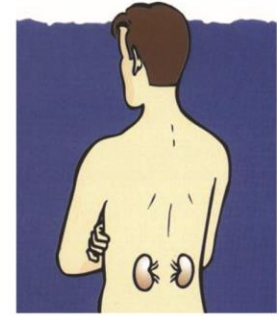
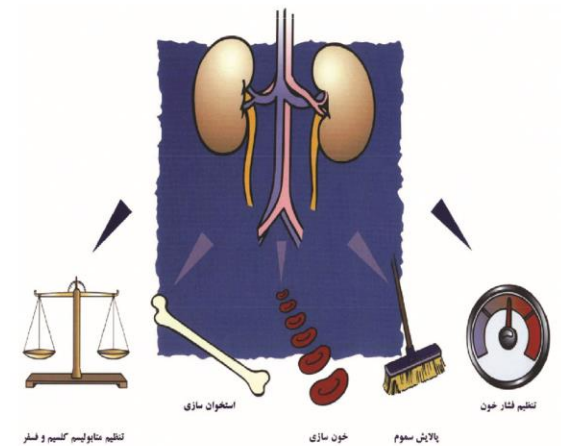


## کلیه چیست و در کجا قرار دارد؟

به طور معمول در هر فرد سالم دو کلیه وجود دارد که در طرفین ستون مهره ها و زیر دنده های تحتانی واقع شده اند.



کلیه ها به رنگ قرمز متمایل به قهوه ای بوده و از نظر شکل شبیه لوبیا می باشند. هر کلیه به اندازه مشت بسته فرد است. اکثر اعضای بدن برای عملکرد مطلوب وابسته به کلیه ها هستند.



تنظیم متابولیسم کلسیم و فسفر

استخوان سازی

خون سازی

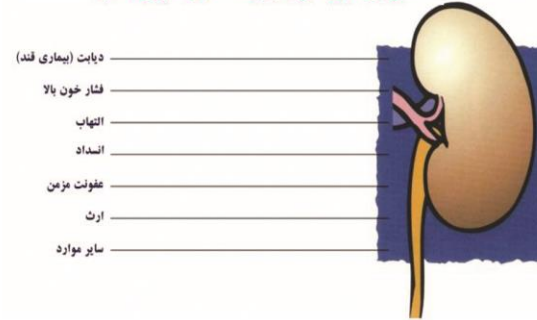
پلاش سموم

تنظیم فشار خون

## بیماری مزمن کلیه چیست؟

بیماری یا نارسایی مزمن کلیه، آسیب کلیه ها در اثر بیماری قند، فشار خون بالا و سایر اختلالات می باشد، به گونه ای که کلیه های آسیب دیده قادر به حفظ سلامتی فرد با انجام وظایف اصلی خود نمی باشند.

### علل و عوامل ایجاد نارسایی کلیه



دیابت (بیماری قند)  
فشار خون بالا  
التهاب  
انسداد  
عفونت مزمن  
ارت  
سایر موارد

### علائم بیماری مزمن کلیه چیست؟

بیماری کلیوی معمولاً بی سرو صدا پیشرفت می کند و باعث از بین رفتن فعالیت و عملکرد کلیه می گردد. بیشتر مردم تا مراحل پیشرفته بیماری کلیه علائم شدید ندارند ولی ممکن است در ابتدا فرد مبتلا دچار یکی از موارد زیر شود:

- \* خستگی و ضعف
- \* اختلالات خواب
- \* پرفشاری خون
- \* ورم پا
- \* کف کردن ادرار
- \* کاهش اشتها (کاهش وزن)
- \* عدم توانایی در ایجاد تمرکز
- \* گرفتگی عضلات در شب
- \* ورم اطراف چشم ها بخصوص در صبح
- \* دفع ادرار خونی، تیره یا رنگ چای
- \* افزایش دفع ادرار بخصوص در شب
- \* خشکی و خارش پوست

