

# Информация для пациентов

диализного центра B. Braun Avitum



**B | BRAUN**  
SHARING EXPERTISE

## Введение

Все центры амбулаторного диализа, входящие в Группу компаний Б. Браун Авитум (B. Braun Avitum), совместно с государственной службой здравоохранения России работают в области оказания услуг по нефрологическому профилю и заместительной почечной терапии. Наш главный офис зарегистрирован по адресу: 199178, Санкт-Петербург, 18-ая линия В.О., дом 29, литер 3, офис А511. Представительство ООО «Б. Браун Авитум Руссланд» в Москве находится по адресу: 199226, Москва, ул. Баркляя, дом 6, строение 26.

В центры Б. Браун Авитум обращаются пациенты, которые получили от своего нефролога направление на процедуры диализа, а также назначение о приёме соответствующих медицинских препаратов и соблюдении определённой диеты. Лечение в центрах проводится под наблюдением главного врача центра, квалифицированной главной медицинской сестры и команды квалифицированных специалистов, включая специалистов из Санкт-Петербурга и Москвы.

В этой брошюре Вы можете найти информацию о том, какие услуги мы предоставляем, и как наше взаимодействие может повысить качество Вашей жизни.

**B | BRAUN**  
SHARING EXPERTISE

## Содержание

Информация о диализном центре.....	1
Наши обязательства.....	2
Ваш вклад.....	3
Личная медицинская информация.....	3
Посетители центра.....	4
В случае пожара.....	4
Безопасность.....	5
Предложения и жалобы.....	5
Как добраться до центра.....	6
Использование диализного кресла.....	7
Вы приносите собственное одеяло.....	7
Питание в центре.....	8
Инфекционный контроль.....	8
Что такое диализ.....	9
Вы на диализе.....	14
Диета.....	15
Что показывают результаты Ваших анализов крови.....	20
Понимание врачебных назначений.....	22
Адаптация к диализу.....	22
Советы для тех, кто о Вас заботится.....	23

## Информация о диализном центре

Команда диализного центра состоит из управляющего менеджера (или директора), главного врача, врачей нефрологов, старшей медицинской сестры, медсестёр, санитаров и инженеров. Также многие другие специалисты могут сотрудничать с центром, например, хирурги по сосудистому доступу, трансплантологи, клинические нефрологи, эндокринологи и другие специалисты. Если Вы не знаете, кем именно является специалист, работающий с Вами, спросите у своей медицинской сестры. Когда Вы становитесь пациентом нашего центра, за Вами закрепляется лечащий врач, который будет ответствен за Ваше лечение, и с которым Вы сможете обсуждать различные вопросы относительно режима диализа, результатов Ваших анализов крови, и всего того, что Вас интересует.

Запишите в таблицу ниже информацию о Вашем центре и медицинских специалистах, которая Вам может потребоваться.

Наименование центра:

---

Юридическое лицо:

---

Адрес:

---

Сайт:

[www.bbraun-avitum.ru](http://www.bbraun-avitum.ru), [www.mcp-bbraun.ru](http://www.mcp-bbraun.ru),  
[www.bbraun-dialysis.ru](http://www.bbraun-dialysis.ru), [www.bbraun-dialysis.com](http://www.bbraun-dialysis.com)

---

Телефон:

---

Телефоны экстренной помощи:

---

Контакты в нерабочие часы центра:

---

Часы работы:

---

Главный врач центра:

---

Ваш лечащий врач:

---

Ваша медсестра:

---

## Наши обязательства

Работа каждого центра, входящего в Группу Б. Браун Авитум, направлена на то, чтобы оказывать своим пациентам медицинскую помощь высочайшего качества и добиваться как можно более высоких результатов лечения. Для этого мы:

- относимся к Вам внимательно и с уважением;
- учитываем Ваши пожелания в отношении выбора времени процедуры диализа в соответствии с возможностью и правилами центра;
- обеспечиваем диализ в соответствии с текущими рекомендациями по адекватности диализа с учётом Вашего самочувствия и состояния;
- постоянно прикладываем усилия для улучшения качества оказываемой помощи;
- сохраняем конфиденциальность информации, которую мы получаем от Вас в процессе лечения;
- если Вы планируете поездку, стараемся помочь с информацией по организации диализа;
- поддерживаем в центре должную чистоту и соблюдаем гигиену для предотвращения заражения инфекциями;
- обеспечиваем внимательное отношение к Вашим жалобам и изменениям Вашего состояния. Эти вопросы не остаются без реакции со стороны нашего медицинского коллектива;
- начинаем процедуру диализа не позднее чем через 30 минут от назначенного Вам времени.

