

اما این مواد غذایی را می توانید به میزان کم، قبل از جلسات دیالیز یا در ۳۰-۴۵ دقیقه اول دیالیز مصرف نمایید.

۳. از مصرف آب خورشت، آب گوشت، آب غذاها و آب کمپوت پرهیز نمایید.

اما این مواد غذایی را می توانید به میزان کم قبل از جلسات دیالیز یا در ۳۰-۴۵ دقیقه اول دیالیز مصرف نمایید.



۴. از سرخ کردن غذاها تا حد امکان پرهیزید. از روغن های جامد استفاده نشود و روغن مصرفی از نوع مایع باشد.

بیماری های کلیه وقتی به مراحل انتهایی نارسایی شدید می رسند صرف نظر از عامل ایجادکننده نارسایی و حاد یا مزمن بودن آن درمان مشابهی دارند. اصول درمان رعایت رژیم غذایی، مصرف برخی مکمل ها، پیوند کلیه و همودیالیز یا دیالیز صفاقی است.

اصول تغذیه در بیماران دیالیزی:

۱. مصرف نمک را کاهش دهید غذاها را به صورت کاملا کم نمک مصرف نمایید.

۲. از مصرف مغزها (شامل مغز بادام، پسته، فندق، گردو، تخمه، کنجد و غیره)، حبوبات، سویا، نان های سبوس دار (از جمله نان جو)، بیسکویت های سبوس دار (از جمله ساقه طلایی)، لبنیات، بستنی، دل، قلوه، جگر، مغز، سوسیس، کالباس و نوشابه به ویژه نوشابه سیاه پرهیزید.



تغذیه در نارسایی حاد کلیه (دیالیز)

تهیه و تنظیم:

واحد تغذیه بیمارستان علی ابن ابیطالب (ع)

واحد آموزش به بیمار

تابستان ۱۴۰۳

۵. حجم مایعات دریافتی را کاهش دهید.

حجم مایعات دریافتی معادل با : حجم ادرار روزانه بیمار + ۴ لیوان

۶. سیب زمینی را خرد کرده، ۸ ساعت در آب خیس کنید و چند بار آب آن را عوض کنید و سپس استفاده نمایید.

۷. از میوه ها و سبزیجات دارای پتاسیم کم و متوسط استفاده شود. سبزی و میوه های پر پتاسیم محدودیت مصرف دارند.



برخی از انواع میوه و سبزی با پتاسیم های مختلف در ذیل آورده شده است که میوه و سبزیجات پر پتاسیم برای بیماران کلیوی محدودیت مصرف دارند:

میوه های پر پتاسیم:

خرما- انجیر خشک- زردآلو تازه و کمپوت- شلیل- طالبی- پرتقال- موز- خربزه- گرمک- خرمالو- آب پرتقال - انار- کیوی- گلابی تازه- ازگیل

سبزی های پر پتاسیم:

اسفناج پخته- گوجه فرنگی- آب گوجه فرنگی - چغندر - قارچ پخته- بامیه- باقلا سبز- کرفس پخته- کدو حلواپی- سیب زمینی سرخ کرده یا آب پز - فلفل تند



میوه های دارای پتاسیم متوسط:

انگور- آناناس- گیلاس- توت فرنگی- سیب- شاه توت- کشمش- گریپ فروت- نارنگی- هلو- هندوانه- انبه- گوجه سبز- انجیر

سبزی های دارای پتاسیم متوسط:

اسفناج خام- بادمجان- بروکلی- پیاز- تربچه- ذرت- شلغم- کدو- کرفس خام- کلم پخته- گل کلم- نخود سبز- هویج پخته- هویج- سبزی خوردن- قارچ کنسرو یا تازه

میوه های دارای پتاسیم کم:

آب انگور- گلابی- لیمو شیرین- لیمو ترش زرد

سبزی های دارای پتاسیم کم:

لوبیا سبز- خیار پوست کنده- شاهی- کاهو- فلفل سبز- کلم خام