



نشرة معلومات عن حالة صحية
صدرت في يوليو/تموز ٢٠٢٠

غسيل الكلى

ما هو؟

تقوم الكليتان بتصفية الدم في جسمك وإزالة الفضلات التي بوسعها الإضرار بأعضائك الحيوية مع مرور الوقت. فإذا كنت تعاني من مشكلات في الكليتين لن تتم تصفية الدم جيداً وقد يؤثر ذلك على صحتك. يفيد غسيل الكلى في المساعدة على تصفية الدم، وما لم تقم بزراعة كلية ستحتاج إلى إجراء غسيل الكلى على طول العمر. إلا أن الهدف في نهاية الأمر هو مساعدتك على أن تعيش بشكل طبيعي ونشط بقدر الإمكان.

ما الذي سيقوم به طبيبي العام الآن؟

يقوم على إدارة عملية غسيل الكلى بشكل أساسي أخصائي الكلى وفريق رعاية الكلى الطبي المعني بك، كما أن لطبيبك العام دوراً هاماً في رعايتك المستمرة، ويشمل على:

- التنسيق بين مختلف مقدمي الرعاية
- تزويدك بإمكانية الوصول إلى الموارد الصحية الأخرى، مثل أخصائي التغذية
- وبوسعك أيضاً مساعدتك في إدارة أي مضاعفات ناجمة عن غسيل الكلى، مثل:
- علاج الإنتان والمشاكل التي تسببها القسطرة
- التعامل مع أي مشكلات صحية وأدوية أخرى
- مساعدتك في التقدم بطلب للحصول على دفعات مقدم الرعاية والإسكان وإذن صف السيارات في أماكن المعاقين

ما الذي سيقوم به طبيبي العام في المستقبل؟

يتمثل دور طبيبك العام في الاستمرار في علاج أي مشاكل صحية أخرى سواء كانت متعلقة بغسيل الكلى أو لم يكن لها علاقة به. يمكنه أيضاً مراقبة أو فحص التالي:

- ضغط الدم ودرجة الحرارة
- الوزن وأي أعراض تورم
- سرعة التنفس وعمقه

سيجري طبيبك العام أيضاً الفحوص الطبية المنتظمة، مثل فحوص للتأكد من صحة القلب وإعطاء اللقاحات والفحص للكشف عن السرطان.

ماذا بوسعني أن أفعل؟

الهدف من غسيل الكلى في نهاية الأمر هو الإبقاء على قدرتك على العيش بشكل طبيعي ونشط قدر الإمكان. ومن المرجح أن تحقق ذلك إذا:

- واطبقت على المواعيد - مع طبيبك العام والأخصائي وغيرهم من مقدمي الرعاية الصحية
- القيام بنشاطاتك بيقين على تواصل مع الآخرين- مقابلة الأصدقاء والعائلة والعمل والتطوع والسفر
- المداومة على النشاط البدني - القيام بالتمارين الرياضية بانتظام حسب إرشادات فريق رعايتك الصحية.
- تناول طعام صحي - حسب إرشادات فريق رعايتك الصحية.
- تناول أدويةك على النحو الموصوف - تحدث مع طبيبك العام إذا كانت لديك أي أسئلة بشأن الأدوية.

متى يجب أن اتصل بطبيبي العام؟

اتصل بطبيبك العام إذا أصبت بأي من هذه الأعراض: الحمى، ضيق التنفس وخاصة عند المجهود أو الاستلقاء، الألم أو التورم عند مخرج الناسور أو القسطرة، والتقيؤ مع الإسهال أو من غيره.

ما هي أنواع الدعم المتاحة؟

تدير المنطقة الصحية المحلية لجنوب غرب سيدني عيادات متخصصة في أمراض الكلى في كل من مستشفى ليفربول وبانكستاون وكامبلتون وفيرفيلد. يساعدك فريق رعاية أمراض الكلى الطبي على التعامل مع غسيل الكلى بطرق عديدة، منها:

- خدمة عيادة ما قبل غسيل الكلى – توعية بخيارات العلاج
- عيادة النفاذ – تقييم إحداث الناسور/ أو إدخال القسطرة والإعداد لذلك والمتابعة
- وحدات غسيل الكلى – تعمل وحدات غسيل الكلى من الاثنين إلى السبت
- وحدات العلاج المنزلي – دعم إجراءات غسيل الكلى في المنزل
- علم النفس السريري – تقديم دعم في مجال الصحة النفسية للمصابين بمرض الكلى المزمن
- الرعاية الداعمة – للمساعدة في التعامل مع الأمور التي تؤثر على جودة الحياة
- الخدمة الاجتماعية – المساعدة في مجال الصحة النفسية والرفاهية الاجتماعية
- علم تنظيم التغذية – دعم وتوعية بالنظام الغذائي

تحدث مع طبيبك العام بشأن الإحالة إلى عيادة الكلى التابعة للمنطقة الصحية المحلية لجنوب غرب سيدني أو اتصل بالعيادة مباشرة على الرقم ٣٧١٨ ٨٧٣٨.

ما الأسئلة التي يمكن أن أطرحها على طبيبي؟

ما الأعراض التي يجب أن أكون مدركاً لها؟

ما هي النشاطات التي يجب أن أتفادها؟

ما هي أفضل الطرق للتأقلم مع غسيل الكلى؟

كيف يمكنني الحفاظ على صحتي وأنا أقوم بغسيل الكلى؟

هل لا يزال بإمكانني السفر وأنا أقوم بغسيل الكلى؟

أين يمكنني العثور على المزيد من المعلومات؟

تقدم منظمة صحة الكلى الأسترالية المعلومات والدعم بشأن التعامل مع غسيل الكلى، ويمكنك الاطلاع على موقعها على الإنترنت kidney.org.au للحصول على مجموعة من الموارد