

آموزش به بیمار و
خانواده

نارسایی مزمن کلیه



تاریخ تدوین: 1403/06/24

تاریخ بازنگری: 1404/06/24

کد شناسایی: P011

منبع: Medlineplus.gov

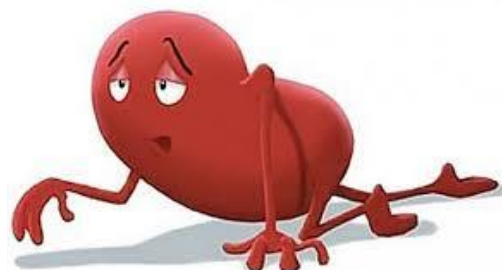
بیمار گرمی؛ در این بیماری
کلیه های شما دیگر نمی توانند
نیازهای بدن شما را تامین کنند.

قند خون و فشار خون بالا
شایعترین علل این بیماری می
باشند.



شما علائمی مانند احساس
خستگی، خارش، کاهش اشتها و
... را تجربه کرده اید.

دیالیز هم اکنون کار کلیه های شما
را انجام می دهد.



شما باید یک رژیم غذایی خاص توسط متخصص تغذیه برای این بیماری ادامه دهید:

✓ نمک را محدود کنید. خیارشور،
ترشی شور، غذاهای نمک
سودشده، غذاهای دودی، رب و
سس گوجه فرنگی، غذاهای آماده،
غذاهای کنسرو شده، سوسیس و
کالباس، انواع مغزهای شور، زیتون
پرورده، دوغ های موجود در بازار و
به طور کلی هر غذایی که در تهیه
آن از نمک استفاده شده را کم
کنید.

✓ در صورتی که سه بار در هفته
دیالیز انجام می دهید برای دریافت
پروتئین آزاد هستید بهتر است از
پروتئین های حیوانی مانند سفیده
تخم مرغ و گوشت استفاده کنید.

❖ برای پایین آوردن پتاسیم

سبزیجات را قبل از مصرف، خرد
کرده، در آب خیس کنید، سپس آب
آن را دور ریخته و با آب تازه آن را
بجوشانید و مصرف کنید. در صورتی
که پتاسیم خون شما بالا می باشد،
از مصرف آب سبزیجات و آب
خورشت ها خودداری کنید.

✓ از مصرف روغن ها و چربی های
جامد پرهیز نمایید.

✓ جهت پخت و پز از روغن های
گیاهی مایع استفاده نمایید و
بهترین روغن در این زمینه روغن
کلزا (یا روغن کانولا) می باشد.



✓ از سرخ کردن غذاها در روغن و
مصرف غذاهای سرخ شده تا حد
ممکن خود داری فرمایید.
✓ به علت عدم توانایی کلیه در دفع
مایعات، باید به مقدار مایعات
مصرفی خود در طول روز توجه
فرمایید.

جهت دریافت خدمات آموزشی در رابطه با
بیماری ها و سوالات احتمالی با کلینیک
پرستاری آموزش سلامت به صورت مراجعه
حضور یا تماس تلفنی در ارتباط باشید.

ساعت فعالیت: همه روزه (به غیر از روزهای تعطیل)

صبح ها : 7:30 تا 13:30

شماره تماس: 55227401 داخلی 2237

روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان:

1. وب سایت بیمارستان به آدرس:

<https://ch-kashmar.mums.ac.ir/hospital/modareshospital>

2. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان

صفحه مطالب آموزشی سایت بیمارستان

