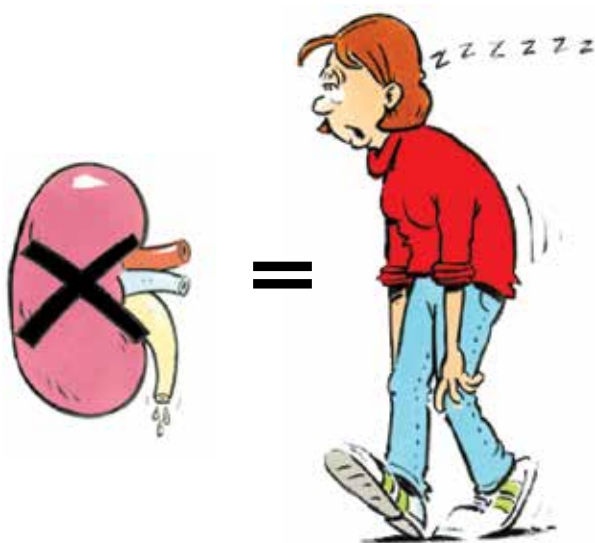


КАКВО ОЩЕ МОЖЕМ ДА НАУЧИМ ЗА ПЕРИТОНЕАЛНАТА ДИАЛИЗА?



↳ ЗАЩО СЕ НУЖДАЯ ОТ ДИАЛИЗА?



Здравите бъбреци работят 24 часа в денонощието, 7 дни в седмицата и поддържат баланса на Вашето тяло. Когато ние се храним или пием, има някои важни вещества, които попадат в кръвта и се използват като „гориво“, което ни дава енергия и ни поддържа в добро здраве. В храните има и някои вещества, от които нашето тяло не се нуждае и то трябва да ги отстрани. За това бъбреците са много важни, защото те задържат нужните за организма вещества и отстраняват ненужните. Когато бъбреците Ви заболяят, те спират да работят качествено. Ние трябва да намерим начин, който да замести функциите на здравите бъбреци.

Диализата е начин за пречистване на кръвта и за заместване частично на бъбречната функция. Тя ще помогне на Вашия организъм да задържи необходимите Ви вещества и да отстрани ненужните. Перитонеалната Диализа (ПД) и Хемодиализата (ХД) са два различни метода на лечение чрез диализа. Тези два метода пречистват кръвта, когато бъбреците Ви престанат да работят.



КАКВО Е ПЕРИТОНЕАЛНА ДИАЛИЗА(ПД)?



Това е метод на лечение, който работи вътре във Вашия организъм. ПД използва Вашия собствен перитонеум, за да замести функциите на бъбреците. Всеки от Вас има перитонеум и той представлява тънка еластична мембрана във вътрешността на Вашия корем, която покрива коремната стена и вътрешните(коремни) органи. Перитонеумът е много богато кръвоснабден, той е покрит с множество кръвоносни съдове. Чрез ПД остатъчните продукти и излишните течности се отстраняват от кръвния поток през перитонеума.

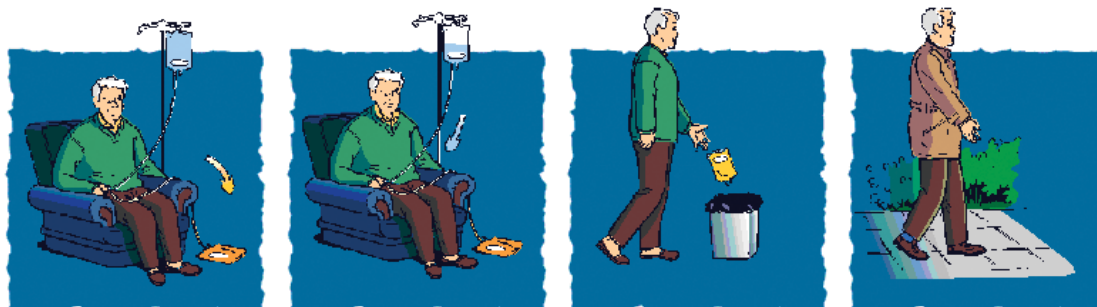


КАК ТОЧНО РАБОТИ ПД

При този вид диализа се използват специални разтвори за перитонеална диализа. Те се вливат в перитонеалната кухина чрез катетър. Този катетър представлява малка тръбичка, приблизително с размерите на молив, направена е от мека, флексибилна материя. Катетърът се въвежда през Вашата кожа близо до пъпа и единия му край се намира извън тялото. Другият край на катетъра е вътре в тялото, в пространство наречено перитонеална кухина. Този катетър служи за вливане и източване на разтвора. Диализата работи 24 часа, 7 дни в седмицата, за да придвижва остатъчните продукти и излишните течности от Вашата кръв през перитонеума към диализния разтвор. За да работи ПД, трябва да се извършват „смени“ всеки ден. Смяната представлява - източване на стария (използвания) диализат и вливане на нов разтвор. С други думи, Вие заменяте стария разтвор с нов. Тази манипулация е безболезнена и Вие ще бъдете обучени да я извършвате сами.



КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ПРОДЪЛЖИТЕЛНАТА АМБУЛАТОРНА ПЕРИТОНЕАЛНА ДИАЛИЗА (ПАПД)?



Една смяна се състои от няколко стъпки. Кои са те?

Източване (Дренаж) - Това означава да излеете разтвора, който се намира в перитонеалната кухина чрез Вашия перитонеален катетър. Разтворът е бил в перитонеалната кухина, пречистил е кръвта за около 4-6 часа. За да източите разтвора от перитонеалната кухина, трябва да отворите кламтата на трансфер-сета. Разтворът, който е наситен с отпадни продукти и излишни течности се гренира на принципа на гравитацията в една празна торба, която е поставена на чиста повърхност на пода в близост до Вас. Дренажът обикновено отнема 15-20 минути, като през това време Вие може да си четете, да гледате телевизия или просто да си почивате.

Вливане - Това означава да влеете нов разтвор в перитонеалната кухина. Първо Вие трябва да вземете нова, затоплена, торба с диализен разтвор и да я окачите високо над главата си. Също така може да използвате закачалка на стената или стойка за венозни системи. Когато отворите кламтата на трансфер-сета, по друга дълга тръбичка разтворът преминава през катетъра в перитонеума. Тази процедура се извършва с помощта на гравитацията и отнема около 10 минути. Медицинската сестра ще Ви покаже и обясни как точно се извършва процедурата. След вливането, Вие сте готови да се върнете към Вашите нормални ежедневни дейности.

Престой /Междинно време/ - Това означава, че трябва да оставите разтвора да престои в перитонеалната кухина и за да се извърши пречистването на кръвта Ви. Междинното време е времето, в което Перитонеалната Диализа се извършва (работи). Разтворът трябва да престои в тялото около 4-6 часа преди да бъде заменен с нов разтвор.

Процедурата по „смяната“ обикновено се повтаря на всеки 4-8 часа, което

прави 4 пъти на ден и 7 дни в седмицата. Вие може да извършвате „смяната“ в къщи, на работа или на друго място, което ще посетите. Всяка „смяна“ отнема около 30 минути.



КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА АВТОМАТИЧНАТА ПЕРИТОНЕАЛНА ДИАЛИЗА (АПД)?



При тази форма на лечение се използва машина, която извършва „смяната“ всяка вечер докато спите. Това лечение понякога се нарича CCPD - Продължителна Циклична Амбулаторна Диализа. След като включите машината, тя автоматично ще затопля разтвора, ще влива във Вашата перитонеалната кухина разтвор в точно определено количество и в точно определено време и след това ще го гренира. Това ще става докато Вие спите. Режимът на работа на машината се състои от цикли на вливане, междинно време/престой и грениране, които се повтарят няколко пъти през ноща.

Вашата медицинска сестра или лекар ще програмират машината в оптималния лечебен режим за Вас. Преди да започнете работа с машината Вие ще бъдете внимателно обучени за работа с нея в домашни условия.

На АПД, всичките необходими Ви „смени“ Вие ще извършвате през нощта. Преди ставане сутрин, много пациенти имат един цикъл на вливане с определено количество разтвор, което остава в перитонеалната кухина през деня. Това се нарича дневен престой - „daytime dwell“.



КАК ТОЧНО РАБОТИ АПД МАШИНАТА?



Машината, която ще използвате се нарича „сайкълър“, защото автоматично на цикли ще влива и гренира разтвор във Вашето тяло. Когато сте на АПД, Вие ще трябва да включвате машината веднъж преди лягане, да свържете торбите и трансфер-сета и сайкълъра ще прави всички смени докато спите. След това, когато се събудите всичко, което трябва да направите е да се разчлените от линиите и Вие сте свободен през целия ден.

При включване на машината Вие трябва да поставите торби с разтвори (2-3 торби), еднократна голяма гренажна торба и еднократен сет. Този еднократен сет има тръбички/линии, които служат за свързване на торбите с разтворите и за свързване с трансфер-сета.

Все повече пациенти избират АПД, защото лесно се работи с машината, а и имат повече свободно време, тъй като не правят смени през деня. Все пак Вашият лекуващ лекар ще прецени дали АПД е подходящ метод на лечение за Вас.

КЪДЕ ТРЯБВА ДА ПРАВЯ СМЯНАТА НА РАЗТВОРИТЕ - ИЗИСКВАНИЯ КЪМ ПОМЕЩЕНИЕТО, В КОЕТО ЩЕ ИЗВЪРШВАТЕ ПРОЦЕДУРАТА?

Помещението, където може да извършвате смяната може да бъде почти навсякъде. Това е едно от предимствата на ПАПД- Вие сте свободни да извършвате смяната на удобно за Вас място, а не на едно и също място всеки път. Когато избирате място за извършване на процедурата, трябва да спазвате следните правила:

1. Мястото, където ще правите смяната трябва да бъде чисто, сухо и далече от въздушно течение. Трябва да сте сигурни, че няма отворени прозорци, работещи вентилатори и климатици. Това ще намали количеството на микробите във въздуха.
2. Пространството трябва да бъде добре осветено, естествената слънчева светлина е за предпочитане. Ако използвате изкуствено осветление, то трябва да бъде силно.
3. Не трябва да допускате домашни любимци в стаята по време на процедурата. Както и, не трябва да бъдат допускани в стаята в която съхранявате материалите за ПД.
4. Дръжте вратата на помещението затворена докато извършвате смяната. Вие трябва да запомните тези правила, и когато правите избор на помещение, в което ще работите да се съобразявате с тях. Бъдете внимателни винаги за всяко нещо, когато извършвате смяната. Ако Вие подходите по-безотговорно, може да допуснете грешка и да замърсите някой от стерилните елементи по време на процедурата.

КАК ДА ПОДДЪРЖАМЕ ХИГИЕНАТА НА ТЯЛОТО?

Защо сме толкова загрижени за микробите?



Нормално в перитонеума не се намират микроби, т.е. той е стерилен. За да предпазите себе си и да избегнете получаване на инфекция, контакта с перитонеума трябва да бъде в стерилни условия.

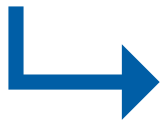
Когато работите, следните неща трябва да бъдат стерилни:

- Диализния разтвор
- Края на Y- конектора
- Края на трансфер-сета
- Мини-предпазната капачка
- Всяка игла и спринцовка, която използваме, за да въведем лекарство в торбата с диализата или да вземем материал за изследване

Три са входните врати за микробите:

- Y-конектора на торбата с диализния разтвор
- Края на трансфер-сета
- Външното пространство около катетъра

Понякога обстипацията може да е причина някои чревни бактерии да преминават в перитонеалната кунина.



ОТКЪДЕ ИДВАТ МИКРОБИТЕ?

Микробите са невидими за човешкото око, те могат да бъдат видяни само пог микроскоп. Дори и да не ги виждаме ние сме в непрекъснат контакт с милиони микроби всеки ден. Те са винаги около нас и обикновено са безобидни. Микробите живеят върху работните повърхности, по кожата, в устата и носа, по мебели, апаратура, всъщност те са навсякъде.

Микробите могат да се размножават много бързо и са опасни в голям брой, защото могат да причинят инфекция. Те обичат да се размножават на топло, напр. места като перитонеума, а попаднали в него те могат да причинят инфекция. Микробите не могат да се размножават на студени и сухи места. Това е причината да съхраним храната прясна в хладилника. Те не обичат чисти пространства, почиствани с антисептични разтвори.



КАК ДА СПРА РАЗПРОСТРАНЕНИЕТО НА МИКРОБИТЕ В ПЕРИТОНЕУМА?

Правете смените точно както са Ви учили, така ще сведете до минимум възможността за попадане на микроби в перитонеума. Вие трябва да следвате процедурата стриктно всеки път, когато правите смяна, за да намалите риска от получаване на инфекция. Винаги трябва да внимавате да не докосвате стерилните елементи по време на процедурата. Медицинската сестра ще Ви препоръча да използвате маска за лице като превантивна мярка за предпазване от микроби от устата и носа, които могат да попаднат върху Y-конектора и края на трансфер-сета по време на процедура.

Доброто измиване на ръцете преди всяка процедура е важно като предпазна мярка от инфекции. Винаги има микроби по Вашите ръце, особено в пространството под ноктите и между пръстите. Хубавото измиване на ръцете ще намали броя на микробите върху ръцете Ви и ще намали разпространението им. Медицинската сестра ще Ви покаже най-добрия начин за измиване на ръцете.

Запомнете, че дори когато Вашите ръце са много чисти, те никога не са стерилни и чисти от микроби. Миенето на ръцете ще премахне някои микроби, но не всички. Ако по време на процедурата Вие докоснете стерилни елементи или кихнете върху тях, трябва да спрете и да започнете от начало процедурата.

КАК ДА ПОДДЪРЖАМЕ ТЯЛОТО СИ ЧИСТО?

