

مقدمه:

بیماری مزمن کلیوی که نارسایی مزمن کلیوی نیز نامیده می شود . سبب تخریب کلیه ها می شود. این بیماری پیشرونده و برگشت ناپذیر است. کلیه های شما یک بخش اساسی از بدن شما هستند. آنها وظایف مانند (کمک به حفظ تعادل مواد معدنی و الکترولیت هایی مانند) کلسیم، سدیم و پتاسیم)، را به عهده دارند. که در این بیماری کلیه ها قادر به انجام وظایف خود نمی باشد که فرد باید از دیالیز خونی یا صفاقی استفاده کند.

عوامل ایجاد کننده نارسایی کلیه عبارتند از:

- ۱- فشار خون بالا
- ۲- دیابت
- ۳- لوپوس
- ۴- بیماری ارثی کلیه پلی کیستیک
- ۵- سرطان
- ۶- گاه سنگ کلیه و..... اشاره کرد

استخوان یکی از بزرگترین اعضاء موجود در بدن است. اگر چه استخوان ممکن است عضوی ثابت به نظر برسد اما در واقع در سرتاسر حیات به صورت یک بافت زنده و فعال از نظر متابولیکی عمل می کند. این عضو به طور خارق العاده ای برای انجام عملکردهای حیاتی زیر طراحی شده است:

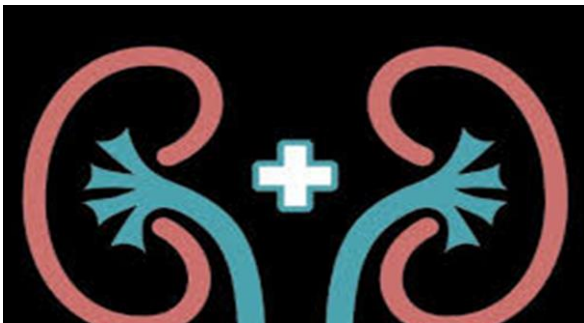
- ۱- فراهم آوردن حمایتی برای بدن
- ۲- حفاظت از سیستم خونساز و ساختمانهای موجود در داخل جمجمه ، لگن و قفسه سینه
- ۳- امکان پذیر ساختن حرکت از طریق فراهم آوردن اهرمها ، مفاصل و نقاط چسبندگی برای عضلات
- ۴- عمل کردن بعنوان ذخیره ای برای یونهای ضروری مثل کلسیم ، فسفر ، منیزیم و سدیم



بیماری مزمن کلیوی (باعث تخریب کلیه ها می شود). این پیشرونده و برگشت ناپذیر است. کلیه ها به حفظ تعادل مواد معدنی و الکترولیت های مانند: کلسیم، سدیم و پتاسیم کمک میکند. نقش مهمی در تولید سلول های قرمز خون بازی میکند و اسید و باز خون را متعادل میکند. پس اگر کلیه ها آسیب ببینند نمیتواند وظیفه خودش را بخوبی انجام دهد

بیماری آدینامیک استخوانی در ۴۰-۳۰٪ بیماران دیده می شود و علت آن درمان های پیرفسفاتمی توسط فسفات باندرهای حاوی کلسیم و مقلد های ویتامین دی می باشد که باعث افزایش کلسیم و تضعیف هورمون PTH می شود. بیماری آدینامیک استخوانی در بیماران مسن با دیابت و بیمارانی که با محلول های دیالیز صفاقی حاوی کلسیم بالا (۳/۵ میلی اکی والان در لیتر) دیالیز می شوند مشاهده می شود.

همچنین کاهش هورمون پاراتیروئید (هورمونی که از سطح کلیه ترشح میشود) باعث تشدید این بیماری میشود.





مجتمع تخصصی و فوق تخصصی فارابی

اختلال استخوان

(اختلالات متابولیکی)

واحد آموزش سلامت



کد شناسه: F-TEP1-99

تاریخ ابلاغ: ۹۵/۸/۱

تاریخ بازنگری: ۹۶/۸/۱

برخی عادت های رایج و اشتباه در رژیم غذایی:

مصرف زیاد نمک = مصرف زیاد نمک سبب از دست دادن کلسیم بدن می شود توصیه میشود برای طعم دار کردن غذا، به جای نمک از ترشیجات و ادویه استفاده شود.

غذاهای کنسروی و فرآوری شده، حاوی بیشترین میزان نمک هستند.

مصرف نوشابه = مصرف نوشابه سبب تضعیف استخوان ها می شود بهتر است به جای نوشابه و نوشیدنی های گازدار، از آب میوه طبیعی و شیر استفاده شود.

مصرف بی رویه قهوه = مصرف بی رویه قهوه برای استخوان ها مضر است قهوه، جذب کلسیم را کاهش می دهد. می توان جای را جایگزین قهوه کرد و البته در مورد جای نیز باید تعادل را رعایت کرد.

مصرف زیاد شکلات = مصرف زیاد شکلات برای استخوان ها مضر است

مصرف مقادیر بالای چربی، شکر، گوشت قرمز و غلات تصفیه شده مانند آرد سفید، نان سفید و ماکارونی برای استخوان ها مفید نیست.

استئودیسτροφی کلیوی مجموعه ای از اختلالات متابولیک استخوانی است که در افراد مبتلا به نارسایی مزمن کلیه ایجاد می شود. اختلالات اصلی بیماری استخوانی را می توان به مشکلات همراه با بازگردش بالای استخوانی همراه با و مشکلات همراه با نوسازی پایین استخوانی نام برد. (هم در نوسازی استخوان مشکل پیش می آید و هم در افزایش گرفتن املاح استخوان)

این عارضه یکی از مشکلات جدی دیالیز است که باید هرچه زودتر شناسایی شود.

مراقبت از استخوان:



-نداشتن رژیم غذایی حاوی نمک زیاد، نوشابه، قهوه، شکلات، مکمل ویتامین آ و غذاهای چرب و شیرین که استخوان ها را ضعیف می کند.