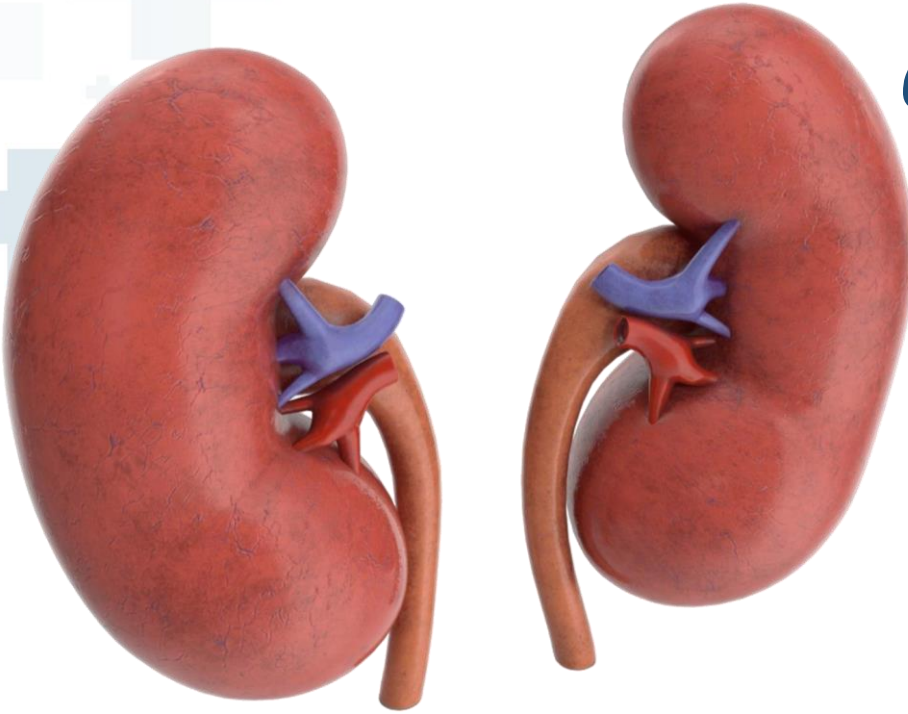


Hemodialysis

غسيل الكلى



Patient
Education Leaflets

 961 7 723 111

 HHUMC.ORG.LB

    HHUMCLB



Instructions for Hemodialysis Patients with a Dual-Lumen Hemodialysis Catheter

➤ Overview

- Hemodialysis is a procedure performed by a machine in which blood cleansing and filtration occurs: through removing waste products that are harmful to health and returning the cleaned and treated blood to the body thus maintaining control of blood pressure
 - A dual-lumen hemodialysis catheter helps clean your blood when your kidneys fail
 - Proper care concerning diet, medications, catheter care, and activity is essential to maintain stable health status as much as possible and to prevent complications, such as infections, clotting, or improper functioning of the catheter.
-

Catheter Care

1. Keep the catheter site clean and dry at all times.
2. Take a shower on the day you have dialysis. The nurse will take care of the dressing .
3. Protect the catheter site during showers or baths by covering it with a waterproof dressing in order not to allow water to go under the dressing and the catheter and get moist.
4. Wash the skin around the dressing with soap and water
5. Be aware of wearing a mask over your nose and mouth anytime the catheter is opened to prevent bacteria from entering the catheter and your bloodstream

Please strictly avoid doing the following :

- Exerting pressure over the catheter or pulling it.
- Removing or changing the dressing by your own
- Removing or manipulating the catheter clamps or caps.
- Removing the cap on the end of your catheter because air must not enter the catheter.
- **Touching the catheter unnecessarily** or allowing others to handle it without proper hygiene.
- Applying creams, powders, or ointments to the catheter site unless prescribed.
- sleeping on the side of your body where the catheter is inserted to prevent pressure or movement.
- Engaging in contact sports or activities that could risk injury to the catheter.
- heavy lifting or activities that could tug or pull on the catheter.
- swimming, as this increases the risk of infection and catheter patency.

