



بیمارستان شهید محمد منتظری

آموزشهای موردنیاز بیماران دردیالیز



تاریخ تدوین : ۱۳۹۸/۰۸/۲۶

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۳۱

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۷/۰۹/۳۱

کد: MH.BR.PE.DIA.۱۱۲

دفتر بهبود کیفیت

۱- محدودیت مصرف آب و نمک به

دلیل ایجاد ادم و افزایش فشارخون

البته مقدار مصرف مایعات بستگی به مقدار ادرار ۲۴ ساعته شما دارد.

یعنی ((هر ۵۰۰ سی سی ادرار روزانه به اضافه ی ۷۰۰ سی سی مایع مصرفی)).

۲- محدودیت مصرف غذاها و میوه

های حاوی پتاسیم بالا مثل نان خشک و حبوبات و انجیر و کشمش و خرما و سیب زمینی و خربزه و سبزیجات (شامل خورشید سبزی و سبزی خوردن).

۳- محدودیت مصرف غذاهای حاوی فسفر مثل لبنیات .

فقط یک نوبت در ماه غذاهای دریایی استفاده کند. البته مغز گردو و انواع

آجیل را چند ساعت قبل از دیالیز میتوانند مصرف کنند.

۴- مصرف غذاهای پروتئینی مثل

گوشت و مرغ و سفیده تخم مرغ بصورت روزانه و هفته ای ۳بار تخم مرغ کامل.

۵- مراقبت از پرموکت

- در هنگام تعویض لباس یا حمام مراقب کشیده شدن پرموکت باشد.
- در صورت افتادن سر لاین ها (لئولاک) سریعاً به مرکز درمانی مراجعه کند.
- در صورت ایجاد عفونت و ترشح و احساس تب به پزشک مراجعه نماید.
- به طور مرتب حمام کرده و روی محل پرموکت را با مایع و صابون یا شامپو بچه شسته و خشک کند.

۶-مراقبت از فیستول و گرافت

- قبل از ورود به بخش محل فیستول یا گرافت را با آب و صابون بشوید.
- از خوابیدن روی دست دارای فیستول به دلیل احتمال از کار افتادن آن بپرهیزید.
- از خاراندن محل فیستول به دلیل احتمال ایجاد عفونت بپرهیزید.
- از شیو کردن توسط تیغ و ژیلت خودداری کرده و از موزر جهت اینکار استفاده کنید.
- اجسام سنگین (بیش از ۲ کیلوگرم) را بلند نکنید.
- از دست دارای فیستول فشار خون و آزمایش خون نگیرید.

۷- وزن خشک:

وزن خشک بیمار توسط پزشک تعیین میشود ولی اگر تنگی نفس یا ورم در دست و پادارید حتما پرستار را مطلع نمایید.

در صورت داشتن ادم در اندام های بیمار میتواند روزانه ۲۰ دقیقه پاهای خود را به صورت کرسی روی یک صندلی بالا نگه دارد تا مایع جمع شده به داخل خون برگشته و با دیالیز رفع شود.

۸- راه های جلوگیری از عطش

- استفاده از تکه های یخ آغشته به آب لیمو و عرق نعنا.
- استفاده از استکان کوچک بجای لیوان موقع آب خوردن.

- نرفتن به مکان های گرم و عدم انجام فعالیت های شدید جهت جلوگیری از تشنگی.
- عدم استفاده از غذاهای شور و چرب به دلیل ایجاد تشنگی شدید و افزایش تعداد دفعات غذا و کم کردن مقدار آن.
- استفاده از آدامس.
- ساعت بندی کردن زمان آب خوردن.
- میوه و سبزی را داخل فریزر گذاشته و پس از یخ شدن تکه ای از آن را بخورید.
- ۹- حتما ماهانه جهت آزمایش وویزیت پزشک مراجعه کند و از پرستار خود بخواهد نحوه ی صحیح مصرف داروهارا برایتان بگوید