

Chạy thận

Khái niệm chung

Thận lọc máu trong cơ thể. Thận loại bỏ các chất thải có thể gây hại cho các cơ quan quan trọng của quý vị theo thời gian. Khi thận của quý vị có vấn đề, máu không còn được lọc đúng cách và điều này có thể ảnh hưởng đến sức khỏe của quý vị. Chạy thận giúp lọc máu cho quý vị.

Nếu không được ghép thận, quý vị sẽ phải chạy thận trong suốt phần đời còn lại của mình. Tuy nhiên, mục tiêu là giúp quý vị có một cuộc sống bình thường và năng động nhất có thể.

Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì vào lúc này?

Việc chạy thận được quản lý chủ yếu bởi bác sĩ chuyên khoa thận và đội ngũ chăm sóc thận của quý vị. Bác sĩ gia đình cũng đóng vai trò quan trọng trong quá trình chăm sóc liên tục của quý vị bao gồm:

- Phối hợp với các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc khác nhau
- Giúp quý vị tiếp cận với các nguồn lực về sức khỏe khác, chẳng hạn như các chuyên gia dinh dưỡng

Bác sĩ cũng có thể giúp quý vị kiểm soát các biến chứng của quá trình chạy thận, chẳng hạn như:

- Trợ giúp về các bệnh nhiễm trùng và các vấn đề về ống thông y tế
- Kiểm soát các vấn đề về sức khỏe và thuốc khác
- Giúp quý vị đăng ký các khoản thanh toán cho người chăm sóc, nhà ở và chỗ đậu xe cho người khuyết tật

Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì sau đó?

Vai trò của bác sĩ gia đình là tiếp tục chăm sóc mọi vấn đề sức khỏe khác, có liên quan hoặc không liên quan đến quá trình chạy thận của quý vị. Họ cũng có thể theo dõi/kiểm tra:

- Huyết áp và nhiệt độ
- Cân nặng và các dấu hiệu phù nề
- Độ sâu và nhịp của hơi thở

Bác sĩ cũng sẽ hoàn thành các lần khám sức khỏe thường xuyên, chẳng hạn như sức khỏe tim mạch, tiêm chủng và tầm soát ung thư.

Tôi nên làm gì?

Mục tiêu của việc chạy thận là giúp quý vị sống một cuộc sống bình thường và năng động nhất có thể. Quý vị có nhiều khả năng đạt được điều đó hơn nếu quý vị:

- **Đến các cuộc hẹn** – với bác sĩ gia đình, bác sĩ chuyên khoa và các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác của quý vị
- **Thực hiện các hoạt động hàng ngày giúp quý vị luôn kết nối với mọi người** – gặp gỡ bạn bè và gia đình, làm việc, tham gia công việc tình nguyện và du lịch
- **Sống năng động** – tập thể dục thường xuyên theo chỉ dẫn của đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị
- **Ăn theo chế độ ăn uống lành mạnh** – theo chỉ dẫn của đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị
- **Dùng thuốc theo kê toa** – hãy nói chuyện với bác sĩ gia đình nếu quý vị có bất kỳ thắc mắc nào về thuốc của mình.

Các dạng chạy thận

Chạy thận nhân tạo:
Máu được bơm ra khỏi cơ thể quý vị, được làm sạch và truyền lại bằng máy

Thẩm phân phúc mạc:
Một chất lỏng được gọi là dịch lọc được rửa sạch trong và ngoài ổ bụng của quý vị theo chu kỳ

Loại chạy thận phù hợp với quý vị sẽ phụ thuộc vào lối sống và nơi sống của quý vị

Khi nào tôi nên liên lạc với bác sĩ gia đình của mình?

Hãy liên lạc với bác sĩ nếu quý vị có bất kỳ triệu chứng nào sau đây: sốt, thở hụt hơi, đặc biệt là khi gắng sức hoặc nằm xuống, đau hoặc sưng ở lỗ rò hoặc đường ra của ống thông y tế, nôn mửa và/hoặc tiêu chảy.

Chạy thận

Có những dịch vụ hỗ trợ nào?

Khu Vực Y Tế Địa Phương Tây Nam Sydney (South Western Sydney Local Health District, SWSLHD) điều hành các phòng khám chuyên khoa về thận tại các bệnh viện Liverpool, Bankstown, Campbelltown và Fairfield. Các đội ngũ chăm sóc sức khỏe thận làm việc theo nhiều cách để giúp quý vị kiểm soát quá trình chạy thận, bao gồm:

- Dịch Vụ Phòng Khám Trước Khi Lọc Máu – giáo dục về các lựa chọn điều trị
- Phòng Khám Tiếp Cận – đánh giá, chuẩn bị và theo dõi lỗ rò/đặt ống thông y tế
- Đơn Vị Chạy Thận – các đơn vị chạy thận hoạt động từ Thứ Hai đến Thứ Bảy
- Đơn Vị Trị Liệu Tại Nhà – hỗ trợ chạy thận tại nhà
- Tâm Lý Học Lâm Sàng – cung cấp hỗ trợ chăm sóc sức khỏe tâm thần cho những người mắc bệnh thận mạn tính
- Chăm Sóc Hỗ Trợ – giúp kiểm soát các vấn đề ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống của quý vị
- Công Tác Xã Hội – trợ giúp về sức khỏe tâm thần và phúc lợi xã hội
- Chế Độ Ăn Kiêng – hỗ trợ dinh dưỡng và giáo dục

Hãy nói chuyện với bác sĩ gia đình của quý vị về việc giới thiệu đến phòng khám thận SWSLHD hoặc liên lạc với phòng khám theo số **8738 3718**.

Tôi nên hỏi bác sĩ của mình gì?

- Làm thế nào tôi có thể thích ứng tốt nhất với cuộc sống chạy thận?
- Tôi nên chú ý những triệu chứng nào?
- Làm cách nào để tôi có thể sống khỏe mạnh trong khi chạy thận?
- Tôi nên tránh những hoạt động nào?
- Tôi có thể vẫn đi du lịch khi đang chạy thận không?

Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

Cơ quan Sức Khỏe Thận Úc cung cấp thông tin và hỗ trợ về việc kiểm soát chạy thận. Để biết thêm về các nguồn lực khác, hãy truy cập trang mạng kidney.org.au

Thông tin này dành cho người đã được bác sĩ chẩn đoán bệnh. Thông tin này không được soạn ra để dùng chẩn đoán bệnh hoặc thay thế cho việc chăm sóc y tế liên tục

Danh Mục Nguồn Lực Y Tế là sáng kiến của Mạng Lưới Y Tế Cơ Bản Tây Nam Sydney

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY

An Australian Government Initiative