



ДЕПАРТАМЕНТ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
города МОСКВЫ



ГОРОДСКАЯ  
КЛИНИЧЕСКАЯ  
БОЛЬНИЦА №52



РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ МЕДИЦИНСКИХ  
СЕСТЕР

# ЖИЗНЬ С ХРОНИЧЕСКОЙ ПОЧЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ ДО ГЕМОДИАЛИЗА

---

**КАЛАШНИКОВА**

**Светлана Александровна**

медицинская сестра процедурной  
Отделения Гемодиализа дневного стационара  
ГБУЗ «ГКБ № 52 ДЗМ»



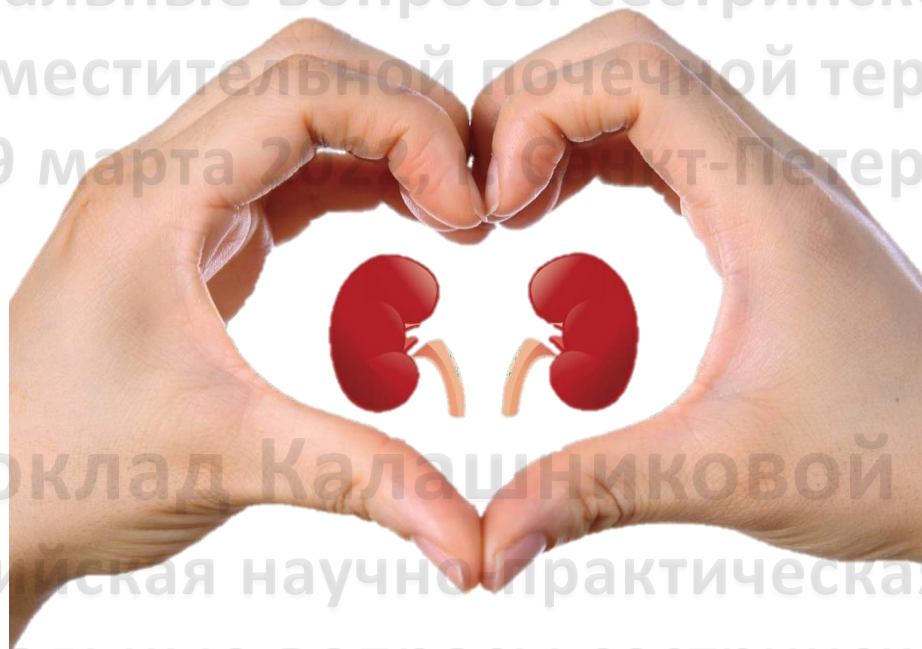
Доклад Калашниковой С.А.  
Если болезнь не на терминальной стадии, то пациенты ведут отличный от  
обычного образ жизни.

IV Всероссийская научно-практическая конференция

«Актуальные вопросы сестринского дела

в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург



Доклад Калашниковой С.А.

IV Всероссийская научно-практическая конференция

«Актуальные вопросы сестринского дела

в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

В чём особенности и какие изменения в привычном образе жизни пациента ?



## Доклад Калашниковой С.А.

IV Общероссийская научно-практическая конференция

«Актуальные вопросы сестринского дела  
в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

### Регулярный контроль уровня мочевины и креатинина в крови

При ХПН почки перестают выполнять свою функцию выведения продуктов обмена с мочой. Именно по уровню креатинина в крови оценивают функцию почек.

Высокий креатинин говорит о нарушении функции почек. Поэтому для проверки уровня этого продукта распада, важно регулярно сдавать анализы крови.

## Доклад Калашниковой С.А.

IV Общероссийская научно-практическая конференция

«Актуальные вопросы сестринского дела  
в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург





## Доклад Калашниковой С.А.

IV Общероссийская научно-практическая конференция

**Избегать  
высокой физической  
активности**

Физические нагрузки повышают уровень креатинина, который является конечным продуктом креатин-фосфатной реакции в мышцах при их энергетическом обмене.

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург



Высокие нагрузки повышают уровень креатинина, с которым и без того не работающие почки уже не справляются.

Доклад Калашниковой С.А.

IV Общероссийская научно-практическая конференция

«Актуальные вопросы сестринского дела

в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург



## Ограничить белковые продукты в питании



Для уменьшения нагрузки на почки ограничение белковых продуктов, количество грамм белка в сутки напрямую зависит от скорости клубочковой фильтрации, чем ниже скорость мл./мин., тем меньше белка.

Тогда как, при начале лечения ХПН гемодиализом, количество потребляемого белка увеличивают, так как в процессе диализа вымывается много важных компонентов и белок на почки влияет не так сильно.

- Черный хлеб
- Коричневый/ дикий рис
- Бобовые, овощи и несладкие фрукты
- Морепродукты
- Орехи
- Авокадо
- Оливковое масло (нерафинированное)
- Семена льна, кунжута тыквы и подсолнечника
- Цельнозерновые продукты



Вместо белков в рационе питания должно содержаться достаточное количество жиров и углеводов.

Основу составляют сложные углеводы, которые не повышают глюкозу и медленно всасываются, а также ненасыщенные жиры, полезные для сердца и сосудов.





## Соблюдать калорийность рациона

В диете при ХПН достаточно важна калорийность рациона.

Для восполнения всех витаминов и минералов, она должна составлять около 3000 ккал.

