



تعریف همودیالیز

همودیالیز فرآیندی است که در طی آن، خون به تدریج از بدن خارج می شود، از میان یک فیلتر مخصوص که مواد زائد و مایعات اضافی را جدا می کند، می گذرد و خون تصفیه شده دوباره به بدن بازگردانده می شود.

خروج مواد زائد مضر و نمک و مایعات اضافی از بدن، **فشار خون** را کنترل کرده و تعادل مواد شیمیایی مانند **پتاسیم** و **سدیم** و اسید و باز بدن را حفظ می کند.

تعادل مایع یک امر مهم در بیماران همودیالیزی می باشد چون افزایش و کاهش مایعات بدن هر دو تاثیر مهمی در خاموشی و عوارض قلبی در این بیماران دارد.

وزن خشک چیست؟

از نظر کلینیکی وزن خشک به پایین ترین وزنی اطلاق می شود که بیمار همودیالیزی بدون علائم یا کاهش فشارخون تحمل کند.

در شروع همودیالیز اغلب بیماران در حالت کاتابولیک هستند یعنی مایع خارج سلولی افزایش پیدا می کند ولی با شروع دیالیز و بر طرف شدن علائم اورمی (بالا بودن اوره خون) و بهتر شدن اشتها بیمار مایع خارج سلولی کمتر می شود. همچنین زمانی که بیمار دچار اختلالات تغذیه ای می شود ظاهراً تغییر در وزن بیمار ظاهر نشده بلکه توده عضلانی کاهش یافته و مایع خارج سلولی افزایش یافته است این بیماران ممکن است حتی بعد از دیالیز، ادم یا افزایش فشار خون نداشته ولی وزن آنها تغییر کرده باشد.



اغلب مراکز بر اساس ایجاد علائم معین در طی همودیالیز مثل هیپوتانسیون (افت فشار خون)، گرفتگی عضلانی و نبودن علائم افزایش مایعات، وزن خشک را تنظیم می کنند و همچنین برداشت مایعات حین دیالیز آن اندازه انجام شود که بطور کلینیکی به وزن خشک برسد.

بیماران دیالیزی به علت فشارخون و ادم نیاز به محدودیت سدیم و مایعات دارند در نتیجه در بیماران همودیالیزی بدون باقیمانده کار کلیه دریافت مایعات باید حداکثر حدود یک لیتر به اضافه حجم ادرار و سدیم 2 گرم روزانه محدود شود و افزایش وزن بین هر جلسه دیالیز 5 درصد وزن خشک باشد. پس باید توجه داشت که مایعات دریافتی محدودیت دارد و نه فقط آب خوراکی بلکه آب موجود در میوه ها و غذاها باید مد نظر گرفته شود. برای مثال بیمار باید بداند که 30 درصد وزن خشک ترین بیسکویت آب است که این میزان باید در محاسبه مایعات دریافتی محاسبه شود.

جهت جلوگیری از تشنگی بهتر است بیمار از راه‌هایی که خشکی دهان را برطرف یا کاهش می‌دهد استفاده نماید، مثل مزمه کردن قطعه کوچک یخ، استفاده از آب‌نباتهای ترش و یا جویدن آدامس، بعضی دهانشویه‌ها هم با تحریک غدد بزاقی باعث کاهش خشکی دهان می‌شوند.

نکته:

بیمار باید بداند که محدودیت مصرف سدیم نیز باید رعایت شود و میزان سدیم فقط محدودیت مصرف نمک نمی‌باشد بلکه سایر مواد غذایی و تنقلات حاوی سدیم بالا مثل انجیر خشک، غذاهای فست‌فود، چیپس، سس قرمز و..... را نیز باید بداند.



در رابطه با دفع نامحسوس مایعات نیز بیمار باید بداند که در صورتی که در محیط گرم قرار گرفتند حجم زیادی آب توسط عرق از دست می‌دهد و باید مایع جایگزین دریافت کند.



مشاور علمی: دکتر علیرضا مریخی (فوق تخصص نفرولوژی کودکان)

واحد آموزش به بیمار