

❖ شرح بیماری

ناتوانی حاد کلیه خاموش شدن ناگهانی کلیه‌های شماسست که نارسایی حاد کلیه یا ناتوانی حاد کلیه نیز نامیده می‌شود. کلیه‌ها به وسیله ی تصفیه ی مواد زائد خون تولید ادرار می‌کنند؛ این کار موجب کنترل تعادل آب و نمک و تنظیم فشار خون می‌گردد. زمانی که نارسایی کلیه ایجاد می‌شود کلیه‌ها برای مدت طولانی قادر به تولید ادرار و پاک کردن بدن از مواد زاید یا نگه داشتن مواد شیمیایی نظیر سدیم و پتاسیم در یک تعادل سالم نیستند.



❖ علل و عوامل ایجاد کننده

نارسایی حاد کلیه زمانی ایجاد می‌شود که جریان خون به اندازه کافی به هر دلیلی وارد کلیه نشود. عواملی که موجب کاهش خونرسانی به کلیه‌ها می‌شود عبارتند از:

- ✓ وارد شدن ضربه به کلیه‌ها
- ✓ داروها و سموم یا حشره کش‌ها
- ✓ سوختگی وسیع
- ✓ حمله ی قلبی
- ✓ از دست دادن خون زیاد بر اثر تصادفات، اعمال جراحی و ...
- ✓ کم آبی و شوک
- ✓ سنگهای کلیه
- ✓ بزرگی غده پروستات
- ✓ کیست ، عفونت و تومور کلیه

❖ علایم و نشانه‌ها

فردی که دچار نارسایی حاد کلیه است علائم زیر در فرد بروز می‌نماید:

- ✓ گیجی
- ✓ خواب آلودگی و خستگی
- ✓ خارش پوست و یا پوست تیره
- ✓ کاهش اشتها
- ✓ ضعف و کرامپ عضلانی
- ✓ تهوع و استفراغ
- ✓ کاهش حجم ادرار
- ✓ تشنج
- ✓ تورم پاها و قوزک پا
- ✓ پوست و تنفس بوی ادرار می‌دهد.

❖ تشخیص

پزشک جهت تشخیص نارسایی حاد کلیه اقدامات تشخیصی زیر را انجام می‌دهد:

- ✓ معاینه و گرفتن شرح حال
- ✓ آزمایش خون و ادرار
- ✓ سونوگرافی
- ✓ برداشتن نمونه از بافت کلیه‌ها یا بیوپسی

❖ درمان

با توجه به وضعیت بیمار و شدت بیماری پزشک اقدامات درمانی زیر را انجام می‌دهد:

- ✓ بستری فوری بیمار در بیمارستان جهت اصلاح وضعیت آب و الکترولیت‌های بدن انجام می‌گیرد.
- ✓ مهم‌ترین اقدام برای درمان بیماری، برطرف کردن عامل بیماری یا علت زمینه‌ساز نارسایی کلیه مانند دیابت و فشارخون است تا باقیمانده بافت سالم کلیه حفظ شود و کلیه‌ها بتوانند کار خود را بخوبی انجام دهند. در مواردی که علت زمینه‌ای با جراحی قابل اصلاح باشد مانند خارج کردن سنگ کلیه، جراحی توصیه می‌شود.
- ✓ در مراحل اولیه نارسایی کلیه، مصرف دارو ممکن است بیماری را کنترل نماید.

خرما، آجیل و خشکبار، انبه، کیوی، شلیل، گرمک و خربزه، گلابی تازه، انجیر، روغن زیتون محدود شوند.

✓ نوشابه‌ها، لبنیات (شیر حداکثر ۵/۰ لیوان در روز)، ماست، پنیر (حداکثر ۳۰ گرم در روز)، کشک، کاکائو و قهوه، ماهی (سفید، ساردین، تن)، احشاء بدن حیوانات، حبوبات، نان‌های کامل و سیوس دار محدود شوند.

❖ عوارض

فردی که دچار نارسائی حاد کلیه می‌شود احتمال ایجاد نارسایی مزمن کلیه و عوارض مربوط به آن وجود دارد.

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ در صورتی که مبتلا به بیماری‌هایی باشید که خطر نارسایی مزمن کلیوی را افزایش می‌دهد.
✓ در صورت وجود هر نوع علامت یا نشانه ای از بیماری

✓ گاهی کلیه‌ها عملکرد خود را شروع نمی‌کند و ممکن است نیاز به دیالیز داشته باشید. دیالیز محصولات زائد و آب اضافی را از خون حذف می‌کند.
بعد از چندین هفته دیالیز، معمولاً کلیه‌ها کار خود را شروع می‌کنند؛ در این حالت دیالیز متوقف می‌شود.

❖ پیشگیری

جهت کاهش خطر ابتلاء به نارسایی کلیه اقدامات زیر را انجام دهید:
✓ به هیچ وجه از الکل استفاده نکنید.
✓ در استفاده از داروهای بدون نیاز به نسخه دقت کنید.
✓ از اضافه شدن وزن خودداری کنید.
✓ سیگار نکشید.
✓ چنانچه بیماری یا مشکلاتی دارید که خطر نارسایی کلیوی را افزایش می‌دهند، با پزشک خود در مورد کنترل آنها مشورت کنید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

زمانی که فرد دچار نارسایی حاد کلیه می‌شود لازم است رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نماید:
✓ بر اساس توصیه‌های پزشک خود در رژیم غذایی تغییراتی ایجاد کنید.
✓ از پزشک برای نوشتن یک برنامه ی غذایی یا ارجاع به یک متخصص تغذیه سوال کنید.
✓ برای تعادل مایعات روزانه از دستورات پزشک پیروی کنید.
✓ از یک رژیم غذایی کم نمک، کم پتاسیم، کم پروتئین و پرفیبر استفاده کنید.
✓ رژیم غذایی را به صورت وعده‌های غذایی پرکالری، کم حجم و متعدد برنامه ریزی کنید.
✓ از مواد غذایی شور و دارای سدیم بالا مانند چیپس، پفک، سوسیس و کالباس، زیتون، خیار شور، انواع سس، رب‌های آماده، ماهی شور و دودی، چوب شور، آب گوشت و سبزیجات آماده استفاده نکنید.
✓ مصرف سیب زمینی، رب، نخود فرنگی، انواع کلم و گل کلم، اسفناج، کدو حلوایی، کرفس پخته، سیروموسیر، موز، خردل، پرتقال، آلو،