژی

کد محتوا: ۱۳۴

گروه هدف: بیماران

پاییز ۹۸

## افراد در معرض خطر ابتلا به بیماری نارسایی مزمن کلیه باید چه اقدامی انجام دهند؟

اندازه گیری و کنترل مرتب فشارخون  
بررسی وجود پروتئین در ادرار: به طور عادی پروتئین در ادرار دفع نمی شود بنابراین وجود مقادیر کم آلبومین در ادرار نشانه نارسایی مزمن کلیه است.

بررسی کراتنین خون: در صورت کاهش عملکرد کلیه ها سطح کراتنین خون افزایش می یابد. ( کراتنین از سوخت و ساز پروتئین بوجود می آید )

### درمان:

اصل درمان، کاهش سرعت پیشرفت نارسایی کلیه و درمان عوارض بیماری می باشد که باید تحت نظر نفرولوژیست انجام شود.  
کنترل فشارخون، محدودیت مصرف نمک و پروتئین، ورزش منظم، کنترل قندخون، اصلاح اختلالات پتاسیم، کلسیم و فسفر، اصلاح کم خونی، دیالیز، پیوند کلیه

منابع:

- ❖ پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث بیماری های کلیه و مجاری ادراری ۲۰۱۸
- ❖ <http://darman.tums.ac.ir>
- ❖ [www.KidneyEducation.com](http://www.KidneyEducation.com)

❖ پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیلات ساعت ۱۴ الی ۱۵: خانم ریحانی ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳

❖ سامانه نوبت دهی اینترنتی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی:

[www.Nobat-ihh.nkums.ac.ir](http://www.Nobat-ihh.nkums.ac.ir)

❖ شماره تلفن نوبت دهی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی:

۰۵۸-۳۱۵۱۴۴۰۰

❖ آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان جهت کسب اطلاعات بیشتر:

[www.imamhasan.nkums.ac.ir](http://www.imamhasan.nkums.ac.ir)

- **ورم صورت**، پا، اطراف چشم خصوصا در صبح
- **فشار خون بالا**، خصوصا اگر شدید، کنترل نشده باشد یا در جوانان دیده شود
- **رنگ پریدگی**، کم خونی
- **تکرر ادرار خصوصا در شب**
- **بی حالی**، نداشتن تمرکز و گیجی
- **خارش**، گرفتگی عضلات و بی فراری
- **درد سوزشی کف پاها** (پاهای بی قرار)
- **سر درد**
- **کاهش قدرت جنسی در مردان** و اختلالات قاعدگی در زنان
- **تشنج و کما** (افت هوشیاری)

## چه کسانی بیشتر دچار نارسایی مزمن کلیه می

شوند:

هر فردی در هر سنی ممکن است دچار بیماری نارسایی مزمن کلیه شود ولی در بعضی شرایط و موارد احتمال آن بیشتر است که عبارتند از:

- **دیابت**
- **فشارخون بالا**
- **عفونتهای ادراری**
- **سنگ کلیه**
- **تورم کلیه (گلوومرولونفریت)** به دنبال گلودرد، تب یا سرماخوردگی
- **سابقه نارسایی حاد کلیه**
- **وابستگی نزدیک افراد مبتلا به بیماریهای ارثی کلیه (کلیه پلی کیستیک)**
- **مصرف داروهای خاص مثل مسکن های ضد التهاب (ایبوپروفن، دیکلوفناک سدیم و ...)**
- **سالمندی و کهولت سن**
- **بیماریهای سیستمی مانند بیماریهای روماتیسمی، بیماری لوپوس**

در این فاصله باید شخص استفاده کند .

اگر علت بوجود آورنده قابل کنترل و درمان فوری امکان پذیر باشد احتمال بهبودی کامل وجود دارد در غیر اینصورت می تواند منجر به نارسایی مزمن کلیه شود .

### نارسایی مزمن کلیه : (CRF یا CKD)

آسیب کلیه ها در اثر بیماری دیابت ، فشارخون بالا و سایر عوامل می باشد . این آسیب پیشرونده و غیرقابل برگشت بوده و کلیه ها دیگر قادر به حفظ سلامتی فرد به دلیل عدم توانایی در انجام وظایف خود ، نمی باشند .