## **Ваш вклад, или что Вы можете сделать, чтобы помочь нам:**

- интересуйтесь результатами Ваших анализов и их взаимосвязью с результатами лечения;
- принимайте медицинские препараты, которые Вам назначаются;
- сообщайте медицинским сотрудникам о любых изменениях в жизнедеятельности организма, которые Вы чувствуете;
- придерживайтесь графика Ваших посещений и заранее предупреждайте сотрудников центра, если Вам необходимо перенести процедуру на другое время или другой день, что не всегда возможно;
- относитесь к другим пациентам и сотрудникам центра также уважительно, как они относятся к Вам, и как Вам самим хотелось бы, чтобы другие относились к Вам;
- в случае жалоб или недовольства другими пациентами или сотрудниками центра старайтесь использовать устные и письменные обращения к руководству центра, избегайте конфликтов и выяснения отношений.

## **Личная медицинская информация**

Одна из важнейших задач в нашей работе – хранение Вашей персональной информации и использование ее для обеспечения наилучшего качества лечения. Только те наши сотрудники, которые оказывают Вам помощь, имеют доступ к этой информации.

Информация о Вас очень важна и используется нами для следующих целей. Самое главное – для принятия решений по вопросам лечения. Также она необходима для всевозможных проверок со стороны контролирующих органов и решения административных задач, например, для организации для Вас трансфера в диализный центр и обратно домой на автомобиле скорой помощи, в случае необходимости и доступности данной опции. Везде, где возможно, мы сохраняем Вашу анонимность, за исключением клинических обстоятельств, которые непосредственно влияют на качество оказываемой Вам помощи. Все, кому мы передаём Вашу персональную информацию, обязаны сохранять ее конфиденциальность. Частично Ваши клинические данные анонимно передаются в Регистр РДО (Российского диализного общества), ресурс для развития медицинской помощи пациентам с заболеваниями почек, который поддерживается регуляторными органами управления здравоохранения.

Если Вы хотите узнать больше о том, как мы используем информацию о Вас, пожалуйста, обратитесь к своему лечащему врачу или главному врачу диализного центра.

## **Посетители центра**

Посетители могут приходить в центр гемодиализа строго в часы его работы. Необходимо сообщить администратору на стойке ресепшн о своём приходе и, если требуется, записаться в журнале посетителей. Проход посетителей, в том числе родственников пациентов в диализный зал должен быть согласован с главным врачом, или дежурным врачом, отвечающим за лечение в данной смене. Это необходимо, как для обеспечения Вашей безопасности, так и для удобства пациентов.

Поскольку пациенты очень восприимчивы к инфекциям, мы настоятельно не рекомендуем посещать диализный центр, если у Вас есть кашель, простуда или Вы недавно контактировали с больным ветрянкой. В этом случае будет безопаснее перенести свой визит на другие дни. С правилами, предусмотренными для посетителей центра, можно ознакомиться в зоне ожидания.

## **В случае пожара**

В центре соблюдаются правила противопожарной безопасности, поэтому во время Вашего первого посещения и далее периодически Вам будут напоминать правила пожарной безопасности. Курение строго запрещено во всех помещениях центра. Если Вы желаете ознакомиться с правилами пожарной безопасности, пожалуйста, обратитесь к своей медсестре. В случае пожара, что маловероятно, или необходимости эвакуироваться из здания центра, просим Вас следовать указаниям медперсонала в целях обеспечения Вашей безопасности. В экстренной ситуации Вас отключат от диализного аппарата и попросят подождать в безопасном месте.

## **Безопасность**

Мы не можем взять на себя ответственность за сохранность Ваших личных вещей. Рекомендуем Вам не приносить ценные вещи с собой в центр, а также не оставлять их в верхней одежде в гардеробе. Все ценные вещи, пожалуйста, держите при себе и не оставляйте без присмотра.

Внимательно относитесь к незнакомым людям, замеченным в центре. Если у Вас появились какие-либо подозрения, сообщайте о них нашим сотрудникам или охране. В центре не допускаются оскорбления и любые проявления агрессии и насилия.

## **Предложения и жалобы**

Мы признаем, что предложения, замечания и жалобы могут быть ценным источником информации для сохранения и улучшения качества медицинской помощи, которую мы предоставляем.

Если у Вас есть какое-либо предложение, пожалуйста, сообщите об этом руководству диализного центра, лучше в письменной форме. Мы готовы рассмотреть любые конструктивные предложения.

