

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا	 بیمارستان موسی بن جعفر(ع) قوچان
	عنوان سند: چگونه با گرفتگی عضلانی حین دیالیز مقابله کنیم	
شماره سند: M.04.N-H/18 تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۰۷/۰۵		
شماره بازنگری: ۱ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۷/۰۵		
شماره ویرایش: ۱ تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۰۷/۰۵		

چگونه با گرفتگی عضلانی حین



دیالیز مقابله کنیم؟

با رویکرد خود مراقبتی به مددجو



در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری خود می

توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت ۸ تا ۱۲ با

کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید.

شماره تلفن کلینیک پرستاری:

۱۴-۴۷۲۳۳۴۱۲ داخلی ۲۲۷

در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش

بستری خود تماس بگیرید.

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را*

اسکن نمایید



منبع:

۱. کتاب مرور الگوریتمی بر همودیالیز، نویسنده مریم جلال

زاده-۱۳۹۰

۲. مبانی همودیالیز برای پرستاران-نویسنده جودیت زد.

کالنباخ-مترجم: دکتر و پرهروز برومند

۳. <https://www.hamshahrionline.ir/>

آموزش مقابله با گرفتگی عضله

۱- بالا بردن سدیم غلظت محلول دیالیز

۲- کاهش سرعت انجام دیالیز

۳- در صورت پایین بودن فشار خون ، بالا بردن

پاها تا ۳۰ درجه

۴- در فواصل بین دو دیالیز افزایش وزن خود را

محدود کنید و سعی کنید کمتر از یک

کیلو گرم در روز باشد .

۵- سعی کنید در بین جلسات دیالیز از وزن گیری

زیاد پرهیز نمایید

۶- دیالیز آهسته ولی طولانی تر مانع بروز افت

فشار خون و کرامپ عضلانی می شود .

۷- از مایع دیالیز بی کربناتی استفاده کنید .

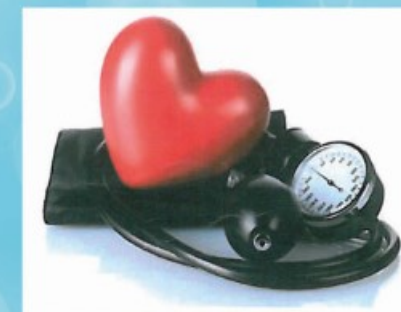
۸- در صورت بروز گرفتگی عضلانی از کمپرس

گرم و ماساژ عضلانی اندام مبتلا استفاده شود .



افت فشار خون

شایع ترین عارضه حاد دیالیز بوده و در خانم ها بیشتر از آقایان رخ می دهد .



علل :

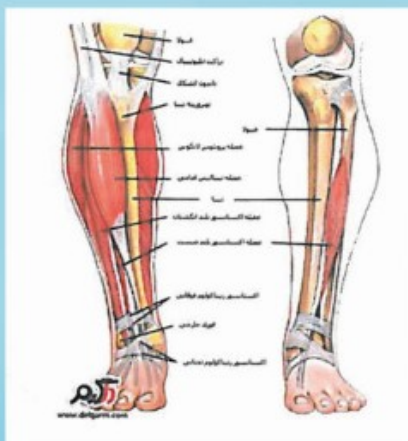
- ۱- از دست دادن زیان مایعات طی دیالیز
- ۲- خونریزی
- ۳- افزایش وزن بیش از حد بین دو جلسه دیالیز
- ۴- مصرف غذا حین دیالیز
- ۵- سن بالا

علائم :

تهوع ، استفراغ ، بی حالی ، گرفتگی عضلانی ، کاهش هوشیاری

آموزش مقابله با افت فشار خون

- ۱- مصرف کمتر غذا حین دیالیز
 - ۲- افزایش وزن بین دو دیالیز از نیم تا یک کیلو گرم باشد .
 - ۳- دارو های ضد فشار خون ، بعد از دیالیز مصرف شود .
 - ۴- پایین آوردن درجه حرارت محلول دیالیز
 - ۵- استفاده از مایع دیالیزی بی کربناتی
 - ۶- استفاده از صافی مناسب
 - ۷- پوزیشن مناسب (پاها بالاتر از تنه)
 - ۸- کاهش دور پمپ
- مهمترین عوامل پیشگیری تعیین دقیق وزن خشک است
- ### گرفتگی عضلانی (کرامپ عضلانی)
- کرامپ عضلانی (گرفتگی عضله) یکی از مشکلات شایع در بیماران همودیالیز در حین و بعد از دیالیز است .
مهمترین علل آن را از دست دادن وزن خشک و پایین آمدن فشار خون و کماهای سدیم خون می باشد .



علل :

- ۱- کاهش فشار خون
- ۲- بیماران زیر وزن خشک
- ۳- استفاده از صافی بزرگ
- ۴- کاهش منیزیم (mg)
- ۵- کاهش کلسیم (ca)
- ۶- کاهش ویتامین E
- ۷- بیماری که تحت دیالیز خشک می باشد
- ۸- کاهش اکسیژن
- ۹- از دست دادن سریع حجم