Много е важно да поддържате себе си и облеклото си чисти. Това ще намали броя на микробите по кожата Ви и около катетъра. Също така ще помогне да предпазите микробите от разпространяване в перитонеума по време на смяна и ще ги запази настрана от външното пространство около катетъра.

Вземането на душ е предпочитан начин за поддържане на тялото Ви чисто, когато сте с перитонеален катетър. Вие трябва да изберете, кога ще правите ежедневния тоалет на пространството около катетъра под душа или след това. Много важно за Вас е да поддържате Вашето тяло и пространството около катетъра чисти.

ЗАЩО ТРЯБВА ДА ИЗБЕГНЕМ ОБСТИПАЦИЯТА (ЗАПЕК)?

Микробите нормално се намират във вътрешността на червата помагат при смилането на храната. Когато сте с обстипация (запек), червата се препълват и трудно се изхождате по голяма нужда. Понякога бактериите или микроорганизмите в червата могат да преминат през чревната стена и да влязат в перитонеалната кухина и да причинят инфекция.

Затова е важно да вземете предпазни мерки за предотвратяване на обстипацията докато сте на ПД. Медицинската сестра и лекуващият лекар ще Ви дадат съвети за здравословно хранене или за медикаменти, ако запекът е проблем за Вас.

ЗА ДА ИЗБЕГНЕТЕ ИНФЕКЦИЯ МНОГО ВАЖНО Е ДА СПАЗВАТЕ СЛЕДНИТЕ ПРАВИЛА:

- Правете смяната винаги внимателно. Внимавайте да не кихнете или докоснете стерилни елементи.
- Поддържайте тялото и грехите си винаги чисти.
- Извършвайте процедурата винаги в чисти помещения.
- Избягвайте обстипацията.



ЗАЩО МИЕНЕТО НА РЪЦЕТЕ Е ТОЛКОВА ВАЖНО?

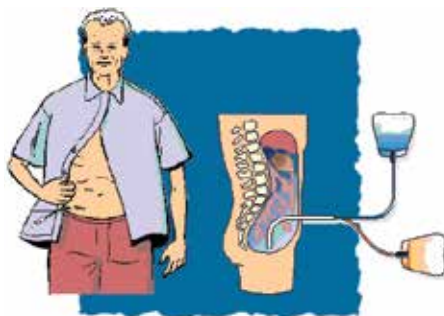


Микробите живеят по кожата, особено върху нашите ръце между пръстите и под ноктите. Вие бихте желали с измиването на ръцете да премахнете много от тях. Поради тази причина миенето на ръцете е много важна част от процедурата по смяната. Вие трябва да миете ръцете си добре с обилно количество сапун и вода преди всяка смяна и преди да почистите пространството около катетъра. Трябва да сте сигурни, че сте измили добре пространството между пръстите и под ноктите. Доброто измиване на ръцете Ви отнема всеки път около 1-2 минути. Подсушете ги внимателно със салфетка или кърпа за еднократна употреба. Не докосвайте нищо след като сте ги измили и изплакнали. Използвайте салфетка, когато затваряте крановете на чешмата. Много лесно е да забравите, че ръцете Ви са чисти и може да докоснете косата или лицето или пък да почешете носа си, ако това се случи Вие трябва отново да измиете ръцете си преди да почнете смяната.

Помнете, че дори когато ръцете Ви са чисти те не са стерилни! Вие не трябва да докосвате предмети, които са стерилни!



КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ПЕРИТОНЕАЛНИЯ КАТЕТЪР?



Перитонеалният катетър е тънка, мека тръбичка, с големината на молив, която трябва да бъде въведена в перитонеалната кухина с малка операция. Дължината на катетъра е около 30 сантиметра. Единият край на катетъра е въведен в перитонеалната кухина, няколко сантиметра се намират в подкожния тунел, след което катетърът излиза от Вашето тяло над кожата. Веднага след операцията мястото около катетъра може да бъде леко болезнено или зачервено. Малко количество кръв или чиста секреция около катетъра е нормално да има в началото. Това трябва да отшуми, когато мястото заздравява за около 1-2 седмици. Първо Вие ще имате малки шевове на кожата близо до външното пространство около катетъра. Те заздравяват за около седмица и остава малък белег.

Повечето от катетрите имат малки гупчици на тази част, която се намира в перитонеума. Тези гупчици помагат за вливането и гренирането на разтвора в перитонеума. Също така повечето от катетрите имат 1 или 2 маншона поставени около самия катетър и са разположени в перитонеума и под кожата. Тъканите срастват с маншоните и по този начин се намалява риска от изтичане на разтвор от перитонеалната кухина, както и попадане на микроби отвън в перитонеума. Ако маншона започне да се подава над кожата трябва да се обадите в диализния център. Маншоните придържат катетъра в точно определена позиция в перитонеалната кухина. Вашият лекуващ лекар ще Ви покаже точно кой тип катетър ще Ви постави. Вашият катетър ще позволи на диализния разтвор да се влее в перитонеума, след което ще оставите разтвора да престои достатъчно дълго време в него и след това ще го гренирате отново чрез катетъра. На края на катетъра, който се намира над кожата се поставя титаниевия адаптор, а той е свързан с Вашия трансфер-сет.



КАКВИ ГРИЖИ ТРЯБВА ДА ПОЛАГАТЕ ЗА КАТЕТЪРА?

Веднъж имплантиран, катетърът е нормално да бъде използван ежедневно за диализните процедури. Вие трябва внимателно да се грижите, за да не го инфектирате и да следите дали той функционира както трябва.

Важно е да запомните следните пет правила, както следва:

1. Винаги миете ръцете си преди да хванете катетъра. Помнете, че микробите могат да влязат в перитонеума през катетъра.
2. Винаги прикрепвайте катетъра към кожата си. Това е предпазна мярка за усукване и опъване на катетъра.
3. Не дърпайте и не усуквайте катетъра. Това може да причини възпаление на външното пространство около катетъра и да доведе до инфекция. Микробите около външното пространство около катетъра могат да влязат в перитонеума.
4. Никога не използвайте ножици в близост до катетъра. Ако случайно срежете катетъра си, микробите много лесно могат да влязат в перитонеума.
5. Грижете се ежедневно за външното пространство около катетъра. Вие трябва да намерите най-удобния за Вас начин за ежедневни грижи, докато вземате душ или след това.

Вашите ежедневни грижи за пространството около катетъра са много важни, за да не позволите разпространяването на микробите в това пространство. Външното пространство около катетъра е топло и влажно и създава добри условия за развитие на микробите, затова Вие трябва да го почиствате всеки ден. Медицинската сестра ще Ви даде съвети как да използвате стерилни марли и специален сапун. Винаги извършвайте внимателни движения, за да предпазите кожата. Почистването на кожата около катетъра става с кръгови движения, които винаги започват от изхода на катетъра и се движат към периферията.

Също така в диализния център ще Ви дадат съвети как да превързвате със стерилни марли пространството около катетъра. Това е друг начин да вземете предпазни мерки за разпространяването на микробите и да се предпазите от инфекция.