Если Вы остались чем-либо не удовлетворены в ходе пребывания в нашем центре, пожалуйста, сообщите об этом нам любым из следующих способов:

- обратитесь к директору центра или главному врачу, и они постараются отреагировать на Вашу жалобу соответствующим образом;
- поговорите с директором компании, которая управляет диализным центром. Для этого обратитесь к административному сотруднику центра, чтобы организовать этот разговор;
- Вы можете подать официальную жалобу в письменной форме на имя медицинского директора центров Б. Браун Авитум, в том числе по электронной почте [valery.shilo@bbraun.com](mailto:valery.shilo@bbraun.com). С полной информацией о процедуре подачи жалоб можно ознакомиться в зале ожидания или на ресепшн, а также обратившись к директору или главному врачу центра.



## Как добраться до центра

Право на транспортировку в центр и обратно на автомобиле скорой помощи определяется на основании медицинской необходимости и по решению Вашего лечащего врача, а также местных правил, установленных уполномоченными органами здравоохранения.

В отдельных регионах пациентам на гемодиализе могут предоставить автомобиль скорой помощи для поездки в диализный центр и обратно, когда они не в состоянии самостоятельно добраться до дома после диализа из-за осложнений или плохого самочувствия. Если у вас есть возможность организовать для себя транспорт самостоятельно, не обязательно пользоваться медицинским транспортом. В некоторых регионах органы соцзащиты компенсируют расходы на общественный транспорт или социальное такси. Сотрудники центра подскажут о наличии такой компенсации.

Поскольку транспортные услуги могут предоставляться и другим диализным пациентам, Вас могут предупредить о том, что в машине Вы поедете с другим пациентом или пациентами.

В случае, если Вы решили отменить предоставленную Вам машину и решили поехать в центр самостоятельно, пожалуйста, предупредите об этом заранее.

Если Вы опаздываете на назначенный транспорт, или, наоборот, опаздывает транспорт, пожалуйста, сообщите об этом в центр.

Важно помнить о том, что после диализа требуется как минимум 15 минут на восстановление прежде, чем отправиться домой. Поэтому при организации транспортных услуг, пожалуйста, назначайте время с учётом данного обстоятельства. Это необходимо для Вашей безопасности.

## **Использование диализного кресла**

Вам продемонстрируют, как пользоваться диализным креслом. Оно подключено к электросети и имеет электрическое управление. Кресла расположены в отдалении от стен, чтобы при раскладывании избежать повреждений.

Прежде, чем сесть на кресло или встать с него после диализа, пожалуйста, убедитесь в том, что:

- кресло расположено на правильной высоте, чтобы Вы могли безопасно сесть и затем встать с него;
- столик (если он есть) не мешает Вам сесть в кресло или встать с него;
- подлокотник поднят, а подножка опущена;
- колесики кресла заблокированы.

В целях медицинской безопасности не раскладывайте полностью кресло до начала диализа, так как медсестре будет сложно начать процедуру.

## **Вы приносите собственное одеяло**

В диализных залах поддерживается комфортная температура, однако, при необходимости, Вы можете принести с собой одеяло или покрывало, чтобы Вам было теплее и комфортнее во время диализа.

По соображениям медицинской безопасности, мы рекомендуем не накрывать одеялом руку с сосудистым доступом во время процедуры, чтобы медсестра могла за ним наблюдать.

Мы рекомендуем приносить лёгкое тканое одеяло или покрывало из хлопка или другой ткани, которая легко отстирывается.

Диализный центр не берёт на себя ответственность за стирку Вашего одеяла или покрывала. Если ткань будь испачкана кровью во время процедуры, её поместят в двойной пластиковый пакет прежде, чем Вы покинете диализный зал.

Необходимо регулярно стирать одеяло или покрывало. Стирка должна производиться не реже 1 раза в неделю. Во многих центрах в регионах с холодным климатом пледы и одеяла предоставляются Вам в индивидуальное пользование. Диализный центр не несёт ответственности за потерю Вашего одеяла (или покрывала) или за его повреждение. В связи с общим риском передачи инфекции, Ваше одеяло или покрывало не может храниться в зале между процедурами.

## **Питание в центре**

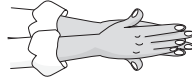
До и после процедуры Вы можете немного перекусить, например, выпить чай с печеньем (в центре установлены ёмкости с горячей водой). Также можно принести с собой бутерброд или что-нибудь подобное. В центре не поощряется обмен едой между пациентами. Также, пожалуйста, примите во внимание, что мы не располагаем возможностью подогреть или хранить еду, которую приносят пациенты.

