

ПРЕПОРАКИ ЗА ПАЦИЕНТИ НА ХЕМОДИЈАЛИЗА

ШТО Е ДИЈАЛИЗА?

Дијализа е животоспасувачка терапевска процедура која ја заменува работата на бубрегот кај пациенти во краен стадиум на хронична бубрежна болест. На овој начин се прочистува крвта од отпадните продукти и отрови како уреа и креатинин, се отстранува вишокот на вода и се овозможува рамнотежа на многу важни материи како натриум, калциум, фосфор и други. Постојат два типа на дијализа, перитонеална и хемодијализа.

ШТО Е АРТЕРИСКО-ВЕНСКА т.е. А-В ФИСТУЛА?

Артериско-венска фистула е поврзување меѓу артерија и вена кое се прави хируршки, а со цел да се пристапи до крвта при хемодијализа. За добра и квалитетна хемодијализа од многу голема важност е функционирањето на А-В фистулата.

Препораки за уредно функционирање на фистулата:

- Раката на која е фистулата да се мие со топла вода и антибактериски сапун барем два пати дневно и пред дијализа, заради спечување на инфекции
- Да се избегнуваат базени и езера
- Да се избегнува чешање, гребенење, боцкање на фистулата при свраб или отпаѓање на засушена кожа
- Повремено да се премачкува раката со неутрални креми, со цел кожата да биде мека
- Фластерот за убудни места по дијализа да се извади барем 4-6 час подоцна.
- Да се избегнува носење на тешки предмети со раката
- Да се чува раката со фистула од механички оштетувања поради можност од силно крварење и инфекции од повреда
- Да се избегнува облека со тесни ракави и накит кој ја опфаќа раката. Исто така да се избегнува спиење со раката под глава, односно превиткување во лакотот бидејќи во овие случаи може да спречи проток на крв низ фистулата, што може да доведе до нејзина тромбоза и престанок на функција
- Доколку се јави крварење од фистулата да се притисне со стерилна газа и веднаш да се оди на лекар
- Не смее да се дозволи вадење на крв, давање на инфузии и интравенозни инекции ниту пак мерење на притисок на раката на која е фистулата!

Важно е секојдневно да се прави следното:

- Со ставање на дланката на фистулата да се почувствува струењето (вибрации) - (ТРИЛ) на фистулата што е знак за функционирањето
- Слушајте ја за да го слушнете брмчењето-зугењето што се нарекува ШУМ
- Преглед на фистулата и забележување на црвенило, бледило, модринки, оток, температура или нагло проширување на крвните садови околу фистулата или болка

Во случај на отсуство на трилот или појава на било кој од наведените знаци потребно е веднаш да дојдете во болница или да се јавите на лекар од дијализниот центар.

ВНЕС НА ТЕЧНОСТИ И СОЛ

Поради слабата функција на бубрезите се јавува намалување на количината на урина, често и до потполно престанување на мокрењето. Вишокот на течност се задржува во организмот, ја нарушува работата на срцето и белите дробови, предизвикува отоци и пукање на кожата.

**МНОГУ Е ВАЖНО МЕЃУ ОБРОЦИТЕ ДА СЕ ОГРАНИЧИ
ВНЕСОТ НА ТЕЧНОСТИ И СОЛ ВО ОРГАНИЗМОТ!**

Течност е се што користиме за пиење, како вода кафе, сок, млеко, но и супите, киселото млеко, манците, овошјето, сладоледот итн. Солта е причина за зголемената жед! Болните помеѓу две дијализи треба да внесат најмногу 3 литри течност така да на следната дијализа би имале околу 3 кг вишок од идеалната тежина.

ИСХРАНА

Во исхрана многу е важно да се обрати внимание на внесот на КАЛИУМ, КАЛЦИУМ, ФОСФОР, КАЛОРИИ И ВИТАМИНИ! Исхраната мора да се темели според следниве начела: **внес на посува храна, внес на варена, не многу солена ниту зачинета храна, избегнување на конзервирана храна, внес на доволно калории, квалитетни протеини од месо и рамнотежа на калиум, калциум и фосфор.**

Калиум

Храна богата со калиум спаѓаат компир, блитва, кел, магдонос, спанаќ, рен, сува мелена пиперка како зачин, домати, доматен сос, боровница, секое суво овошје, кајсии, сливи, киви, диња, круши, урми, смокви, банана, бадем, костен, кикирики, лешник, семки од тиква и сончоглед, сите сокови.

Калциум

Храна богата со калциум спаѓаат: сите сирења освен свежо кравјо сирење, млеко и млечни производи.

Фосфор

Храна богата со фосфор спаѓаат: сувомеснати, изнутрици, сирења, јајца, јадења со и од јајца, ореви, јаткасти плодови, семки, морски и слатководни риби, школки, лигњи, чоколадо, газирани сокови. Храната богата со протеини е богата и со фосфор. Обврзно е земањето на лекови кои го врзуваат фосфорот од храната (калциум карбонат),

Витамини

Пожелно е повремено да се надокнадуваат витамини В6, Фолна киселина, витамин Ц, а поретко и витамин В12, но само со препорака од лекар.

СЕКОЈ ПАЦИЕНТ НА ДИЈАЛИЗА МОРА РЕДОВНО ДА ГИ ПРАВИ СЛЕДНИВЕ ИСПИТУВАЊА:

1. Испитувања кои се прават еднаш месечно

- Уреа, креатинин
- Електролити
- Гликемија
- Крвна слика со тромбоцити и еозинофили
- Серумско железо
- ТИБЦ
- Алкална фосфатаза
- Трансаминази
- sp Kt/V и URR
- Ц реактивен протеин (CRP)
- Процена на венскиот притисок
- Процена на сувата тежина според клинички и параклинички методи

2. Испитувања кои се прават еднаш на 3 (три) месеци

- Протеинограм
- Липиден статус
- Феритин во крв
- Мочна киселина
- Протеинска катаболна стапка
- Резидуална функција на природниот бубрег (доколку таква постои)
- Рецикулација на васкуларниот пристап

3. Испитувања кои се прават еднаш на 6 (шест) месеци

- Електрокардиографија
- Паратхормон
- Маркери за вирусни хепатити Б и Ц и HIV
- Антропометриски мерења (БМИ)
- Проценка на васкуларниот пристап

4. Испитувања кои се прават еднаш на 12 (дванаесет) месеци?

- Рентген снимање на бели дробови и срце
- Мерење на телесна висина
- Брис од нос

Бројот на празни квадратчиња означува број на прегледи во тек на една (1) година. Доколку има четири (4) квадратчиња тоа значи преглед на секои три (3) месеци, а две (2) квадратчиња преглед на шест (6) месеци.

Забележете дали вие ги правите потребните годишни прегледи.

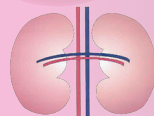
Изработено од Фонд за здравствено осигурување на Македонија во соработка со Здружението на приватни лекари на Република Македонија, Здружението на бубрежно болни граѓани Нефрон и ЈЗУ Универзитетска клиника за нефрологија.



НЕФРОН
ЗДРУЖЕНИЕ НА
БУБРЕЖНО БОЛНИ ГРАЃАНИ
www.nefron.mk



ЗДРУЖЕНИЕ НА НЕФРОЛОЗИТЕ
ПРИ МАКЕДОНСКОТО
ЛЕКАРСКО ДРУШТВО



Помогнато од:

РОШ МАКЕДОНИЈА ДООЕЛ Скопје