КАК ЩЕ РАЗБЕРЕТЕ, ЧЕ ИМАТЕ ИНФЕКЦИЯ И КАКВО ТРЯБВА ДА НАПРАВИТЕ?

Вие ще разберете, че имате инфекция на външното пространство около катетъра, като забележите някои от следните признаци:

- Зачервяване на външното пространство около катетъра.
- Оток на външното пространство около катетъра.
- Болезненост при докосване на външното пространство около катетъра.
- Гной около катетъра.

Ако забележите някои от тези признаци, Вие трябва веднага да се обадите в диализния център. Болезнеността при докосване говори и за вероятна „тунел“ инфекция. Няколко сантиметра от катетъра са разположени подкожно и този участък се нарича „тунел“. Именно този „тунел“ може да бъде инфектиран.



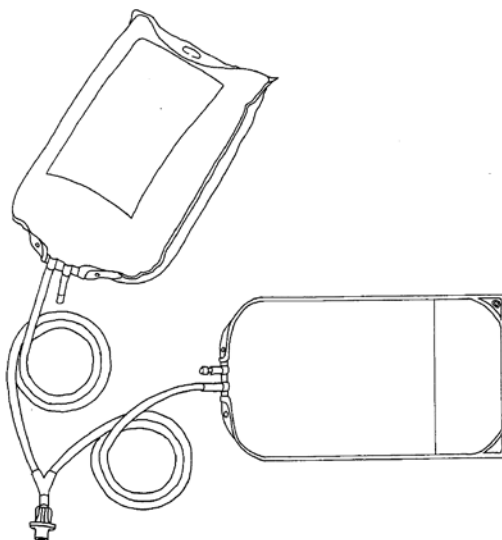
КАКВИ КОНСУМАТИВИ ЩЕ ИЗПОЛЗВАТЕ ПРИ ПД И КАКВО ТРЯБВА ДА ЗНАЕТЕ ЗА ВСЕКИ ОТ ТЯХ?

Има много и различни типове ПАПД системи, които се използват. Системата, която Вашият лекуващ лекар ще избере ще бъде най-подходящата за Вас. Вашата медицинска сестра ще Ви обясни подробно Вашия тип система. Има някои елементи, които са еднакви при всички типове системи за ПАПД. Тези елементи ще опишем в следващите редове.

Торбата с диализния разтвор - съдържа течност, която се влива в перитонеума и отстранява остатъчните продукти и излишните течности от кръвта. Тези торби могат да са с обем разтвор 2000 ml и 5000 ml. и с различна концентрация на Глюкоза 1,36%; 2,27%; 3,86%. Най-силен е разтворът с най-висока концентрация на Глюкоза (3,86%). Вашият лекуващ лекар ще избере най-подходящият за Вас обем и концентрация на разтвора за всяка смяна.

Разтворът вътре в торбите е стерилен, за да се запази торбата чиста тя е поставена в допълнителна опаковка. На торбата е отбелязан срок на годност, ако той е изтекъл Вие трябва да изхвърлите торбата. Преди да използвате торбата с диализния разтвор Вие трябва да я проверите за следните неща:

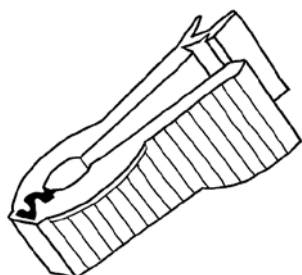
- Концентрация на разтвора (1,36%; 2,27%; 3,86%)
- Срок на годност
- Обем на разтвора
- Цялост на торбата



Диализните торби, които ще използвате са от типа т.н. система „двойна торбичка“ – състои се от пълна торба(с новия диализен разтвор) и празна, гренажна торба(за отгренения разтвор), от които излизат дълги тръби/линии за разтвора, съединени с Y- наконечник завършващ с цветна капачка с издърпващ ринг. След като го отстраните Вие свързвате системата с трансфер-сета. Не трябва да забравяте, че този ринг и накрайника са стерлни. Това е мястото от където разтвора преминава и не трябва да го докосвате или кихате върху него.

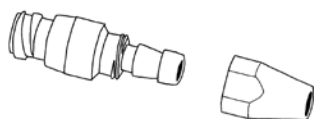
На всяка от торбите има по още един вход, който представлява къса тръбичка, която завършва с гумена запушалка. Този вход се използва за въвеждане на лекарства(хепарин, инсулин, антибиотици и др.), и съответно за вземане на материал от гренирания разтвор за изследване. Запомнете, че този вход е стерilen и не трябва да се замърсява. Медицинската сестра ще Ви обясни как да използвате този вход, за да добавяте медикаменти в диализата.

Клампи



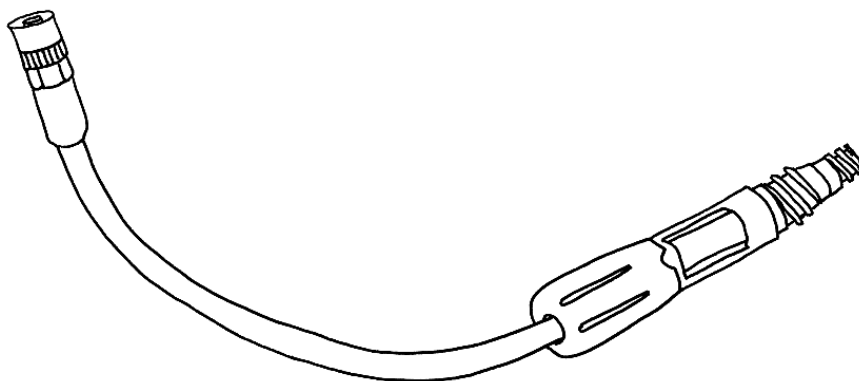
Те са изработени от синя пластмаса и служат за затваряне на всяка една от двете тръбички/линии на Y-наконечника. Тези клампи не са стерилни, но трябва да бъдат чисти и Вие може да ги миете със сапун и вода. Клампите се съхраняват в отворено положение, изправени, с отворената част надолу.

Титаниев адаптор



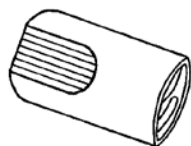
Той е с малък размер и заоблена форма и се състои от две отделни тела, които се съчленяват върху външния край на катетъра и стават едно цяло. Свързването става с помощта на резба и двоен обратен зъбец, който плътно прилепва към катетъра. В своя край завършва също с двойна резба, която служи за прикрепването на адаптора към трансфер-сета.

Трансфер-сет



При всички диализни системи на Baxter се използва трансфер-сет, за да предпазва Вашия катетър от замърсяване. Трансфер-сетът е непрекъснато свързан в единия си край с Вашия катетър, а Вие свързвате другия му край с Y-наконечника. Трансфер-сетът е много важен, защото намалява усукването и опъването на катетъра. Запомнете, че краят на трансфер-сета трябва да бъде стерилен и не трябва да го докосвате или опирате. След приключване на процедурата веднага поставяйте мини-предпазната капачка. Трансфер-сетът има въртяща се клампа, която служи за отваряне и затваряне и по този начин се пропуска и регулира потока на разтвора.

