

رژیم غذایی در بیماران دیالیزی

خدیجه قنبرن

(کارشناس ارشد پرستاری بهداشت جامعه)

سارا احسانی

(کارشناس ارشد پرستاری داخلی و جراحی)

سرشناسه: قنبری، خدیجه، ۱۳۶۱ -

عنوان و نام پدیدآور: رژیم غذایی در بیماران دیالیزی / خدیجه قنبری، سارا احسانی.

مشخصات نشر: تهران - اندیشگان - ۱۳۹۴

مشخصات ظاهری: ۱۱۰ ص؛ ۱۶×۱۲ س.م.

شابک: 978-600-8300-10-6

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: کلیه‌ها - بیماری‌ها - رژیم درمانی

موضوع: کلیه‌ها - بیماری‌ها - تاثیر تغذیه

موضوع: همودیالیز - بیماران - پرستاری و مراقبت

سرشناسه: خدیجه قنبری، سارا، ۱۳۶۶ -

کتابشناسی: RC ۹۰۳ / ۴۱۳۹۴

ردیف: ۶۱۶/۶۱۰۶۵۴

شابک: ۴۱۵۱۱۱۳

نشریات اندیشگان با حمایت مالی کانون همیاری تور آفرینش



رژیم غذایی در بیماران دیالیزی

خدیجه قنبری، سارا احسانی



تألیف: سارا احسانی

صفحه‌آرا: مریم سلیمی

نوبت چاپ: اول، سال ۱۳۹۴

شماره صفحات: ۵۰

قیمت: ۱۰۰۰ ریال



کلیه حقوق چاپ و نشر محفوظ برای ناشر است.

آدرس: تهران - میدان انقلاب اسلامی - خیابان کارگر شمالی - پلاک ۱۵۰ - پارت

تلفن: ۶۶۵۶۹۸۹۱ و ۶۶۹۳۱۶۶۹ دورنگار: ۱۹۰۴۵۵۸

وبسایت: www.hamyaripub.ir

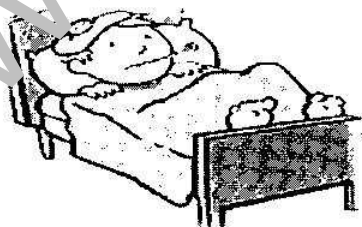
فهرست مطالب

۱۷	فصل اول
۲۵	در برابر بیمار کلیه و دیالیز چه کاری از شما ساخته است؟
۳۲	آیا بیماران دیالیزی باید آب کمتری بنوشند؟
۳۲	برای مقابله با بی‌اسهایی، کارهایی باید انجام داد؟
۳۵	چطور می‌توانید به اطلاعات مورد نیاز خود دست پیدا کنید؟
۳۷	چند نکته برای زندگی بهتر
۴۳	فصل دوم
۴۴	مواد معدنی
۴۶	تعادل مواد معدنی
۴۸	مسمومیت با مواد معدنی
۴۹	کلسیم
۴۹	عملکرد کلسیم
۵۰	علل و علائم کمبود کلسیم
۵۱	علل و علائم مسمومیت با کلسیم

۵۲	متوسط دریافت روزانه
۵۶	فسفر
۶۲	چند نکته
۶۵	پتاسیم
۷۰	چند نکته
۷۲	سدیم (نمک)
۷۷	مادریت
۸۳	پررئین
۹۲	توصیه‌های کلی جهت مراقبت تغذیه‌ای
۹۵	منابع

پیشگفتار

بیماری مهمان خواننده‌ای است که ممکن است سراغ هر کسی برود. هیچ‌کدام از ما با ایش کارت دعوت نمی‌فرستیم اما رفتار و طرز برخورد ما با بیمار می‌کند که چقدر و برای چه مدت می‌تواند از ثمره سلامتی ابدی بی‌خوار و به ضرر ما استفاده کند. بی‌شک، تمام تلاش علم بهداشت را طی تاریخ بهبود کیفیت زندگی انسان‌ها بوده است. در ابتدا، تسکین درد و معالجه و با پیشرفت علوم، پیشگیری از بیماری‌ها از اهمیت‌هاست.