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург



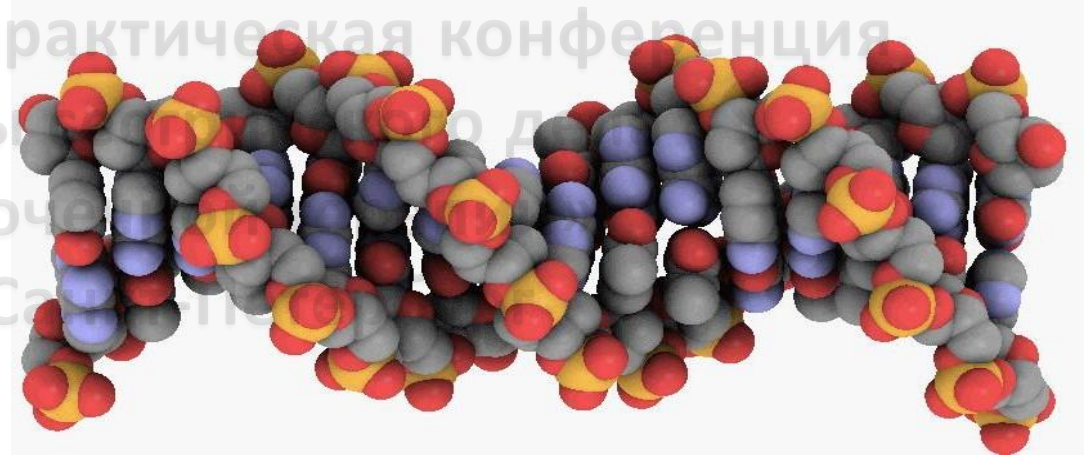
09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

## Доклад Калашниковой С.А.

IV Общероссийская научно-практическая конференция

### Контролировать поступление микроэлементов и воды

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург



Поскольку почки плохо работают, они не выводят калий, а от его избытка нарушается работа сердца.

Поэтому количество калия, поступающего с пищей, нужно контролировать.

Много калия содержится в картофеле и других овощах.

Чтобы снизить уровень калия, овощи перед употреблением нарезают и замачивают на 6 – 10 часов.

«Актуальные вопросы сестринского дела в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург





## Доклад Калашниковой С.А.

### IV Общероссийская научно-практическая конференция «Актуальные вопросы стринского дела в заместительной почечной терапии»

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

**Следить за уровнем фосфора. При ХПН он может привести к поражению костей и сердца.**



Продукт	Массовая доля P, %	Продукт	Массовая доля P, %
Картофель	0,06	Сыр «Чеддер»	0,52
Салат	0,03	Яйцо	0,22
Яблоки	0,01	Молоко	0,09
Апельсины	0,02	Говядина	0,20
Хлеб пшеничный	0,10	Овёс	0,40
Рыба	0,20	Кофе	0,38
Шоколад	0,23	Печень	0,50
Масло	0,02	Арахис	0,39
Макароны	0,16	Сыр плавленный	0,80



Фосфор содержится в белковой пище. Менее его содержится в растительной пище, но из растительной пищи фосфор хуже усваивается организмом.

Уровень фосфора снижается при термической обработке.

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

## Доклад Калашниковой С.А. Следить за питьевым режимом

Не менее важное правило питания при ХПН – следить за питьевым режимом.

Ежедневно, после опорожнения мочевого пузыря и кишечника необходимо взвешиваться.

Если вес резко увеличился, значит произошла задержка жидкости.

Подтверждением станет появление отёков, что потребует уменьшения количества выпиваемой жидкости.

При ограничении выпиваемой жидкости можно рассасывать кусочек льда.

С жаждой помогают справиться полоскание полости рта, леденцы и долька лимона.





## Контролировать артериальное давление



Доклад Калашниковой С.А.  
IV Общероссийская научно-практическая конференция  
«Актуальные вопросы сестринского дела  
в заместительной почечной терапии»  
09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

Следующий важный пункт – контроль артериального давления.

Контролировать АД, не допуская превышения показателей выше 140/90 мм. рт. ст.

Для этого в диете при ХПН снижают количество потребляемой соли до 2-3 г/сутки.

При выраженной гипертензии прекращают прием соли.

Стоит исключить продукты богатые натрием, содержащие так называемую скрытую соль, которая не ощущается на вкус.

Вместо соли можно использовать приправы, корицу, чеснок, лук.

Доклад Калашниковой С.А.  
IV Общероссийская научно-практическая конференция  
«Актуальные вопросы сестринского дела  
в заместительной почечной терапии»  
09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

## Образ жизни пациента с ХПН полон ограничений, но это помогает долгое время поддерживать организм в нормальном состоянии



Специалисты рекомендуют вести дневник питания, внося в него все употребляемые продукты.

Этот дневник в дальнейшем может быть полезен врачу, который сможет скорректировать рацион, если вдруг состояние пациента ухудшилось.

09 марта 2022, г. Санкт-Петербург



Немаловажную роль в введении пациентов с ХПН играет сестринский уход, который включает:

Информативную помощь пациенту:

- своевременное проведение лабораторных исследований;
- корректное ведение дневников питания и АД;
- рекомендации по физическим нагрузкам.

Создание позитивного психологического настроения:

Медицинская сестра оказывает психологическую поддержку пациенту и членам его семьи.



Все эти советы помогут предотвратить повышение креатинина, ухудшение работы почек и позволят улучшить качество жизни пациента.

Однако нужно помнить, что представленная информация носит общий характер.

Для получения индивидуальных рекомендаций, необходимо наблюдаться у врача-специалиста.

# БЕРЕГИТЕ ПОЧКИ !

IV Общероссийская научно-практическая конференция  
«Актуальные вопросы сестринского дела  
в заместительной почечной терапии»  
09 марта 2022, г. Санкт-Петербург

# Спасибо за внимание !