## چه کسانی بیشتر دچار نارسایی مزمن کلیه شود؟

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

- ۱- دیابت
- ۲- پرفشاری خون
- ۳- عفونت های ادراری
- ۴- بیماری های بدخیم
- ۵- بیماری های سیستمی مانند بیماری های روماتیسمی
- ۶- سنگ کلیه
- ۷- وابستگی نزدیک افراد مبتلا به بیماریهای ارثی کلیه
- ۸- سالمندی و کهولت سن
- ۹- کاهش حجم کلیه به هر دلیل
- ۱۰- سابقه نارسایی حاد کلیه
- ۱۱- مصرف داروهای خاص مثل مسکن های ضدالتهاب ( بروفن، دیکلوفناک سدیم و ...)



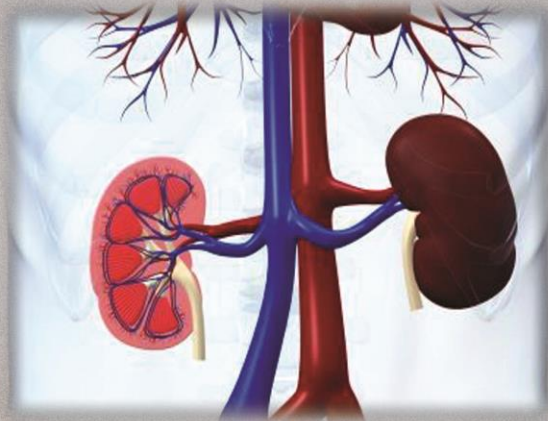
یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

# نارسایی مزمن کلیه

کد محتوا: ۳۰۶



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

## آیا می توان از بیماری مزمن کلیه پیشگیری کرد؟

بله، از طریق اقدامات زیر می توان از ایجاد بیماری مزمن کلیه جلوگیری کرد:

- ۱- کنترل منظم کارکرد کلیه (با آزمایش های خون و ادرار)
- ۲- درمان و کنترل بیماری های قند و فشار خون
- ۳- کاهش اضافه وزن با رژیم غذایی و ورزش منظم
- ۴- قطع هر نوع دود از جمله سیگار و...
- ۵- عدم مصرف مقادیر زیاد داروهای مسکن
- ۶- تغییر در رژیم غذایی مثلا کاهش مصرف نمک و پروتئین



راه های پیشگیری از نارسایی مزمن کلیوی

پدید آورنده: ژاله صالحی (کارشناس پرستاری - سرپرستار بخش نفرولوژی) \* مشاور، دکتر مژگان مرتضوی "فوق تخصص نفرولوژی" منبع: درسنامه پرستاری داخلی جراحی برونر سودارث ۲۰۱۸ طرح و تدوین: پروانه خراسانی "دکترای تخصصی پرستاری، عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی اصفهان" (مسئول پروژه NEARER گسترش نقش آموزش پرستاران بیمارستان الزهرا (س))  
بروز رسانی مریم اقتداری "کارشناس ارشد پرستاری" مرداد ۱۳۹۹



## افراد در معرض ابتلا به بیماری مزمن کلیه باید چه اقدامی

انجام دهند؟ در فواصل معین (مثلا در دیابت سالی یک بار) باید از نظر ابتلا به بیماری کلیه با روش های زیر بررسی شوند:



۱- اندازه گیری فشار خون: فشار خون کمتر از ۱۴۰/۹۰ میلی متر جیوه برای بیشتر مردم مناسب است. در بیماری مزمن کلیه، فشار خون کمتر از ۱۳۰/۸۰ میلی متر جیوه توصیه می شود.



۲- بررسی وجود پروتئین در ادرار: به طور عادی در ادرار پروتئین دفع نمی شود. بنابراین وجود مقادیر کم آلبومین در ادرار نشانه نارسایی مزمن کلیه است.



۳- بررسی کراتینین خون: در صورت کاهش عملکرد کلیه ها، سطح کراتینین خون افزایش می یابد.

## روشهای درمان نارسایی مزمن کلیوی چیست؟