### علل نارسایی مزمن کلیه :

- بیماری قند یا دیابت ، رایج ترین علت ، مسئول ۴۰-۳۵ درصد موارد بوده ( تقریباً ۱ نفر از هر ۳ بیمار دیابتی در خطر ابتلا به نارسایی مزمن کلیه می باشد )
- فشارخون بالا مسئول ۳۰ درصد موارد
- التهاب و آسیب کلیه ها ( گلوبرونفریت )
- بیماریهای ارثی کلیه ( کلیه پلی کیستیک )
- سایر عوامل : مسن شدن کلیه ها ، انسداد جریان ادرار ( سنگ ، بزرگ شدن پروستات ) ، اثرات صو. برخی داروها ، سموم و عفونت کلیه

### علائم نارسایی مزمن کلیه :

- بیماری کلیه معمولاً بی سرو صدا پیشرفت می کند اگر نمره کار کلیه های سالم ۱۰۰ باشد تا زمانی که ۷۵ درصد آن از بین نرود بدن علامت دار نمی شود ، زمانی که این نمره به زیر ۲۵ درصد برسد علائم زیر بروز می کند :
- تهوع ، استفراغ و اسهال ، بی اشتها
  - ضعف ، سستی و کاهش وزن
  - کاهش حجم ادرار یا نبود ادرار

### علل نارسایی حاد کلیه چیست ؟

- کاهش خون رسانی به کلیه ها : کم آبی شدید ناشی از اسهال ، خونریزی ، سوختگی یا افت فشار خون
- عفونت شدید ، بیماری جدی یا بعد از عمل جراحی مهم
- انسداد ناگهانی مسیر ادرار ، سنگهای کلیه شایع ترین علت انسداد میباشند
- دلایل دیگر ، مارگزیدگی ، تب شالیزار ، حاملگی ، بیماریهای خاص کلیوی ، عوارض بعضی داروها ( مسکن های غیر استروئیدی ، جنتامایسین ، معجون های خاص گیاهی ) وسمومیت های دارویی و سموم

### علائم نارسایی حاد کلیه چیست ؟

- نوع علائم و شدت آن ها در هر بیمار متفاوت است این علائم عبارتند از :
- علائم ناشی از شرایط زمینه ای ( اسهال ، خونریزی ، تب ولرز و ... ) که موجب نارسایی کلیوی می شوند
  - کاهش حجم ادرار (حجم ادرار ممکن است در معدودی از بیماران در حد طبیعی باقی بماند )
  - تورم زانوها یا پاها و افزایش وزن ناشی از احتباس ( جمع شدن ) مایعات .
  - بی اشتها ، تهوع ، استفراغ ، سسکه ، ضعف ، سستی و بی حالی
  - تنگی نفس ، درد قفسه سینه ، کاهش سطح هوشیاری ، تشنج و بی نظمی ضربان قلب

### تشخیص :

بر اساس علائم و نشانه های بیمار ، آزمایشات خون و سونوگرافی می باشد

### درمان :

ابتدا بایستی علت بوجود آورنده را درمان کرد ، مثلاً اگر علت خونریزی بوده ، خون از دست رفته را جبران نمود در این صورت در مدت چند هفته عملکرد کلیه ها بر می گردد

### مقدمه

در بدن هر فرد سالم دو کلیه وجود دارد که در طرفین ستون مهره ها و زیر دنده های تحتانی واقع شده اند به شکل لوبیا به رنگ قرمز متمایل به قهوه ای و حدوداً به اندازه مشت کوچک ( ۱۲ سانتی متر ) و وزن حدود ۱۵۰ گرم

### وظایف کلیه چیست ؟

- تمیز کردن خون از مواد زائد حاصل از سوخت و ساز بدن و دفع مایعات اضافی
  - کمک به تنظیم فشارخون ( با تولید و رهاسازی هورمونهای مؤثر بر فشار خون )
  - کمک به ساخت گلبولهای قرمز ( با ترشح هورمون اریتروپویتین از کلیه ها )
  - حفظ سلامت استخوانها با فعال سازی ویتامین D
  - دفع سموم و داروها از بدن
  - متعادل کردن مواد معدنی ( سدیم ، پتاسیم و فسفر ) در بدن
- کلیه ها پالایشگاه بدن می باشند که تمام ساعات شبانه روز ، بدون وقفه و منظم در حال کارکردن می باشند و چندین بار تمامی خون موجود در بدن از این دو عضو کوچک عبور کرده تا از مواد زائد پاک شود. ( کلیه ها ۱۲۰۰ سی سی در دقیقه یا ۱۷۰۰ لیتر خون در روز برای تصفیه دریافت میکنند ) .
- زمانی که کلیه ها ، قادر به انجام وظایف خود نباشند و به هر علتی عملکردشان را از دست بدهند نارسایی کلیه رخ می دهد دو نوع حاد و مزمن می باشد

### نارسایی حاد کلیه ( AKI ) چیست ؟

از دست دادن ناگهانی عملکرد کلیه که از چند ساعت تا چند روز می باشد ، این حالت موقتی بوده و اغلب کلیه ها به عملکرد طبیعی و یا نزدیک به آن بر می گردند .