

مراجعة کننده محترم همراه محترم :

این مطالب جهت افزایش اطلاعات تثابته شده است در صورت حرکت سوال و پرسش و نیاز به راهنمایی بیشتر می توانید به صورت حضوری به بخش دیالیز با شماره تلفن های 28-66783120 - داخلی 239 بخش دیالیز از ساعت 9 صبح لغایت

7 شب تماس بگیرید .

آشنایی با روش های تغذیه ای برای بیماران دیالیزی ضروری

می باشد. سوء تغذیه در بیماران دیالیزی به علل متفاوتی ایجاد می

شود از جمله:

تغییر حس چشایی و بی مزه بودن غذا، افسردگی، همراه با هضمگی و

ضعف، 3 دیالیز ناکافی، احساس پر بودن شکم،

محدودیت رژیمی شدید، خالی بودن معده به مدت طولانی و اسهال

برخی مکمل های مورد نیاز و قابل توصیه در بیماران دیالیزی جهت بهبود

تغذیه عبارتند از:

- استفاده از آسمول اپرکس برای رفع کم خونی، مصرف ب

کمپلکس، مصرف کلیم و ویتامین دی D؛ مصرف روغن های

حاوی امگا 3

در بیماران با مشکل فشار خون بالا از کنگک به دلیل کمک زیاد استفاده

نشود

علایم بالینی افزایش فسفر: خارش، استخوان درد

موادی که حاوی فسفر می باشد شامل انواع گوشت - لبنیات -

خشکبار - کنسرو - نوشابه ها

توصیه های لازم جهت کاستن فسفر

حذف شیر - ماست - بستنی - مصرف گوشت سفید

نکاتی برای رفع هضمگی

استفاده از نگه های نج به جای آب، آب نبات های سفت و ترش

سبزی و میوه نج (خیار و سیب)، شست و شوی دهان با آب



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی ایران

بیمارستان شهیدای یافت آباد

نکات تغذیه ای در بیماران دیالیزی



کرده هدف: بیمار همراه

کرده آوزنده: ن. مرندی

ارده پش 1392

نوع میوه یا سبزیجات دیگر به دلیل پتاسیم فراوان استفاده ننمایند. از میوه

بلایی مانند خرمالو- خربزه و خرمای میوه های زرد رنگ مثل زردآلو طالبی

نمی توانید استفاده نمایند. از سبزیجاتی نظیر: ترخون- ترب سیاه- لوبو-

کرفس خام یا پخته- برگ چغندر به علت پتاسیم بالا اصلاً استفاده نشود. از

مصرف آجیل ها حبوبات به علت سدیم و فوسفور زیاد اجتناب نمایید. عدم

مصرف نان های سبوس دار مثل سنگ نان گندم کامل- بربری. تخم

مرغ را فقط به شکل آب پز مصرف کنند.

منبع: پرستاری در نارسائی کلیوی. نویسندگان اداره پیوند و بیماریهای خاص. وزارت بهداشت.

علایم بالینی افزایش پتاسیم: ضعف عضلانی، متسکی- متسکی نفس-

بی قراری- تحریک پذیری- تهوع و مشکلات قلبی- تپش قلب

روشهای کاهش پتاسیم:

خیساندن سبزیجات- حبوبات قبل از مصرف خیسانده و آب آن

دور ریخته شود، خرد کردن سبزیجات، پختن در زمان نزدیک به

مصرف. جدا کردن پوست مرغ قبل از پختن

نکات مهم آموزشی:

1- در صورت مصرف یک عدد پرتقال یا موز در روز نباید از پیچ