## **Инфекционный контроль**

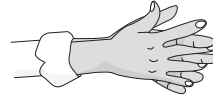
Поддержание здоровья – очень важный аспект в диализной терапии. Таким образом, соблюдение правил личной гигиены является ключевым компонентом в уходе за диализным доступом. В течение диализа инфекционный контроль направлен на предотвращение распространения инфекции. Основные принципы борьбы с инфекцией основаны на правилах, которым следуют все сотрудники. Вы также можете помочь, защитить себя, выполняя простые правила гигиены. До начала процедуры гемодиализа Вы должны обязательно вымыть место сосудистого доступа с применением жидкого антисептического мыла, а затем просушить его одноразовой бумажной салфеткой. Наиболее важным аспектом гигиены является тщательная обработка рук. На рисунках ниже проиллюстрировано, как мыть руки правильно. Перед входом в диализный зал и выходом из него рекомендуется обработать руки с применением специального кожного антисептика. Если Вы хотите узнать больше, пожалуйста, обратитесь к Вашей медсестре.



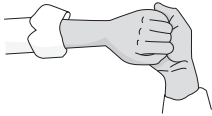
1: Потрите ладони



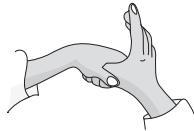
2: Потрите ладонью одной руки тыльную сторону другой руки, затем наоборот



3: Потрите ладони, скрестив пальцы



4: Потрите наружную сторону пальцев ладонью другой руки



5: Потрите большие пальцы круговыми движениями



6: Тщательно протрите ладони и тыльные стороны рук

## Что такое диализ

Существует два типа диализа: перитонеальный и гемодиализ. Ниже приведена краткая информация, которая поможет Вам сформулировать вопросы относительно Вашего лечения. Более подробно Вы сможете узнать о диализе у Вашего лечащего врача

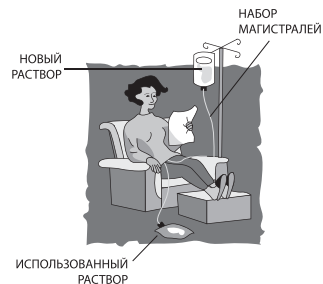
### Перитонеальный диализ

Перитонеальный диализ (ПД) использует естественный фильтр, мембрану внутри организма, которая называется перитонеальной или брюшной. В отличие от гемодиализа, пациенту не нужно ездить в диализный центр. Необходимо только пройти обучение тому, как самостоятельно делать диализ в домашних условиях.

Процедура ПД называется обменом. Пациент, находящийся на ПД, обычно проводит обмены 4-5 раз каждый день. При этом типе диализа кровь не выходит за пределы тела. Ниже приведены этапы ПД:

#### 1. Заливка.

Диализный раствор поступает в перитонеальную (брюшную) полость.



## 2. Задержка.

Пока раствор находится в брюшной полости, избыток жидкости и продукты жизнедеятельности проходят через перитонеальную мембрану и попадают в диализный раствор.

## 3. Слив.

Через несколько часов, диализный раствор выводится и замещается новым.

Если Вы хотите узнать больше о перитонеальном диализе, пожалуйста, обратитесь к Вашему врачу. Тем не менее, следует подчеркнуть, что в силу ряда клинических противопоказаний не всем пациентам показан перитонеальный диализ. Кроме того, наличие программ перитонеального диализа зависит от местных властей.

## **Гемодиализ**

«Гемо» означает кровь. Во время гемодиализа кровь очищается вне тела с помощью специального аппарата, который функционирует, как искусственная почка. Этот аппарат удаляет избыток жидкости и продукты жизнедеятельности из крови и возвращает ее очищенной в тело пациента. За один цикл вне организма находится примерно 237 мл (1 чашка) крови, хотя кажется, что значительно больше.

Вы не чувствуете, что Ваша кровь проходит через аппарат. Это происходит также, как при обычной циркуляции крови внутри тела.

Обычно люди приходят на процедуры гемодиализа три раза в неделю. Каждая процедура длится около 4 часов. Длительность зависит от индивидуальных особенностей. При подключении к аппарату пациент ограничен в передвижении. Обычно в это время пациенты общаются друг с другом, смотрят телевизор или читают. Подключение пациента к искусственной почке осуществляется через сосудистый доступ. Как правило, его создают хирургическим путем на руке, ноге или около ключицы. Через доступ кровь выводится из организма через иглы или центральный венозный катетер для очищения в аппарате «искусственная почка», а затем возвращается обратно в организм пациента. Существуют три типа доступа: артериовенозная фистула, искусственный сосудистый протез или катетер.