Please Contact the Doctor in the Following Cases:

1. presence of signs of infection at the catheter site, such as redness, swelling, warmth, or discharge.
2. Fever, chills, or general malaise, which could indicate a systemic infection.
3. Unusual pain or discomfort around the catheter site.
4. Leaking or visible damage to the catheter or its components.
5. Sudden weight gain, swelling, or shortness of breath, which may indicate fluid overload.
6. Persistent itching or abnormal changes in skin color, which could signal electrolyte imbalances.
7. Any bleeding from the catheter site that does not stop with gentle pressure

➤ **please follow the instructions below concerning the diet :**

(Ensure to coordinate with a nutritionist)

1. Maintain your weight by combining a lifestyle of exercise and healthy, balanced eating.
2. Eat 3 regular meals a day, making sure dinner is 3 hours before bedtime.
3. Avoid fatty substances like ghee and butter, and replace them with oils such as olive oil, sunflower oil, corn oil, or use spray oil.
4. Opt for boiling, grilling, or steaming instead of frying.
5. Follow a diet rich in high-quality proteins like white meats (chicken and fish) instead of red meats, as they contain less fat.
6. Avoid phosphorus-rich foods such as:
 - Whole wheat and products made from whole grains (bread, toast)
 - Dry legumes (lentils, chickpeas, beans) and replace them with green legumes (peas, green beans, okra)
 - Seeds, nuts, and products made from them
 - Dairy products, especially yellow and processed cheeses and kishk
 - Red meats, organ meats, and fish with bones
 - Dark beverages (Pepsi, black tea)
7. Avoid potassium-rich foods (bananas, potatoes, tomatoes, dried fruits, lemons, parsley).
8. Avoid sodium-rich foods and choose sodium-free products.
9. Completely avoid using salt in food.
10. Reduce the amount of fluids consumed (please consult your doctor to determine the allowed daily fluid intake).
11. Avoid foods rich in spices, sauces, and hot foods to avoid feeling thirsty.
12. Consult your doctor about dietary supplements such as calcium and vitamin D to maintain bone health.
13. Try to reduce or avoid smoking, coffee, and alcohol.

Medications

1. Take all prescribed medications on time and never stop the medications by yourself.

2. Watch for side effects like nausea, dizziness, or swelling. Report these to your doctor right away.
3. If prescribed phosphate binders (to control phosphorus levels), take them with food to help your body manage phosphorus from the meal. (ask the doctor)
4. Store your medicines in a dry place, out of reach of children, and away from heat or sunlight.
5. Take the approval of your doctor about every medication such as , vitamins, or herbal remedies before taking it to check for possible contraindications or interactions that can affect your treatment.

Please do not do the following:

- **Skipping Doses:** Missing a dose can make your treatment less effective.
- **Adjusting Your Dose Without Asking Your Doctor:** Taking more or less medicine than prescribed can harm your health.
- **Stopping Taking Medicines Suddenly:** Stopping medicines without your doctor's advice can cause serious problems.
- **Taking Over-the-Counter Medications Without Checking:** Many medicines, like painkillers or antacids, can be harmful to kidney patients.

تعليمات لمرضى غسيل الكلى الذين لديهم قسطرة مزدوجة التجويف لغسيل الكلى

➤ نظرة عامة

- غسيل الكلى هو إجراء يتم خلاله استخدام جهاز لتنظيف الدم وتصفيته من خلال إزالة الفضلات الضارة وإعادة الدم النظيف إلى الجسم، مما يساعد في التحكم في ضغط الدم.
- يتم استخدام قسطرة مزدوجة التجويف لإجراء جلسة غسيل الكلى
- الرعاية المناسبة فيما يتعلق بالنظام الغذائي، الأدوية، العناية بالقسطرة، ضرورة الحفاظ على استقرار الحالة الصحية قدر الإمكان ومنع المضاعفات مثل العدوى، التجلط، أو سوء عمل القسطرة.

➤ العناية بالقسطرة

1. حافظ على مكان القسطرة نظيفاً وجافاً دائماً.
2. قم بالاستحمام في يوم جلسة الغسيل الكلوي. ستتولى الممرضة العناية بالضمادات.
3. احم موقع القسطرة أثناء الاستحمام باستخدام ضمادة مضادة للماء لتجنب ترطيب الضمادة أو القسطرة.
4. اغسل الجلد حول الضمادة بالماء والصابون.
5. احرص على ارتداء كمادة في كل مرة يتم فتح القسطرة لمنع دخول البكتيريا.

➤ يرجى تجنب القيام بما يلي:

- الضغط على القسطرة أو شدها.
- إزالة أو تغيير الضمادة بنفسك.
- إزالة أو التلاعب بمشابك أو أغطية القسطرة.
- فتح الغطاء الموجود في نهاية القسطرة. يجب عدم دخول الهواء إلى القسطرة.
- لمس القسطرة دون داع أو السماح للآخرين بالتعامل معها دون نظافة مناسبة.
- وضع الكريزمات أو المساحيق أو المراهم على موقع القسطرة إلا إذا تم وصفها.
- النوم على الجانب الذي تم إدخال القسطرة فيه لتجنب الضغط أو الحركة.
- ممارسة الرياضات الاحتكاكية أو الأنشطة التي قد تعرض القسطرة للإصابة.
- رفع الأشياء الثقيلة أو الأنشطة التي قد تسبب شد القسطرة.
- السباحة، حيث يزيد ذلك من خطر العدوى و الحفاظ على مكان القسطرة.