Мини-предпазна капачка



Когато завършите процедурата, Вие поставяте мини-предпазна капачка върху трансфер-сета. Във вътрешността на капачката има гъба, напоена с дезинфектант. Капачката е стерилна и Вие не трябва да докосвате вътрешността ѝ. Капачката Ви предпазва от попадането на микроби в трансфер-сета, а оттам и в перитонеума. Проверете срока на годност, отбелязан върху опаковката, ако той е изтекъл или гъбата е суха Вие трябва да я изхвърлите и да вземете нова.

Маска



Медицинската сестра ще Ви препоръча задължително да използвате маска по време на процедурата. Това е предпазна мярка срещу попадането на микроби от носа и устата върху стерилни елементи по време на работа.

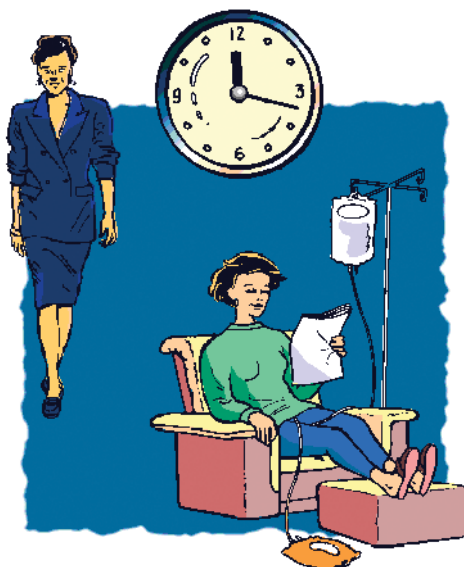


КАК ТРЯБВА ДА ЗАТОПЛЯТЕ ДИАЛИЗНИЯ РАЗТВОР?

Ако влееете студен диализен разтвор, ще се чувствате дискомфортно, затова трябва да го затоплите до 37°C преди да го използвате. Много пациенти слагат своите торби върху електрическа възглавница и ги оставят в междинно положение докато се затоплят. Също така може да поставите торбата върху топъл(не горещ) радиатор или дори на директна слънчева топлина. Винаги използвайте **суха топлина** за затопляне на разтвора. **НЕ** поставяйте торбите в гореща вода. **НЕ** поставяйте торбите в микровълнова печка.



КОЛКО ЧЕСТО СЕ НУЖДАЯ ОТ СМЯНА ПРЕЗ ДЕНЯ?



Повечето пациенти се нуждаят от четири смени през деня. Една смяна означава грениране на стария разтвор и замяната му с нов. Вашият лекуващ лекар ще прецени от колко смени в денонощието се нуждаете. Смените трябва да се правят приблизително на всеки 4-6 часа, но трябва да се стараете те да бъдат на равни интервали през деня. Последната смяна трябва да направите непосредствено преди да си легнете. Първото нещо, което трябва да направите сутрин е нова смяна. Много пациенти правят своите смени около часовете за хранене и сън. Запомнете, че Вие може да нагласяте часовете за смяна към Вашия дневен режим и винаги да ги променяте и нагласяте към режима си. Важно е да запомните, че разтворът през деня не трябва да престоява повече от 6 часа. Вашият организъм може да абсорбира част от отпадните продукти, ако разтворът престои повече от 6 часа. Но спокойно може да го оставите по-дълго през нощта.

Следвайте точно правилата, но запомнете, че Вие правите процедурите като се съобразявате с Вашия дневен режим, а не обратното.

След процедура Вие трябва да изхвърлите торбичките, като е хубаво предварително да сте изхвърлили разтвора в тоалетната, за да не замърсите ако случайно торбата бъде спукана. Хубаво е да използвате ръкавици при тази манипулация и след това добре да си измиете ръцете.

↳ ЗАЩО СЕ НУЖДАЯ ОТ БАЛАНС НА ТЕЧНОСТИТЕ?



Здравите бъбреци балансират количеството на течностите във Вашия организъм, като отстраняват излишните количества от кръвта Ви. Когато бъбреците Ви са здрави и Ви приемате много течности, бъбреците продуцират много урина и по този начин се освобождавате от излишните течности. Ако сега Ви приемате много течности, те ще се натрупат във Вашия организъм. За това Ви трябва да контролирате приема на течности, тъй като ако приемате твърде много или твърде малко течности ще се чувствате зле. Чрез перитонеалната диализа ще отстраните излишните течности, но все пак Ви трябва да контролирате количеството течности, които приемате.

↳ КАК ДА БАЛАНСИРАМ ПРИЕМА НА ТЕЧНОСТИ?

1. Наблюдавайте Вашето телесно тегло:



Един от начините за контролиране на течностите е измерването на телесното тегло. Вашето тегло се състои от телесна маса и тегло на течностите.

Телесната маса - са всички твърди елементи във Вашето тяло, като: кости, мускули и мазнини. Тя се покачва, когато Ви се храните повече, но трябва да се стараете да я поддържате в същите граници след като се нахраните.

Теглото на течностите е част от Вашето тегло. Телесните тъкани са изпълнени с течности. Кръвта и плазмата също са течности. Когато се измервате на кантар телесното тегло се състои както от Вашата телесна маса така и от течностите, които се намират в тялото Ви. Когато бъбреците Ви са здрави, те превръщат излишните течности в урина и по този начин ги отстраняват от организма. Друг начин за отстраняване на течностите от организма е потенето.

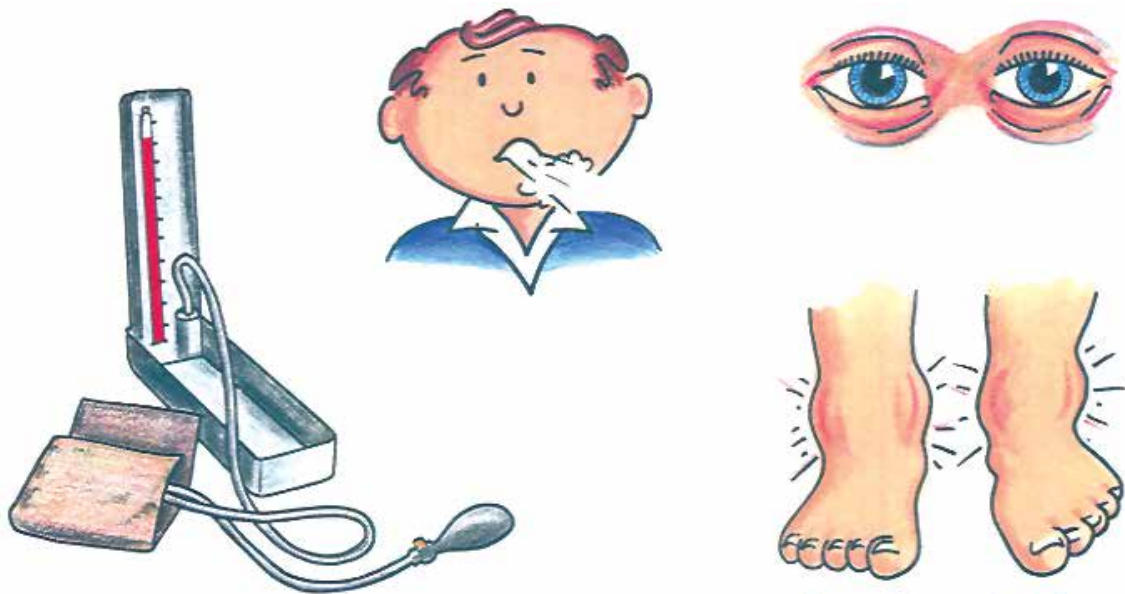
Наблюдавайте за отоци по кожата:

Наблюдавайки за отоци по тялото, Вие контролирате баланса на течностите. Повечето от натрупаните течности във Вашия организъм не могат да останат в кръвоносните съдове, вместо това те се придвижват в тъканите под кожата. Това състояние се нарича „едем“ т.е. оток. Вие ще забележите оток по кожата, особено около глезените, очите, пръстите на ръцете и краката. Тези отоци говорят, че имате в застои много голямо количество течности.

Следете артериалното кръвно налягане:

Контролирането на артериалното кръвно налягане е друг начин да следите баланса на течностите. Когато течностите се натрупат във Вашия организъм, те преминават в кръвното русло. Тези излишни течности в кръвното русло водят до повишаване на артериалното кръвно налягане - Хипертония. Лекуващата Ви медицинска сестра ще Ви обучи как да измервате артериалното кръвно налягане.

При **хиперхидратация**- състояние, при което има излишни течности във Вашия организъм (повишено артериално налягане, отоци около очите, глезените и по крайниците, задух), начините да намалите количеството на течностите във Вашия организъм когато сте на ПД са:



1. Ограничете количеството течности, които приемате.
2. Ограничете приема на сол с храните
3. Използвайте разтвор с високомолекулен полимер, който ще отстрани по-голямо количество течности, запазвайки транспортните характеристики на мембраната.

Временно може да използвате и/или разтвор с висока концентрация на глюкоза (3,86%) -ПД ще отстрани излишните течности с помощта на висока концентрация на глюкоза (3,86%). Когато имате голям застои на течности, Вие ще ги отстраните с 1-2 смени с 3,86% диализен разтвор. Вашият лекуващ лекар и медицинска сестра ще Ви обяснят, кога да използвате разтвора с висока концентрация. Запомнете, че 3,86% разтвор съдържа повече захар, а също така повече калории. При някои пациенти честото използване на този разтвор води до увеличаване на телесното тегло, а също уврежда перитонеалната мембрана-структурно и функционално и води до влошаване на перитонеалния транспорт.

Дехидратация



Това е състояние, при което има много малко течности във Вашия организъм. Дехидратацията може да причини хипотония. Причините, водещи до дехидратация са: недостатъчен прием на течности, повръщане, диария, обилно изпотяване или често използване на разтвор с висока концентрация на глюкоза (3,86%). Ако сте с ниско артериално кръвно налягане или дехидратиран, трябва да увеличите приема на течности и сол.



ЗАЩО СЕ НУЖДАЯ ОТ ПОВЕЧЕ ХРАНИ БОГАТИ НА БЕЛТЪЧНИНИ?

Перитонеалната Диализа ще пречисти отпадните продукти и излишните течности, от които Вашият организъм не се нуждае. Известно количество белтъчини също преминават в диализния разтвор и се гренират заедно с него и организъмът Ви ги губи. Затова когато сте на ПД Вашият организъм се нуждае от повече белтъчини от обикновено. Белтъчините са нужни за растежа, а също така и при възстановяване на кожа и лигавици. Той поддържа здрав организма Ви и помага да се борите с болестите. Загубата на белтъчини се увеличава, когато използвате разтвор с висока концентрация на глюкоза (3.86%). Също така губите голямо количество белтък, когато имате инфекция като напр. перитонит. Вие трябва да се храните с храни богати на белтъчини (месо, риба, яйца), за да възстановите загубите.



ЗАЩО СЕ НУЖДАЯ ОТ ОГРАНИЧАВАНЕТО НА НЯКОИ ХРАНИ В МОЯТА ДИЕТА?

Има някои остатъчни продукти във Вашата кръв, които трудно се отстраняват по време на ПД. Тези вещества трябва да се следят в диетата Ви, за да не се натрупват в организма Ви. Някои от тези отпадни продукти са: фосфор, калий, натрий.

Фосфор (P) – След определен период от време излишният фосфор в кръвта ще окаже ефект върху костите Ви, те ще станат по-чупливи. Това се случва, защото фосфорът взема калция (Ca) от Вашата кръв, а след това го взема и от зъбите и костите. Високото съдържание на фосфор ще направи костите Ви неустойчиви и чупливи. Ако лабораторните резултати показват високо фосфорно ниво, Вие трябва да намалите приема на храни с високо съдържание на фосфор, като: млечни продукти, сирене, черен дроб, бъбреци и др. Вашият лекуващ лекар ще Ви предпише някои медикаменти, които ще понижат нивото на фосфора.

Калий (K) – Калият е минерал и ние се нуждаем от него, за да поддържа нервите и мускулите ни в тонус. Високото ниво на калий в кръвта причинява мускулни спазми (крампи). Ако нивото е много високо, това ще окаже влияние на сърцето, което е много опасно. Сърцето е един голям мускул и високото ниво на Калий в кръвта ще доведе до аритмия. След лабораторни изследвания диетологът ще Ви

обясни, кои храни са богати на калий и трябва да ги избягвате, като напр: банани, портокали, грейпфрути, картофи, гъби, бира, вино, плодови сокове и гр.

Натрий(Na) / сол – Натрий или солта се използват, за да задържат водата във Вашия организъм. Нормално бъбреците задържат необходимото количество сол за организма. Нормалното количество натрий, задържа нормално количество вода в организма. Бъбреците Ви не могат да отстранят излишното количество натрий и той почва да се натрупва.

Голямото количество сол в организма води до задържане на голямо количество течности, което от своя страна води до повишаване на артериалното кръвно налягане, повишаване на телесното тегло, оток по крайниците, недостиг на въздух.

Запомнете, че солените храни ще Ви накарат да чувствате жажда, а когато сте жадни трудно може да контролирате количеството на течностите, които приемате.

Храни с високо съдържание на сол: бекон, шунка, нагеница, солени бисквити, чипс, ядки, пушена риба, консерва от риба Тон.

Никога не използвайте заместители на солта. Те обикновено съдържат калий. Когато готвите опитайте се да използвате ароматни и пикантни подправки. Избягвайте да добавяте сол, когато сте на масата и се храните.