Наиболее часто встречаются АВ-фистулы. Фистула обеспечивает доступ для программного гемодиализа, через расширенную вену на предплечье или на плече. Для создания фистулы пациенту проводят небольшую операцию, которая обычно выполняется под местной анестезией. В процессе операции вена и артерия соединяются. Через 2-8 недель, вена увеличивается и становится достаточно мощной для проведения диализной процедуры.

**Основным отличием гемодиализа является необходимость проводить регулярные процедуры в гемодиализном центре.**

В основном гемодиализ проводят в диализном центре. Пациент приезжает в центр согласно оговорённому расписанию. Гемодиализ проводится при участии медсестёр и врачей. Пациент принимает на себя ответственность за посещение запланированных процедур, приём назначенных лекарств, а также соблюдение рекомендаций по питанию и употреблению жидкости.

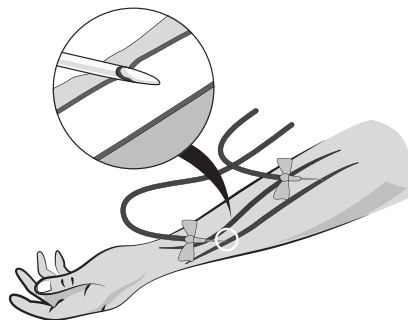
### ***Гемодиализ на дому***

За рубежом для некоторых пациентов возможно организовать гемодиализ в домашних условиях. Обучение гемодиализу на дому занимает 3 - 6 недель, и в нём принимают участие пациент и партнёр - обычно член семьи. Обучение гемодиализу, как правило, проводит медсестра в процессе нахождения пациента на процедуре гемодиализа в центре. Со временем, пациенту и партнёру передаётся больше полномочий в ходе процедуры. Некоторым людям гемодиализ на дому очень подходит. Этот вид диализа пока не получил распространения в России из-за непроработанных правовых вопросов.

## **Как работает фистула**

В процессе диализа две иглы вводятся в фистулу. Через одну иглу кровь выводится из организма для очищения. Через другую - возвращается обратно в тело пациента.

- С помощью пластиковых трубочек (магистралей) иглы соединены со специальным фильтром, который называется диализатором.
- Кровь прокачивается через диализатор с помощью насоса. Кровь проходит через одну сторону диализатора, а раствор, который поступает из аппарата, - через другую сторону фильтра.
- Кровь не смешивается с раствором. При этом, в раствор поступают из крови излишки жидкости и продукты жизнедеятельности. Этот процесс и называют диализом.
- Очищенная кровь возвращается обратно через пластиковую магистраль и вторую иглу.



Сосудистый протез – это другой тип доступа, который применяется в случае, если вены пациента очень малы и слабы, и создание фистулы затруднительно. Обычно протез представляет из себя гибкую синтетическую трубочку, которая соединяется с артерией с одной стороны, а с другой – с веной. Он размещается под кожей в руке или бедре и выглядит, как естественная вена. Кровь пациента проходит через такой протез также, как по естественным венам.

### ***Забота о фистуле***

- Старайтесь не носить тесную одежду или наручные часы на руке с фистулой. Каждый день проверяйте работает ли фистула (Вам покажут, как это делать).
- Немедленно обратитесь в диализный центр, если у Вас возникнут подозрения, что фистула не работает.
- Не измеряйте давление на руке с фистулой.
- Не позволяйте брать кровь на анализ из руки с фистулой (за исключением тех, которые берутся в диализном центре, или с одобрения диализного центра).
- Постарайтесь не спать самим и не позволять никому другому спать на руке с фистулой.
- Не носите тяжелые сумки в руке с фистулой.

### ***Центральный венозный катетер***

Иногда гемодиализ требуется срочно, и нет времени на то, чтобы создавать фистулу или протез, а также, чтобы ждать, пока вены окрепнут. В этом случае применяют катетер, который вводится в яремную вену на шее или в подключичную вену под ключицей, или в бедренную вену в паху.





## Вы на диализе

Ваш режим гемодиализа в начале будет довольно щадящим и постепенно, по мере наблюдения за Вами, сбора информации о Вашем состоянии и результатов анализов, будет изменяться. С началом процедур диализа организм начинает приспосабливаться к новым изменениям, и пациент обычно не испытывает головные боли.

В первые месяцы частота и продолжительность диализа может меняться, поскольку начатое лечение может влиять на остаточную функцию почек. Некоторые люди замечают увеличение диуреза, у других мочеиспускание прекращается. Организм каждого пациента реагирует по-своему.

Показатели мочевины, которые определяются до и после сеанса диализа, подставляются в специальные формулы и вычисляются индексы под названием  $KT/V$  и  $URR$ . Данные индексы позволяют определить достаточно ли для Вас доза диализа, чтобы сохранить Ваше здоровье на оптимальном уровне. При этом учитывается наличие мочи, отражающее остаточную функцию почек.

