10 listopada 2021

PACJENT DIALIZOWANY

Dializy są koniecznym zabiegiem, gdy nerki przestają prawidłowo pracować. Dializowanie często poprzedza przeszczep, jednak z uwagi na to, że czas oczekiwania na organy niejednokrotnie przedłuża się, czas dializowania może być bardzo długi. Dlatego tak ważna jest w tym okresie odpowiednio dopasowania dieta oraz przestrzeganie jej zasad.

Dializy polegają na oczyszczaniu organizmu ze szkodliwych produktów będących wynikiem przemiany materii (metabolitów). W tym czasie usuwany jest również z organizmu nadmiar wody. Dializy wykonywane są przy pomocy specjalnego urządzenia, które nazywane jest dializatorem. Jedna sesja może trwać nawet do pięciu godzin. W niektórych przypadkach konieczne są trzy dializy w ciągu tygodnia. Rokowanie u pacjenta dializowanego w największym stopniu zależy od jego „pozanerkowego" stanu zdrowia, tzn. od obecnych chorób współistniejących oraz ich zaawansowania. Najważniejsze z nich to choroby układu sercowo-naczyniowego (niewydolność serca, choroba wieńcowa, miażdżyca naczyń obwodowych) oraz cukrzyca i jej powikłania, zwłaszcza naczyniowe. Większość chorych rozpoczynających obecnie leczenie dializami to osoby w wieku starszym, a nawet podeszłym i licznymi powikłaniami sercowo-naczyniowymi. Ponad połowa z nich to osoby powyżej 65. rż., a 20% to osoby powyżej 75. rż. W Polsce każdego roku umiera ok. 15% chorych dializowanych. Są to głównie osoby starsze z zaawansowanymi chorobami układu krążenia i cukrzycą. Rokowanie u nich zależy od zaawansowania tych chorób i ich powikłań. Najwyżej kilkanaście procent zgonów jest spowodowana powikłaniami związanymi z dializami. Tak więc chorzy ci umierają z powodu chorób istniejących już przed rozpoczęciem leczenia dializami, a nie dlatego, że są dializowani. W przypadku młodych osób bez chorób dodatkowych rokowanie w trakcie leczenia dializami jest dobre. Kluczowe znaczenie ma zdyscyplinowanie pacjenta i przestrzeganie zaleceń dotyczących diety, ograniczenie soli i płynów oraz przyjmowanie leków. W takich przypadkach możliwe jest przeżycie kilkudziesięcioletnie.

W przypadku hemodializy typowe powikłania występujące w trakcie zabiegu to:

- częstsze: spadek lub wzrost ciśnienia krwi, kurcze mięśni, krwawienia z miejsca wkłucia igieł do dializy,
- rzadsze: świąd skóry, ból głowy, nudności, wymioty, gorączka, zespół „pierwszego użycia dializatora".

Większość z nich ma charakter łagodny i można ich uniknąć stosując odpowiednie postępowanie zapobiegawcze, a zwłaszcza w sposób zdyscyplinowany przestrzegając zaleceń w zakresie objętości

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Fundusze Europejskie dla Małopolski | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | MAŁOPOLSKA

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT

spożywanych między dializami płynów, ograniczenia spożycia soli i przyjmowania leków zgodnie z opracowanym indywidualnym dla danego chorego schematem. Duże trudności w przypadku leczenia hemodializami może stwarzać dostęp naczyniowy, czyli problemy ze sprawnością przetoki naczyniowej lub problemy związane z cewnikami naczyniowymi. U części chorych istnieje konieczność kilkakrotnego wytwarzania dostępu naczyniowego w okresie, gdy leczeni są hemodializami.

W przypadku dializ otrzewnowych główne powikłania związane są z zakażeniami. Może wystąpić zapalenie otrzewnej lub zapalenie ujścia cewnika otrzewnowego. Są to poważne powikłania, mogące być powodem zaprzestania leczenia dializą otrzewnową, a nawet być przyczyną zgonu. Inny rodzaj powikłań to tzw. powikłania mechaniczne: przepukliny, zacieki płynu dializacyjnego, wysięk w jamie opłucnej, bóle krzyża. Są wynikiem obecności płynu dializacyjnego i zwiększonego ciśnienia w jamie brzusznej.

Dieta przy dializach – na co należy zwracać uwagę?