"مراقبت از خود" رویکردی تازه در مراقبت‌های بهداشتی و درمانی است. هر فرد باید مجهز به اطلاعات لازم برای حفظ و بهبود وضع سلامتی خود باشد. انسان اندیشمند و آگاه امروز، حتی در وضعیت بیماری هم می‌بایست آگاهانه و فعال برخورد کند. بیمار امروز، انسان منفعل و مصرف‌کننده صرف خدمات درمانی نیست، بلکه خود در پیشبرد اهداف درمانی و سرعت بخشیدن به روند بهبود، مشارکت فعال دارد.

مراقبت از خود، شامل رعایت قواعد ساده رفتاری در موثرم غذایی، خواب، ورزش، کنترل وزن بدن و نحوه مصرف دارو، ترک سیگار، سایر موارد زیر است.

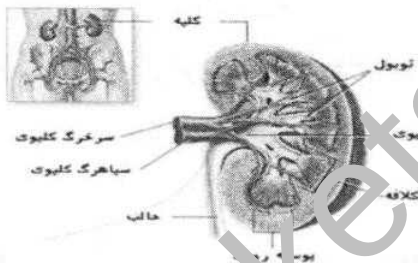


A Core Principle of Healing Touch

تغییر الگوی بیماری‌ها از شکل حاد به مزمن نیز "مراقبت از خود" را به صورت یک ضرورت منطقی و راهبرد مناسب برای مبارزه با بیماری‌ها درآورده است. در حال حاضر هزاران انسان در جهان مبتلا به بیماری‌های کلیوی هستند. شاید شما و یا عضوی از خانواده شما هم یکی از این افراد باشید. یادتان باشد زندگی با تمام غم‌ها و شاسی‌هایش هدیه‌ای است که فقط یک بار به ما داده می‌شود و هیچ چیز نباید مانع از لذت بردن از آن شود. اگر این همه انسان توانسته‌اند خود را با شرایط بیماری وفق دهند، شما هم باید بتوانید از عهده آن برآیید.

میزان شیوع نارسایی کلیه در جهان ۲۴۲ مورد در یک میلیون نفر است و سالانه ۸ درصد به این میزان افزوده می‌شود. حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد از جمعیت بزرگسال آمریکا مبتلا به نارسایی مزمن کلیوی هستند. در ایران بر اساس مطالعه‌ای که اخیراً توسط حسین

پناه و همکاران در سال ۱۳۸۹ در جمعیت ۱۰۰۶۳ نفری بالای بیست سال انجام شد، شیوع ابتلا به نارسایی کلیه، ۱۸/۹ درصد گزارش شد.



آمارهای سال ۲۰۱۰، نشان داد که در آمریکا، ۱۱۰۰۰۰ نفر، درمان با همودیالیز را انجام می‌دهند. در ایران، از بیش از ۱۰۶۰۰۰ نفر، به روش همودیالیز درمان می‌شوند.

بی‌شک تمام تلاش علم بهداشت و پزشکی در طول تاریخ بهبود کیفیت زندگی انسان‌ها بوده است. در ابتدا تسکین درد و معالجه

و با پیشرفت علوم، پیشگیری از بیماری‌ها از اهم اهداف بوده است. یکی از جلوه‌های پیشگیری، رعایت و جلوگیری از ورود راد مضر به بدن و مصرف مواد مورد نیاز است. بدین ترتیب

امروز در بحث تغذیه

صحیح، مورد استفاده برای یک

نوجوان در مقایسه با یک

سالمند و یا یک فرد سالم

در مقایسه با یک فرد بیمار

هم از نظر نوع و هم مقدار

تفاوت‌هایی دارند.