Уменьшение объёма мочи и даже полное прекращение мочеиспускания обычно наблюдается уже в первый год диализа, хотя при некоторых болезнях почек выделение мочи сохраняется в течение нескольких лет.

Пожалуйста, помните, что гемодиализ не является панацеей и не излечивает заболевание почек. Он является лишь заместительной терапией, помогающей сохранить жизнь, несмотря на утрату функции почек.

Длительность диализа в среднем составляет 12-13 часов в неделю, а это значит, что более 90% времени Ваш организм накапливает токсины, но не выводит их. Поэтому очень важно контролировать основные составляющие Вашего лечения. К этим составляющим относятся: соблюдение диеты, ограничение употребления жидкости и приём медицинских препаратов.

## Диета



Несмотря на то, что в процессе диализа из крови удаляются почти все продукты жизнедеятельности, Вы по-прежнему должны быть очень осторожны при выборе того, что Вы едите.

Цель диеты при гемодиализе – поддержать организм и при этом ограничить объём продуктов жизнедеятельности.

Как только Вы начали проходить процедуры диализа, Вам необходима консультация диетолога в отношении питания и потребления жидкости. В целом мы стараемся свести ограничения питания к минимуму.

Каждому пациенту в зависимости от особенностей его организма даются особые рекомендации. Об имеющихся особенностях судят по результатам анализов крови и изменениям веса. Анализ крови обычно берётся ежемесячно. Определение Вашего диуреза и прибавки веса между процедурами гемодиализа влияет на рекомендации относительно потребления жидкости (см. раздел о жидкостях).

### **Протеин (белок)**

После начала гемодиализа ограничение белка уже не требуется.

Белок важен для роста, восстановления тканей и борьбы с инфекцией. Полезно употребление в пищу белков хорошего качества, которые содержатся, к примеру, в нежирном красном мясе, птице, рыбе, яйцах. Vegetарианцы могут получить белок из таких продуктов, как бобы, зерновые и овощи.



Если Вашему организму не хватает белка, ваш диетолог может порекомендовать Вам принимать полезные пищевые добавки (вспомогательное питание).

## ***Натрий (соль)***

Вам, как правило, рекомендуется придерживаться низкосолевого диеты, что означает не добавлять соль в пищу за столом и использовать её по минимуму в процессе приготовления еды. Свежие продукты содержат меньше соли, чем полуфабрикаты. Ограничивайте их употребление и обращайте внимание на этикетки продуктов, особенно на содержание соли (натрия) в списке ингредиентов.

Не употребляйте заменители соли без согласования с Вашим диетологом. Натрий контролирует баланс жидкости, слишком большое потребление натрия может способствовать повышению артериального давления и увеличению жажды.

## ***Калий***

Это минерал, который содержится во многих продуктах, например, в таких, как фрукты и овощи (бананы, грибы и т.д.), а также в кофе и шоколаде.

Когда почки не работают в нормальном режиме, калий не удаляется из организма и избыток или недостаток калия может повлиять на работу сердца.

Организм каждого пациента индивидуален, поэтому лечащий врач или диетолог даст Вам особые рекомендации по питанию, чтобы уровень калия сохранялся на безопасном уровне.

## ***Фосфат***

Это еще один минерал, которые содержится во многих продуктах. Почки обычно сохраняют баланс фосфатов в организме, удаляя их избыток. Он необходим для поддержания здоровья костей. Высокий уровень фосфата может вызвать зуд и покраснение глаз. Постоянный высокий уровень фосфата может привести к повышению ПТГ (паратиреоидного гормона) и, как следствие, к повреждению костей.

Если уровень фосфата у Вас повышен, необходимо соблюдать низкофосфатную диету. Вам могут быть назначены фосфат-связывающие препараты. Диетолог даст Вам соответствующие рекомендации, например, по ограничению употребления ряда продуктов и приёму фосфат-связывающих препаратов в нужное время (вместе с едой).

### ***Кальций***

Кальций содержится в большинстве молочных продуктов. Он необходим для здоровья мышц и костей, однако его избыток тоже вреден. Рацион обычно не влияет на уровень кальция, однако, пожалуйста, избегайте лекарственных препаратов, содержащих кальций. Если Вам прописан карбонат или ацетат кальция, принимайте их только в рамках прописанной дозы и только во время еды.