Dieta dla dializowanych ma nie tylko dostarczyć cennych składników odżywczych, ale również wzmocnić organizm, co zminimalizuje ryzyko wystąpienia skutków ubocznych dializ. Dieta przy dializach nie jest mocno restrykcyjna, jednak jest kilka punktów, których należy koniecznie przestrzegać, by nie doprowadzić do zaburzeń w pracy organizmu. Jedną z najważniejszych kwestii w tym czasie jest dokładna kontrola tego, ile płynów się przyjmuje. Warto przy tym pamiętać, że płyny to nie tylko pita samodzielnie woda. Chodzi tutaj także o zupy i inne dania w formie płynnej lub półpłynnej. Wodę można znaleźć również w wielu deserach np. w lodach czy galaretkach. W okresie dializ należy minimalizować także ilość spożywanych warzyw i owoców o wysokiej zawartości wody np. arbuzów, winogron, jabłek czy pomidorów. Nadmiar płynów w diecie osoby dializowanej może powodować obrzęki, duży przyrost wagi, a także problemy związane z układem krążenia – serce jest zmuszone do większej pracy. Mogą pojawić się także problemy z ciśnieniem krwi. Pośrednim sposobem na zmniejszenie ilości spożywanych płynów jest ograniczenie ilości spożywanego wraz z posiłkami sodu. Sód wzmaga pragnienie, ale też może przyczyniać się do gromadzenia nadmiaru wody w organizmie. W pierwszej kolejności warto zatem wyeliminować z diety słone przekąski, takie jak chipsy ziemniaczane. Dobrze jest unikać żywności wysoko przetworzonej np. zupek ekspresowych. Dieta dializowanych wiąże się z kontrolowaniem ilości potasu w spożywanym pożywieniu. Najwięcej tego pierwiastka znajduje się w mleku oraz określonych owocach i warzywach. Przy zbyt dużej ilości potasu w organizmie, w czasie dializ może dojść do powikłań związanych z nieprawidłową pracą serca i zaburzeniami tętna. Przy diecie w okresie dializ należy unikać przede wszystkim bananów, kiwi i awokado. Należy także zminimalizować porcje innych potraw, które są bogate w ten pierwiastek. Oprócz wyżej wymienionych owoców dużo potasu znajduje się także w mleku i jego przetworach, nektarynkach,

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT

sardynkach, szpinaku, pomidorach, ziemniakach oraz śliwkach. Innym pierwiastkiem, którego spożycie należy ograniczyć w czasie diety dla dializowanych jest fosfor. Jego zbyt wysoki poziom może prowadzić do utraty wapnia w kościach, co z kolei może być przyczyną postępującej osteoporozy. Zwiększa się wtedy ryzyko złamań. Zbyt wysoki poziom fosforu może objawiać się także świądem skóry. Produktami, których spożycie ograniczyć należy są w szczególności mleko i sery oraz groszek, fasolka, orzechy. Niektórym pacjentom przypisywane są specjalne leki wiążące fosforany (wiążą pierwiastek, co nie pozwala na przedostanie się go do krwi). Będąc w okresie dializowania, należy uważać także na ilość spożywanego białka. Najlepiej sięgać po produkty, które zawierają wysokojakościowe białka, gdyż po ich spożyciu powstaje mniej zbędnych produktów przemiany materii (w tym przypadku mocznika). Wysokogatunkowe białka znajdują się przede wszystkim w rybach, mięsie drobiowym oraz białku jajka.

Jak wspomóc osobę na diecie dla dializowanych?

Często osoby starsze, u których wykonywane są dializy mogą być niedożywione lub mogą u nich występować braki w określonych składnikach odżywczych, które są niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Wówczas po konsultacji z lekarzem można sięgnąć po produkty spożywcze specjalnego przeznaczenia medycznego, które opracowywane są tak, aby odpowiadać na potrzeby osób z daną chorobą. W zależności od potrzeb pacjenta lekarz może zalecić uzupełnienie diety takimi produktami lub jej całkowite zastąpienie. Przykładem takiego produktu dla osób zmagających się z chorobami nerek jest Fresubin Renal, który zalecany jest szczególnie dla osób z niewydolnością nerek, zapalnymi chorobami nerek, a także w okresie przeddializacyjnym. Jest to produkt wysokoenergetyczny o obniżonej zawartości białka, w tym niezbędnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu aminokwasów. Zawiera korzystne dla organizmu kwasy tłuszczowych EPA i DHA z oleju rybnego oraz MUFA, które stanowią 21% całości tłuszczy zawartych w produkcie. Zgodnie z zaleceniami specjalistów produkt ten zawiera niskie ilości fosforu, sodu, potasu oraz witaminy A. Z kolei dostarcza on choremu dużej ilości witamin z grupy B, w tym B6, kwasu foliowego i beta karotenu oraz witaminy E. Dodatkową zaletą produktu jest jego przyjemny, waniliowy smak, który odpowiada pacjentom.

Piśmiennictwo:

1. Wieczorowska-Tobis K., Talarska D. (red): *Geriatria i pielęgniarstwo geriatryczne*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2010.

Źródło zdjęcia: *https://www.canva.com/photos/*

Miejskie Centrum Opieki dla Osób Starszych, Przewlekle Niepełnosprawnych oraz Niesamodzielnych w Krakowie
ul. Wielicka 267, 30-663 Kraków
samodzielny publiczny zakład opieki zdrowotnej
tel 12 44-67-500 fax 12 44-67-501
www.mco.krakow.pl mco@mco.krakow.pl

Projekt pn. „Centrum wsparcia opiekunów nieformalnych i opieki nad osobami niesamodzielnymi w Miejskim Centrum Opieki w Krakowie" dofinansowany przez Unię Europejską z Programu Fundusze Europejskie dla Małopolski na lata 2021-2027, w ramach Priorytetu 6. Fundusze Europejskie dla rynku pracy, edukacji i włączenia społecznego, Działania 6.33 Wsparcie usług społecznych w regionie – ZIT