Въглехидрати - Вие трябва да контролирате количеството въглехидрати, което приемате докато сте на ПД, защото с диализния разтвор Вие добавяте допълнително въглехидрати (калории) във Вашия организъм. Най-често приеманият въглехидрат с Вашата диета е захарта, сладкарските изделия, също така хлябът и зърнените храни.

Докато сте на ПД Вие си набавяте въглехидрати от храните, с които се храните, а също така и от диализния разтвор, който вливате в перитонеума. Диализният разтвор съдържа глюкоза, която е захар. Някои от калориите на захарта се абсорбират от Вашия организъм докато сте на ПД. Допълнителните калории, които се абсорбират от всяка 2л торба са различни при всеки пациент, но са близко до следните:

- 2л торба от 1,36% \approx 100 калории
- 2л торба от 2,27% \approx 168 калории
- 2л торба от 3,86% \approx 284 калории

Много важно е да знаете, че Вашият организъм получава допълнително калории и от диализния разтвор и това може да причини повишаване на телесното тегло. Ако започнете да повишавате телесното тегло, Вие трябва да избягвате сладкарските изделия, десертите, както и мазните храни като напр: масло, тлъсто месо, сметана, пълномаслено мляко.



КАКВО Е ЖИЗНЕНО ВАЖНО ЗА ЗДАВОСЛОВНОТО ХРАНЕНЕ НА ПАЦИЕНТИ НА ПЕРИТОНЕАЛНА ДИАЛИЗА?

Правилните диета и диализно лечение ще Ви поддържат в добро здраве и с добри лабораторни показатели. Няма причина да не посещавате ресторанти или да не се храните със семейството и приятелите си. Но трябва да спазвате някои правила за здравословно хранене, когато сте на ПД.

Неща, които трябва да приемате в по-големи количества:

1. Яжте повече белтъчини. Това е важно за растежа и способностите на организма да се възстановява след травма или заболяване.
2. Включете във Вашата диета високо целулозни храни. Яжте повече пълно зърнест хляб, кафяв ориз и зърнени храни с високо съдържание на целулоза. Вие се нуждаете от тези храни във Вашата диета докато сте на ПД, за да избегнете запек като причина за инфекция.

Неща, които трябва да приемате в ограничено количество:

1. Ограничете приема на храни с високо съдържание на фосфор и калий.
2. Ограничете приема на сол.
3. Ограничете приема на сладките храни.

С малки промени във Вашето нормално меню, Вие може да постигнете голям избор от вкусна и здравословна храна.



КАКВИ МЕДИКАМЕНТИ ЩЕ ПРИЕМАМ И КАКВО ЩЕ Е ТЯХНОТО ДЕЙСТВИЕ?

Лекарствата са много важни, когато сте на диализа. Те заедно с ПД, диетичния режим и баланса на течностите Ви поддържат в добро здраве. Медикаментите заместват някои от бъбречните Ви функции. Има лекарства, които са често използвани от пациентите на ПД. Вашият лекуващ лекар или медицинска сестра ще Ви обяснят от кои лекарства се нуждаете. Вие трябва много внимателно да спазвате точното предписание, защото от тези лекарства зависи Вашето здравословно състояние. Никога не вземайте лекарства, които не са Ви предписани от Вашия лекуващ лекар.

Най-често употребяваните лекарства са:

Фосфор-свързващи медикаменти - Повечето от пациентите на ПД, приемат таблетки, свързващи фосфора. Фосфорът е минерал, който се съдържа в тялото и нормално Вие си го набавяте от храните. Здравите бъбреци нормално отстраняват чрез урината излишния фосфор. Когато сте на ПД фосфорът не се отстранява така добре и се натрупва в кръвта.

В периодите, когато нивото на фосфора в кръвта е високо костите Ви стават неустойчиви и чупливи. Това се случва, защото фосфорът отстранява калция от кръвта. Вашият организъм се опитва да замести липсващия калций, като го взема от костите и те стават лесно чупливи.

Лекарствата се вземат всеки ден в часовете за хранене, за да имат ефект.

Желязо - То помага на Вашия организъм в образуването на червените кръвни клетки. Вие може би се нуждаете от желязо под формата на таблетки, за да набавите липсващото желязо в организма. Вие обикновено ще вземате таблетките 2-3 пъти на ден, също така трябва да го вземате точно както Вашият лекуващ лекар Ви го е предписал.

Витамин D - Витамин D в активната си форма е в малки количества, когато Вашите бъбреци не функционират. Това е защото вашият организъм губи витамин D по време на ПД. Витамин D работи заедно с калция в организма Ви за да поддържат костите Ви здрави. Витамин D „отваря вратата,, на калция към костите за да ги прави здрави. Някои пациенти на ПД се нуждаят от допълнителен прием на витамин D на таблетки, за да заместят липсата му в организма. Това е много важно за здравината на Вашите кости.

Разслабителни – Както знаете, запекът може да бъде причина за инфекция в перитонеалната кухина. Също така запекът може да бъде причина за затруднен или дори невъзможен дренаж на диализния разтвор. Много пациенти успяват да избегнат запека, като увеличават целулозните и зърнените храни в диетата си. Ако запекът е проблем за Вас, Вашият лекуващ лекар ще Ви предпише медикаменти, които ще Ви помогнат. В аптеките ще намерите най-различни слабителни средства, но Вие трябва да приемате само това, което лекуващият лекар Ви е предписал.

Еритропоетин (ЕРО) – Еритропоетинът е субстанция, която нормално се продуцира от бъбреците и участва в образуването на червените кръвни клетки. Много пациенти на ПД приемат ЕРО, за да повишат нивото на червените кръвни клетки в кръвта. Недостигът на червените кръвни клетки в кръвта води до анемия. Анемията е причина, поради която се чувствате безсилни и уморени. ЕРО обикновено се взема в течна форма.

Аналгетици – Тези таблетки се приемат за намаляване на болката, като например при главоболие. Избягвайте редовното приемане на Аспирин, тъй като той уврежда стомашната лигавица и може да доведе до язва на стомаха.

Инсулин – Инсулинът е лекарство, което се използва от много хора с диабет. Той се използва за да намалява нивото на кръвната захар. Диабетиците обикновено го поставят подкожно по определена схема. Пациентите на ПАПД могат да поставят Инсулин в диализния разтвор преди да го вляят. Вашият лекуващ лекар и медицинска сестра ще Ви обяснят как точно да поставяте Инсулин в торбата с диализния разтвор.

Хепарин – Хепаринът е антикоагулант–противосъсирващ препарат. Той предотвратява отлепване на тъканите и клетъчните влакна вътре в перитонеума. Фибринът може да бъде причина да не може да се дренажира диализния разтвор от перитонеалната кухина поради блокиране на катетъра. Хепаринът ще намали фибрина във Вашия диализат. Той е течност и трябва да се съхранява на студено и тъмно място (хладилник). Хепаринът се инжектира в торбата с диализния разтвор преди да бъде влят в перитонеума. Вашият лекуващ лекар и медицинска сестра ще Ви обяснят как точно да поставяте Хепарин в торбата с диализния разтвор.

