

کم خونی و دیالیز

متأسفانه کم خونی در بین بیماران کلیوی مزمن بسیار شایع است. کم خونی زمانی اتفاق می افتد که بدن شما به اندازه کافی گلبول قرمز نداشته باشد. در واقع کلیه ها هورمونی بنام اریتروپویتین می سازند که به مغز استخوان دستور می دهد که گلبول بسازد، اما در بیماری های مزمن کلیوی، کلیه این توانایی خود را از دست می دهد و در نتیجه بدن با کمبود گلبول قرمز روبرو می شود و کم خونی پیشرفت می کند . کم خونی می تواند حتی قبل از نارسایی کامل کلیه ها بوجود آید و در بین بیماران تحت درمان با دیالیز بسیار شایع است

❖ کم خونی ناشی از کمبود آهن :

کم خونی در نتیجه کمبود شدید آهن در بدن بوجود می آید. آهن به بدن کمک می کند تا هموگلوبین بسازد که در گلبول قرمز خون وجود دارد. آهن در بسیاری از غذاها وجود دارد و رژیم غذایی منبع اصلی آهن است.

❖ دلایل کم خونی:

در کنار کمبود آهن کافی در رژیم غذایی، دلایل دیگر کم خونی ناشی از کمبود آهن می تواند موارد زیر باشد :

۱ = عفونت یا التهاب در بدن

۲ = از دست دادن خون در اثر تصادف /جراحی/زخم های معده/تومور مثانه یا کلیه /سرطان /پولیپ در روده ها

۳ = بیماری های روده که مانع جذب آهن می شود



❖ علائم کم خونی:

- اشتهای کم
- کمبود انرژی برای انجام کارهای روزمره
- رنگ پریدگی
- احساس خستگی و ضعف
- ناتوانی در تفکر
- دست و پاهای سرد
- سندرم پاهای بیقرار/احساس ناراحتی یاسوزن سوزن شدن در پاها
- تحریک پذیر بودن
- خواب آشفته
- احساس افسردگی و اندوه
- ناخن های شکننده
- ویاړ داشتن برای چیزهای عجیب و غریب مثل یخ و خاک
- احساس سرگیجه یا سردرد
- تنفس کوتاه
- ضربان قلب تند



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرند



کم خونی در دیالیز

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری: زمستان ۱۴۰۲

پرستاران بخش دیالیز به طور منظم میزان هموگلوبین "فریتین و دیگر شاخص های آزمایشگاهی شما را بررسی می کنند، نتیجه آزمایش شما را می گویند که کم خونی شما در چه وضعیتی قرار دارد. درمان کم خونی مهم است، چراکه کم خونی می تواند موجب مشکلات قلبی جدی شود.

درمان کم خونی باعث می شود شما انرژی بیشتری برای انجام فعالیت های روزمره تان داشته باشید

کیفیت زندگی شما بهتر می گردد

توانایی شما برای ورزش کردن بهبود می یابد

شانس بیشتری برای کاهش مشکلات قلبی خواهید داشت

منبع:

کتاب پرستار و دیالیز

❖ بیماران دیالیزی نیاز به آهن بیشتری

دارند به دلایلی چون:

الف) کمبود غذاهای غنی از آهن در رژیم غذایی:

برخی از مواد غذایی غنی از آهن، مانند گوشت قرمز و حبوبات در رژیم غذایی دیالیز ممکن است محدود شود.

ب) از دست دادن خون در طول دیالیز:

در حقیقت زمانی که شما تحت دیالیز هستید به آهن بیشتری نیاز دارید، به طوری که دریافت دارویی که میزان آهن بدن شما را افزایش دهد ضروری به نظر می رسد. میزان هموگلوبین خون شما باید به طور منظم ارزیابی شود تا مشخص گردد درمان کم خونیتان به خوبی پیش می رود یا خیر.

