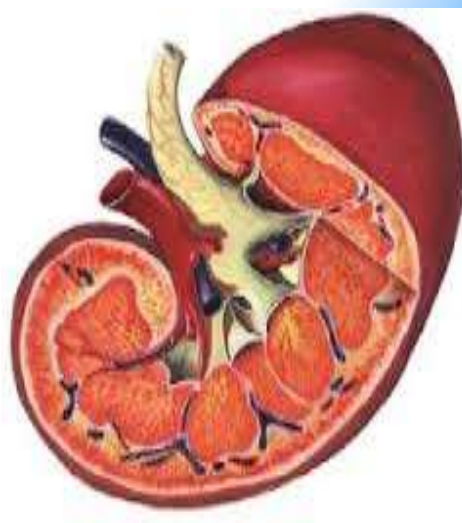




سالمندان و تغییرات کلیه

گروه هدف: سالمندان



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز
با تایید دکتر عصمت قانع (متخصص کلیه و مجاری ادرار)

بازبینی بهار ۱۴۰۴

- در صورت داشتن سابقه بیماری کلیه قلبی در فامیل جهت بررسی کار کلیه با پزشک مشورت کنند.
- در صورتی که پروستات فرد بزرگ شده است در صورتی که حجم ادرار کم شد به پزشک اطلاع دهند.
- مصرف سیگار و قلیان در افراد سالمند میتواند باعث بیماری کلیه شود.
- میزان نمک و چربی مواد غذایی محدود شود.



www.health.sbmu.ir

منبع:

- فشار خون بالا و قند خون بالا در سالمندان به کلیه آسیب می رساند بنابراین رژیم غذایی کم نمک و کم چرب و ورزش مناسب با مشورت پزشک می تواند موثر باشد.
- داروهای کنترل فشار زیر نظر پزشک و در زمان مناسب مصرف شود تا فشار کنترل شود تا از آسیب احتمالی به کلیه ها جلوگیری شود.
- داروهای قند خون در زمان مناسب و با نظر پزشک مصرف شود تا قند خون کنترل شود و از آسیب به کلیه ها جلوگیری شود.
- در صورت داشتن بی اختیاری ادراری بهداشت رعایت شود تا از ایجاد عفونت ادراری جلوگیری شود. عفونت ادراری می تواند به کلیه ها آسیب وارد کند.



مصرف بیش از حد داروها یا مصرف داروها بدون تجویز پزشک می تواند به کلیه آسیب برساند زیرا اکثر داروها از:

- طریق کلیه دفع می شوند و در این صورت به کلیه ها فشار وارد می شود.
- در صورت عفونت ادراری سریعاً به پزشک مراجعه کنند زیرا عفونت ادراری می تواند به کلیه ها آسیب وارد کند.



گردش خون در کلیه ها دارای اهمیت بالایی است در افراد سالمند به دلیل بالا رفتن سن و فشار خون فرد و قند خون بالا، گردش خون کلیه دچار اشکال شده و به دنبال آن باعث نارسایی کلیه در فرد سالمند می شود. در این صورت است که فرد سالمند نیاز به درمان پیدا کرده و در صورت عدم بهبود نیاز به دیالیز پیدا میکند.

مواردی که فرد سالمند باید رعایت کند

- در صورتی که سالمندان ناراحتی کلیوی یا قلبی ندارند و با مشورت پزشک روزی ۸ لیوان مایعات میل کرده که ۴ لیوان آن را آب تشکیل بدهد.
- در صورت مراجعه به پزشک تمام داروهای مصرفی به پزشک معالج نشان داده شود زیرا بعضی از داروها در صورتی که با هم مصرف شوند باعث بیماری کلیوی می شوند.

سالمندان و تغییرات کلیه

وظیفه کلیه تصفیه خون و مواد زائد و اضافه از بدن انسان است. همچنین کلیه ها باعث حفظ تعادل شیمیایی بدن میشوند. کلیه ها با افزایش سن دچار تغییراتی می شوند.



تغییرات کلیه در سالمندی

- کوچک شدن سایز و اندازه کلیه
- کم شدن گردش خون در کلیه
- کاهش عملکرد کلیه

یک فرد سالمند اگر مراقب کلیه های خود باشد این عضو می تواند سلامت فرد را فراهم کند و بدون مشکل کار کند.