يرجى الاتصال بالطبيب في الحالات التالية:

1. ظهور علامات العدوى في موقع القسطرة، مثل الاحمرار، التورم، السخونة، أو الإفرازات.
2. الحمى، القشعريرة، أو الشعور العام بالمرض، مما قد يشير إلى وجود عدوى جهازية.
3. ألم أو عدم راحة غير عادي حول موقع القسطرة.
4. تسرب أو تلف مرئي في القسطرة أو مكوناتها.
5. صعوبة في جلسات الغسيل الكلوي، مثل تدفق الدم المنخفض عبر القسطرة.
6. زيادة الوزن المفاجئة، التورم، أو ضيق التنفس، مما قد يشير إلى زيادة السوائل.
7. الحكة المستمرة أو التغيرات غير الطبيعية في لون الجلد، مما قد يشير إلى خلل في الاملاح.
8. أي نزيف من موقع القسطرة لا يتوقف بالضغط الخفيف.

➤ يرجى اتباع التعليمات التالية بخصوص النظام الغذائي

(مع التأكيد على التنسيق مع اخصائية التغذية)

1. حافظ على وزنك عن طريق نمط حياة يدمج الرياضة والطعام الصحي والمتوازن
2. تناول 3 وجبات في اليوم بانتظام على ان تكون وجبة العشاء 3 ساعات قبل النوم
3. تجنب المواد الدسمة كالسمنة والزبدة واستبدلها بالزيوت كزيت الزيتون ,زيت دوار الشمس ,زيت الذرة , او استخدم الزيت البخاخ.
4. اعتمد طريقة السلق او الشوي او الطهي على البخار بدل القلي
5. اعتمد على نظام غذائي غني بالبروتينات ذات جودة بيولوجية عالية مثلا اللحوم البيضاء (الدجاج و السمك) عوضا عن اللحمة الحمراء لانها تحتوي على نسبة اقل من الدهون.
6. تجنب الأطعمة الغنية بالفسفور مثلا :
 - القمح الكامل و المنتجات المصنوعة من حبوب القمح الكامل (خبز , توست)
 - البقوليات الجافة (عدس, حمص, فاصوليا) واستبدلها بالبقوليات الخضراء (بازيلا, لوبيا, بامية)
 - البزور و المكسرات و المنتجات المصنعة منها
 - منتجات الحليب و خصوصا الاجبان الصفراء و المصنعة والكشك
 - اللحوم الحمراء, اللحوم العضوية, والاسماك التي تحتوي على حسك
 - المشروبات الداكنة (pepsi, الشاي الاسود)
7. تجنب الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم (الموز, البطاطا, البندورة, الفواكه المجففة, الليمون,البقدونس)
8. تجنب الأطعمة الغنية بالصوديوم اختار المنتجات الخالية من الصوديوم
9. امتنع نهائيا عن استخدام الملح في الطعام
10. قلل كمية السوائل المستهلكة (الرجاء مراجعة الطبيب لتحديد كمية السوائل المسموح بها في اليوم)
11. امتنع عن تناول المأكولات الغنية بالبهارات والصوصات والحر لتجنب الشعور بالعطش
12. راجع طبيبك بالنسبة للمكملات الغذائية مثلا (calcium , vit. D) للحفاظ على صحة و سلامة العظام
13. حاول التخفيف او الامتناع عن التدخين , القهوة والكحول

الأدوية

1. تناول جميع الأدوية الموصوفة في الوقت المحدد ولا تتوقف عن تناولها بمفردك .دون مراجعة الطبيب
2. راقب الآثار الجانبية مثل الغثيان، الدوخة، أو التورم. أبلغ طبيبك عنها فوراً.
3. إذا تم وصف مواد رابطة الفوسفات (للتحكم في مستويات الفوسفور)، تناولها مع الطعام لمساعدة جسمك على التعامل مع الفوسفور في الوجبة. (استشر طبيبك).
4. احفظ أدويةك في مكان جاف وبعيداً عن متناول الأطفال، وبعيداً عن الحرارة أو أشعة الشمس.
5. استشر طبيبك قبل تناول أي أدوية، فيتامينات، أو علاجات عشبية للتأكد من عدم وجود موانع أو تداخلات قد تؤثر على علاجك.