

## آموزش به بیمار

### وزن خشک در بیماران دیالیزی



#### شناسنامه بروشور آموزشی

وزن خشک در بیماران دیالیزی	عنوان
فاطمه احمدی	تهیه کننده
کارگروه آموزش به بیمار	تایید کننده
شهریور ۱۴۰۴	سال تهیه
سوپر وایزر آموزش سلامت	ناظر کیفی
دکتر سمیرا فروزان	تایید کننده علمی

**در جستجوی قلب زیبا باش نه صورت زیبا ؛  
 زیرا هر آنچه زیباست ، همیشه خوب نمی  
 ماند ؛ اما آنچه خوب است ، همیشه  
 زیباست .  
 (گاندی)**



  
 منبع: [www.nursingconsult.com](http://www.nursingconsult.com)

کاهش وزن خشک:

در مواردی که وزن خشک کمتر تخمین زده شود این  
 بیماران دچار حملات افت فشار خون حین دیالیز  
 میگردند که منجر به قطع زودرس از دستگاه و نتیجه  
 آن کاهش برداشت مواد سمی است.  
 که کاهش اشتها عدم مصرف غذا و وضعیت بد تغذیه  
 ای به همراه عدم کفایت مناسب دیالیز را در بر دارد.



مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیمارتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



### تخمین وزن خشک:

یکی از اصولی ترین و مشکل ساز ترین بحث های همودیالیز تخمین وزن خشک است.

وزن خشک وزن ایده ال شما بدون هیچ گونه آب اضافه در بدن که معمولاً بعداز دیالیز باید به آن برسیم.

وزن خشک وزنی است که شما با آن احساس خوبی دارید نه علائم ناشی از افزایش وزن را دارید مانند (افزایش فشار خون، تنگی نفس، احساس سنگینی در قفسه سینه، برجسته شدن ورید گردنی) و نه علائم از دست دادن بیش از حد آب بدن مانند (کاهش فشارخون، گرفتگی صدا، سرگیجه، گرفتگی عضلات، ضعف شدید) بدانید که وزن خشک قابل تغییر است و ممکن است هنگام چاق یا لاغر شدن شما افزایش یا کاهش یابد.

### روش های تعیین وزن خشک:

در تعیین وزن خشک غالباً روش های آزمون خطا به کار گرفته می شود. در این روش برای به حداقل

رساندن خطاهای غیر قابل اجتناب بررسی و پیگیری پرستاران و کنترل مایعات مصرفی بیماران ضروری است.

همچنین اطلاعات بدست آمده از تاریخچه کامل بررسی فیزیکی و یافته های آزمایشگاهی بیمار می تواند به عنوان راهنمایی برای تعیین مطمئن وزن خشک راه گشا باشد.

در ارزیابی بیماری که به تازگی دیالیز می شود پس از شروع دیالیز و برطرف شدن افزایش اوره غالباً اشتها بهبود میابد و بیمار چاق می شود لذا تنظیم مجدد وزن خشک ضرورت پیدا می کند. همچنین در طی تعطیلات مانند سال نو که افراد دچار افزایش وزن می شود یا در فصول سال مانند ماههای گرم سال به دلیل کاهش اشتها افراد دچار کاهش وزن می شوند. باید وزن خشک تعیین گردد.

به طور معمول یک فرد دیالیزی بین دو جلسه دیالیز، مصرف مایعاتش بین یک تا یک و نیم لیتر محدود است. در فواصل دو روز دیالیز، یک تا دو لیتر افزایش وزن و در فواصل سه روز دو تا سه لیتر میباشد. بدست می آید. (مایعات شامل آب، شیر، آب خورشت، چای و آب موجود درمیوه ها ...) می باشد.

جهت مصرف مایعات بین دو دیالیز می تواند ۲۴ ساعته خود را جمع آوری کرده و عدد ۵۰۰ تا ۷۰۰ را به آن

اضافه کرده مقدار مایعات مصرفی شما در ۲۴ ساعت بدست می آید. (مایعات شامل آب، شیر، آب خورش، چای و آب موجود در میوه ها ...) می باشد. مطالعات نشان داده است که در ۸۰ درصد بیماران دیالیزی فشار خون به علت افزایش حجم مژمن است. بنابر این برداشت آب نمک در بین دیالیز در ۷۰ درصد موارد فشار خون را طبیعی کرده است.

افزایش حجم و فشار خون نارسایی قلب را به دنبال دارد. بنابر این کنترل دقیق حجم منجر به بهبود فشار خون و نارسایی قلب و شده عاملی برای طول عمر بیماران دیالیزی می شود.

