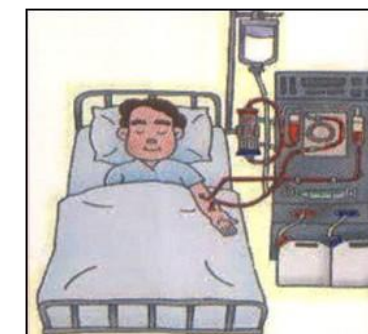




آنچه بیماران دیالیزی باید بدانند



واحد آموزش سلامت

فروردین ۱۴۰۵

منبع:

برونر سودارث ۲۰۱۶

آنچه بیماران دیالیزی باید بدانند

- ۱- تا چند ساعت بعد از دیالیز ناحیه سوزن ها شسته نشود و حمام نکنید .
- ۲- از خوابیدن و چرخیدن روی دست فیستول دار داشتن الگو و ساعت استفاده از لباس با آستین تنگ خودداری کنید .
- ۳- از حمل اجسام سنگین توسط دست فیستول دار خودداری نمایید .
- ۴- از روغن زیتون و پماد آ+د روز بعد از دیالیز استفاده کنید .
- ۵- از بی حرکتی مداوم دست فیستول دار خودداری کنید.
- ورزش دست : درحالیکه دست پایین تر از قفسه سینه قرار دارد خمیر یا توپ قابل ارتجاع را در دست باز وبسته نمایید و پس از ۲۰ بار ورزش به دست خود استراحت دهید این کار را ۵ بار تکرار کنید.
- ۶- از کنترل فشار خون یا خونگیری از دست فیستول دار خود داری کنید
- ۷- قبل از وصل به دستگاه دیالیز دستان خود و ناحیه فیستول را بشویید.

مراقبت از شالودن (کاتر های وریدی)

- ۱- در صورت داشتن پانسمان در حفظ بهداشت آن گاز استریل کوشا باشید .
- ۲- شالودن را از ضربه و کشیدگی محافظت کنید.
- ۳- از دستکاری شالودن خودداری کنید.
- ۴- در صورت جابجایی یا باز شدن بخیه ها بدون دستکاری به جراح مراجعه کنید.
- ۵- در صورت داشتن علائم عفونت شامل ترشح و قرمزی و درد و تب و لرز و شکستگی کاتتر (شالودن) موارد را گزارش کنید.
- ۶- حتما از ماسک در هنگام پانسمان شالودن و موقع باز و بسته شدن لاین ها استفاده کنید.
- ۷- در صورت خارج شدن کاتتر از بازگرداندن آن به داخل خودداری نموده و به جراح مراجعه کنید.

نحوه مصرف صحیح دارو ها

اپرکس

- ۱- تزریق زیر جلدی ۶ برابر موثرتر از تزریق داخل دستگاه می باشد.
- ۲- دارو در یخچال نگهداری شود و از یخ زدن محافظت گردد.
- ۳- قبل از تزریق فشار خون کنترل گردد چراکه از عوارض آن افزایش فشار خون می باشد .
- ۴- محل تزریق در بازوها و شکم متناوب باشد.
- ۵- از تکان دادن شدید دارو پرهیزید.

ونوفر

۱-از عوارض ونوفر افت فشار خون تغییر موقت حس چشایی و تهوع می باشد.

کربنات کلسیم

- ۱-از مصرف همزمان کربنات کلسیم با لبنیات خودداری کنید.
- ۲-به نحوه مصرف صحیح کربنات کلسیم (بین وعده های غذایی و یا همراه غذا) توجه نمایید.

سولامر

سولامر جهت کاهش فسفر می باشد باید همراه غذا خورده شود و تکه تکه نگردد.

فروس سولفات

- ۱-فروس سولفات را با شیر و دارو های آنتی اسید (شریت معده) مصرف نکنید.
- ۲-از خرد کردن قرص در دهان بپرهیزید.
- ۳-از عوارض فروس سولفات تیره شدن رنگ مدفوع و تهوع و استفراغ و بی اشتهایی است.

وزن خشک

وزن خشک وزنی است که پس از انجام دیالیز با آن احساس خوبی دارید. علائم تنگی نفس و افزایش فشار خون و ورم پلک و قوزک پا نشانه های اضافه وزن می باشند را ندارید. همچنین علائمی مثل گرفتگی عضلات و ضعف و بی حالی و افت فشار خون و تهوع و استفراغ را که نشانه زیر وزن رفتن می باشند را ندارید.

علت محدودیت مایعات

- کسانی که دچار کاهش ادرار و یا ورم اندام ها هستند باید محدودیت مصرف مایعات را رعایت کنید.
- مصرف مایعات متناسب با حجم ادرار دفع شده طی ۲۴ ساعت+۳ لیوان مایعات) -اگر بیمار دفع ادرار نداشته باشد می تواند با ۳ لیوان آب طی ۲۴ ساعت دفع کند.
- محدود کردن مایعات باعث کاهش اضافه وزن بین دو جلسه دیالیز در حد ۲ تا ۲/۵ کیلو گرم شده و بیماران احساس بهتری خواهند داشت. در صورت اسهال و استفراغ با پزشک مشورت نمایید تا به مایعات مصرفی شما افزوده گردد. مایعات شامل: آب و چای و دوغ و آبمیوه و آب گوشت و سوپ و آش های رقیق و غذا های مایع مصرفی می باشد.

ورزش

ورزش سبک مثل پیاده روی شنا و نرمش های ساده را انجام دهید. ولی باید از ورزش های سنگین مثل وزنه برداری و کشتی اجتناب نمایید.

شماره تماس سوپروایزر آموزش

سلامت

۶۵۴۸۹۰۶۸

شماره تماس بخش دیالیز

۶۵۴۸۹۵۷۷ داخلی ۱۷۸

ساعات تماس

۸ صبح تا ۱۳ ظهر