



تغذیه در نارسایی حاد کلیه

Nutrition In Acute renal failure

ACUTE RENAL
FAILURE

دکتر مجید غیور مبرهن

متخصص تغذیه از انگلستان

از مصرف محصولات با نمک (سدیم) اضافه خودداری کنید: با اجتناب از محصولات دارای نمک اضافه شده (از جمله بسیاری از غذاهای آماده مانند غذاهای منجمد ، سوپ های کنسرو شده، میان وعده شور، فست فود ها، گوشت و پنیرهای فرآوری شده)، مقدار سدیم مصرفی هر روز خود را کاهش دهید. مصرف فسفر را محدود کنید: فسفر ماده معدنی است که در غذاهایی مانند نان و غلات سبوس دار ، جو دوسر، جو ، نوشابه های کولا ، آجیل و کره بادام زمینی یافت می شود. فسفر بیش از حد در خون شما می تواند استخوان های شما را تضعیف کرده و باعث خارش پوست شود.

غذاهایی که در نارسایی حاد کلیوی باید از مصرف آن ها

پرهیز شود:

چیپس و کراکر ، کشمش و آلو خشک ، اسفناج و تربچه ، مواد غذایی بسته بندی شده و فوری و از پیش آماده شده ، گوجه فرنگی ، سیب زمینی ، زردآلو ، ترشی و زیتون فرآوری شده ، گوشت های فرآوری شده ، پرتقال و آب پرتقال ، لبنیات ، موز ، نان گندم کامل ، مواد غذایی کنسرو شده ، آووکادو و نوشابه های کولا

مواد غذایی برای اضافه کردن به رژیم غذایی افراد مبتلا

به نارسایی حاد کلیوی:

اگر پتاسیم مواد غذایی حاوی ۲۰۰ میلی گرم یا کمتر در هر واحد باشند ، جزو غذاهای کم پتاسیم در نظر گرفته می شوند؛ برخی غذاهای کم پتاسیم عبارتند از:
انواع توت ها مانند توت فرنگی و توت سفید و بلوبری ، سیب ، گریپ فروت ، آناناس ، زغال اخته و آب زغال اخته ، گل کلم ، کلم بروکلی ، بادمجان ، لوبیا سبز ، برنج سفید ، ماکارونی سفید، نان سفید و ماهی سالمون



تست ها و تشخیص نارسایی حاد کلیه

تست نیتروژن اوره (BUN)

فیلتراسیون کراتینین

کراتینین سرم

پتاسیم سرم

آزمایش ادرار

برخی آزمایش های خونی

سونوگرافی و MRI برای تشخیص وجود انسداد

تغذیه و رژیم درمانی در نارسایی
حاد کلیوی

رژیم غذایی شما ممکن است نیاز به کاهش دریافت سدیم ، فسفر و پتاسیم داشته باشد.

غذاهای کم پتاسیم را انتخاب کنید: متخصص تغذیه شما ممکن است توصیه کند غذاهای کم پتاسیم را انتخاب کنید. غذاهای پر پتاسیم شامل موز ، پرتقال ، سیب زمینی ، اسفناج و گوجه فرنگی است. نمونه هایی از غذاهای کم پتاسیم شامل سیب ، گل کلم ، فلفل ، انگور و توت فرنگی است.

What is potassium?



Nutrition In Acute renal failure



- ◀ کاهش جریان خون به دلیل فشار خون بسیار پایین، که می تواند ناشی از سوختگی ، کم آبی ، خونریزی ، آسیب دیدگی ، شوک سپتیک ، بیماری جدی یا جراحی باشد.
- ◀ اختلالاتی که باعث لخته شدن خون در رگ های خونی کلیه می شوند.
- ◀ عوارض حاملگی ، از جمله قطع جفت

◀ داروهایی از جمله داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (NSAIDs)، برخی از آنتی بیوتیک ها و داروهای فشار خون ، برخی از داروهای ضد سرطان و HIV

◀ علائم نارسایی حاد کلیه ▶

- ◀ مدفوع خونین
- ◀ بوی بد دهان و طعم فلزی در دهان
- ◀ تغییر در وضعیت روحی یا خلقی
- ◀ کاهش اشتها
- ◀ درد پهلو (بین دنده ها و باسن)
- ◀ لرزش دست
- ◀ تپش قلب
- ◀ فشار خون بالا
- ◀ حالت تهوع یا استفراغ، که ممکن است چند روز ادامه داشته باشد
- ◀ سسکه مداوم
- ◀ خونریزی طولانی مدت
- ◀ تشنج
- ◀ تنگی نفس
- ◀ تورم



◀ انسداد مجاری ادراری

◀ عفونت هایی که مستقیماً به کلیه آسیب می رسانند ، مانند پیرونفريت حاد یا سپتی سمی

◀ داروهای غیرمجاز مانند کوکائین و هروئین

نارسایی حاد کلیه

نارسایی حاد کلیه از بین رفتن سریع (کمتر از ۲ روز) توانایی کلیه ها در از بین بردن ضایعات و کمک به تعادل مایعات و الکترولیت ها در بدن است. به عبارتی دیگر نارسایی حاد کلیوی به حالتی اطلاق می شود که در نتیجه کاهش ناگهانی و تقریباً کامل عملکرد کلیه، مواد زائد ناشی از متابولیسم سلولی مانند اوره و کراتینین، در بدن تجمع می یابند. این بیماری سالانه با مرگومیر بالایی در سراسر دنیا همراه است.

◀ علل نارسایی حاد کلیه ▶

- ◀ نکرور حاد نفرون ها (ATN) ؛ آسیب به سلول های مجاری کلیه ها
- ◀ بیماری کلیوی خود ایمنی
- ◀ آمبولی کلسترول (لخته خون از کلسترول)