### ***Употребление жидкости***

Одной из главных функций почек является поддержание жидкостного баланса в организме человека. При почечной недостаточности возникает проблема, как избавиться от излишней жидкости и избежать гиперволемии – увеличения объёма циркулирующей жидкости. Такое состояние может вызвать повышение артериального давления, повреждение кровеносных сосудов и даже привести к серьёзным последствиям для сердца.

Ограничение жидкости зависит от Вашего диуреза, который может уменьшаться с течением времени. Ваш диетолог скажет, сколько жидкости Вам можно употреблять.

Чтобы контролировать жажду, равномерно распределите всю жидкость, которую Вам можно выпить в течение дня, используя маленькие чашки. Вы также можете полоскать горло холодной водой, сосать кубики льда (помните, что лёд – тоже вода), или жевать резинку. Избегайте соли и солёных продуктов, например, чипсов, бекона, консервов, колбас и т.д., так как они усиливают жажду.

Помните о скрытых жидкостях (например, фрукты, вода для таблеток, подливки, заварные кремы, супы, молоко в кукурузных или овсяных хлопьях) и будьте осторожны.

### ***Сухой вес / Вес тела***

Для диализных пациентов важным параметром является «сухой вес». Сухой вес – это вес Вашего тела без избытка жидкости. Это также тот вес, который достигается после сеанса диализа, а по разнице веса перед следующей процедурой диализа можно определить прибавку жидкости, которую необходимо удалить в процессе диализа.

### ***Сколько жидкости можно употреблять***

Баланс жидкости для каждого пациента рассчитывается на основе диуреза плюс 500 мл за сутки. 500 мл примерно покрывает потерю жидкости через кожу и лёгкие. Прибавка в весе между процедурами не должна превышать 1,5-3 кг при однодневном перерыве и 2,5-3 кг при перерыве в 2-3 дня. Чем меньше Ваш вес, тем меньше должна быть междудиализная прибавка веса.



Удаление большого количества жидкости во время диализа может привести к плохому самочувствию, понижению артериального давления (гипотонии), головокружению и общему недомоганию. Поэтому важно контролировать употребление жидкости.

### ***Избыточный объём жидкости в организм***

Повышенное содержание воды в организме приводит к отёкам тела. Обычно сначала появляются отёки лодыжек, а затем начинает отекать всё тело выше и выше. Если это не лечить, жидкость начнёт накапливаться в лёгких, и это приведёт к угрожающему жизни состоянию, которое называется отёк лёгких. Отдышка является одним из его главных симптомов. Несколько таких эпизодов могут привести к проблемам с сердцем.

Мы можем попробовать удалить избыток жидкости во время диализа, но если пациент продолжает пить много жидкости, повреждения организма станут постоянными и приведут к хроническим заболеваниям сердца и дыхательных путей.

### ***Обезвоживание***

Если вы почувствуете слабость (понижение артериального давления), сопровождающуюся плохой переносимостью диализа (судороги в ногах, осиплость голоса, головокружение), которые сохраняются даже дома после диализа, пожалуйста, расскажите об этом Вашему врачу, так как это может означать, что Вам необходимо увеличить «сухой вес».

## Что показывают результаты Ваших анализов крови

Понимание результатов Ваших анализов крови может дать Вам следующее:

- Вы сможете самостоятельно оценивать эффективность Вашего лечения.
- Вы будете понимать некоторые из своих симптомов.
- Вы сможете сравнить Ваши результаты с нормой для пациентов на диализе.

Анализ Вашей крови должен проводиться ежемесячно. Врач сообщит Вам о результатах при Вашем желании. Понимание всех аспектов Вашего лечения является очень важным, и мы призываем Вас принимать в нём активное участие.

Исследуемый показатель	Уровень в крови	Дата					
Гемоглобин	>10 г/дл						
Калий	3,5-6,5 ммоль/л						
Альбумин	35-40 ммоль/л						
Кальций	2,2-2,6 ммоль/л						
Фосфат	1,1-1,8 ммоль/л						
Паратгормон	150-600 пг/мл						
Артериальное давление	См. ниже						
eKT/V	>1.2						

## ***Что значат все эти показатели?***

**Гемоглобин (Hb)** - вещество, которое содержится в красных кровяных тельцах и обеспечивает перенос кислорода в организме. Пониженный уровень гемоглобина, или анемия, вызывает усталость, отдышку и бледность. При развитии анемии требуется медикаментозная коррекция с помощью железа или инъекций эритропоэтина (ЭПО).

**Кальций и фосфат** являются самыми важными для костей минералами. При почечной недостаточности уровень фосфата обычно поднимается и может вызывать зуд. Кальций имеет тенденцию к снижению, но иногда также повышает. При повышении кальция и фосфора в крови, как правило, меняется и уровень паратормона (ПТГ), что приводит к нежелательной внескостной кальцификации (отложению кальция в сосуды, клапаны сердца, глаза, лёгкие).

**Альбумин** является важным белком крови. Низкий уровень альбумина может означать, что Вы недостаточно питаетесь или возможно перенесли воспалительное заболевание.

**Калий** - это минерал, который обычно удаляется почками или на диализе. Избыток или недостаток калия может привести к нарушениям сердечного ритма или сердечной недостаточности, что может быть опасно для жизни.

**Паратормон (ПТГ)** существенно повышается при почечной недостаточности, чтобы восстановить нормальный уровень кальция и фосфора. Это является одной из причин вторичного гиперпаратиреоза. Фосфат-связывающие препараты (например, карбонат кальция, севеламер), витамин D (например, альфа-кальцидол), кальцимитетики (цинакалцет) помогают предотвратить её развитие.

**Артериальное давление** - это кровяное давление, возникающее в артериях при циркуляции крови в организме человека. Высокое артериальное давление увеличивает риск инфарктов и инсультов, и лечится медицинскими препаратами. Норма артериального давления - ниже 140/90.



**Мочевина и креатинин** являются двумя основными продуктами жизнедеятельности, которые выводятся из организма человека почками. На основании показателей уровня мочевины и креатинина рассчитывается адекватность диализа – URR, Kt/V и CC. Полученные результаты дают нам представление о том, насколько хорошо проводится очистка Вашего организма.

## **Понимание врачебных назначений**

Важно понимать, почему Вам назначили те или иные лекарственные препараты. Спросите своего врача о препаратах, которые Вам назначены, для чего они нужны. Важно понимать, когда эти препараты нужно принимать. Вы также можете обсудить назначенные Вам лекарства с Вашим врачом.

Не принимайте купленные не официально лекарства и лекарства, которые не были одобрены Вашим врачом в диализном центре. Многие медицинские препараты можно принимать, только при условии, что Ваши почки функционируют нормально и смогут затем вывести вредные вещества из организма и, таким образом, людям с почечной недостаточностью они могут серьезно навредить.

## **Адаптация к диализу**

Привыкнуть и приспособиться к новому образу жизни диализного пациента непросто. Однако, всегда найдутся люди, которые смогут Вам помочь. Если Вам нелегко справиться со своим состоянием, поговорите об этом с врачом, который может дать нужный совет или подскажет к кому еще Вы сможете обратиться. Не стесняйтесь обращаться за помощью, которая может понадобиться Вам и Вашим родственникам. Существуют различные виды консультативной и практической помощи, доступные для диализных пациентов.

Помощь может носить практический характер, она доступна для инвалидов через местные органы социальной защиты.

Существуют добровольные организации диализных пациентов, которые также могут оказать Вам дополнительную поддержку. Такими организациями являются Нефро-Лига ([www.nephroliga.ru](http://www.nephroliga.ru)) и Новая Жизнь ([www.nefrohelf.ru](http://www.nefrohelf.ru)). Также дополнительную информацию вы можете почерпнуть на наших сайтах [www.bbraun-dialysis.ru](http://www.bbraun-dialysis.ru) и [www.bbraun-avitum.ru](http://www.bbraun-avitum.ru).

## **Советы для тех, кто о Вас заботится**

Помощь другому человеку может приносить огромное внутреннее удовлетворение, но временами возникают трудности и эмоциональные переживания. Важно не пренебрегать собственными делами и интересами, которые могут сказаться на Вашем здоровье. Мы можем дать Вам некоторые рекомендации по уходу за близким человеком.

Сотрудники центра признают важную роль, которую Вы играете в жизни пациента, и рады обсудить с Вами любые вопросы. Кроме того, есть специальные организации, которую могут оказать Вам поддержку. Такие организации, как Нефро-Лига или Новая Жизнь существуют, чтобы помогать и поддерживать тех, кто оказывает помощь людям, находящимся на диализе. Возможно, в ассоциациях диализных пациентов Вам смогут подсказать еще какие-нибудь сообщества, с которыми Вы могли бы взаимодействовать и к которым можно обратиться за поддержкой.

Важно, чтобы Вы пытались сохранить свои интересы и увлечения, а не поставили свою жизнь в режим паузы. Если человек, за которым Вы ухаживаете, не совсем понимает это, поговорите о своих переживаниях с персоналом диализного центра, и они смогут Вас поддержать.

Составители данной брошюры:

В. Ю. Шило, А.Б. Сабодаш, О.В. Жизневская, П. Шалинор, Е.Е. Мельник.

Группа компаний В. Braun Avitum®