Антибиотици – Те са лекарствени средства за борба с инфекциите. Ако получите перитонит или възпаление на външното пространство около катетъра, лекуващият Ви лекар ще предпише лечение с антибиотици. Те могат да се приемат като таблетки или разтвор за инжектиране. Вашият лекуващ лекар ще Ви предпише подходящия за Вашето състояние антибиотик, който Вие трябва да приемате по точно определена схема.

Лекарства за артериално кръвно налягане – Тъй като Вашите бъбреци не могат да контролират нивото на течностите, а също така и артериалното кръвно налягане, Вие може би се нуждаете от лекарства за неговото понижаване. Те се наричат антихипертензивни. Вашият лекуващият лекар ще Ви предпише антихипертензивни лекарства, които ще контролират артериалното Ви кръвно налягане и ще го поддържат в нормални граници.

Забележка: Никога не приемайте лекарства преди да сте се консултирали с Вашия лекуващ лекар. Той ще избере най-подходящия за Вашето състояние медикамент и дозировка.



ГРИЖИ ЗА КАТЕТЪРА И ВЪНШНОТО ПРОСТРАНСТВО ОКОЛО НЕГО

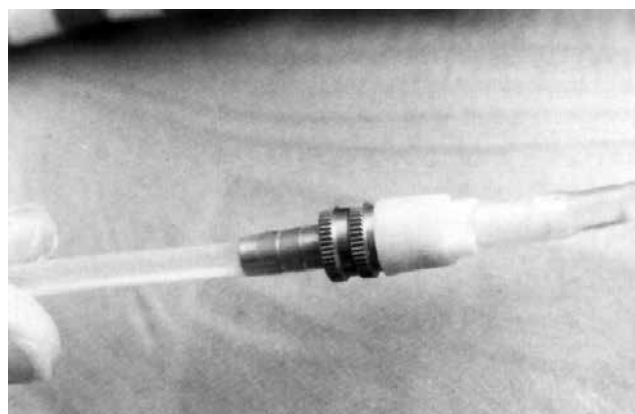
Много важна част от рутинните процедури, свързани с ПД са грижите за катетъра и външното пространство около него. Грижите за катетъра са от особено значение за предотвратяване на евентуални инфекции и усложнения, а също така и за удължаване “живота” на катетъра. Преди започване на ежедневните грижи за катетъра и пространството около него Вие трябва много добре да измиете ръцете си. В диализния център ще Ви обучат колко често и как трябва да полагате тези грижи.

Необходимите неща, с които трябва да разполагате за да извършите правилно процедурата:

- Течен антибактериален сапун, почистващ дезинфектант и вода
- Чиста гъба (изтривалка)
- Чиста кърпа
- Марли и цитоопласт

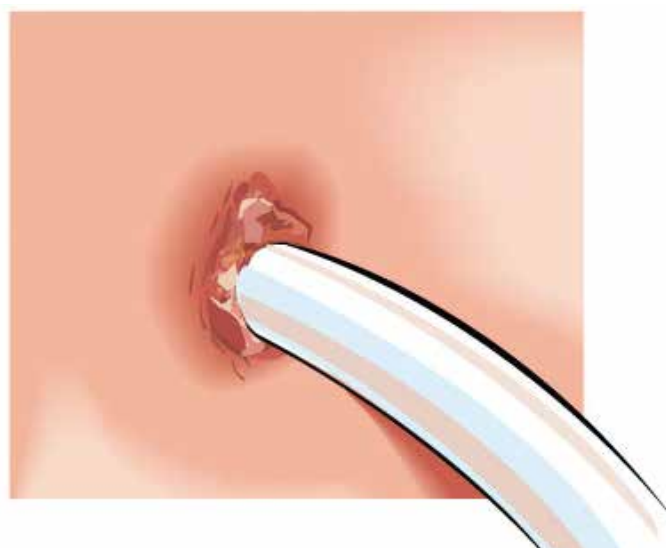
1. Проверете Вашия катетър, по него НЕ трябва да има:

- Пукнатини
- Малки гупчици



2. Преди да извършите процедурата по почистване на външното пространство около катетъра, Вие трябва да направите оглед на мястото, като то НЕ трябва да бъде:

- Зачервено
- Подуто
- Болезнено
- Секретиращо



3. НЕ трябва да усещате кожата над „тунела“ на катетъра **болезнена, чувствителна или твърда**. НЕ трябва също така да е зачервена или отточна. **Ако забележите някои от тези симптоми трябва да се свържете с Вашия лекуващ лекар!**

4. След като сте си приготвили необходимите Ви за процедурата неща, може да пристъпите към почистване на кожата около катетъра. Първо започвате да почиствате в близост до катетъра и след това разширявате пространството, което почиствате. Почистете внимателно цялото пространство!



5. Внимателно подсушете кожата с чиста марля, започнете от пространството в близост до катетъра и продължете към периферията.



6. Внимателно прикрепете катетъра, така, че да се чувствате комфортно. Той НЕ трябва да бъде **обтегнат или усукан**, тъй като това може да разрани външното пространство около катетъра. Направете превръзка с две стерилни марли-под и над катетъра и залепете с цитапласт, като фиксирате катетъра към кожата на изхода от превръзката.



Нещата, които не трябва да забравяте:

- Наблюдавайте ежедневно външното пространство около катетъра, за да избегнете евентуални усложнения
- Съобщете веднага в диализния център, ако забележите някои от изброените по-горе симптоми
- Поддържайте чисто и сухо пространството около катетъра
- Ако има секрция около катетъра и мястото е мокро и замърсено може да повторяте процедурата колкото пъти е необходимо
- Винаги прикрепвайте катетъра към тялото си в правилната позиция, за да избегнете травмиране на мястото около него
- Никога със сила не отстранявайте корички, които са се образували около катетъра



ТЕХНИКА ПО СМЯНА НА РАЗТВОРИТЕ ЗА ПЕРИТОНЕАЛНА ДИАЛИЗА СЪС СИСТЕМАТА ТИП ДВОЙНА ТОРБИЧКА НА ВАХТЕР

Необходими принадлежности:

- Два броя сини клампи
- Нова опаковка „mini-cap“ (мини прегпазна капачка)
- Маска за лице
- Затоплена торба с диализен разтвор
- Чиста повърхност (маса, плот)
- Дезинфектант за ръце
- Чисто платно за постилане



Подготовка:

Извадете катетъра и трансфер-сета над грехите, върху чистото платно. Измийте си старателно ръцете, поставете си маска на лицето. Отстранете външната защитна опаковка на двойната торбичка. Освободете двете торбички и линиите на системата. Проверете торбата с диализния разтвор за: годност, количество и желана концентрация. Поставете Y-конектора (свързващата част) на ръба на масата, върху него поставете пълната торба, а над нея дренажната (празната)



Свързване:

Хванете с една ръка Y-конектора и отстранете предпазната му капачка. Хванете с другата ръка трансфер-сета. Отстранете мини предпазната капачка от него. Завъртете Y-конектора на трансфер-сета.



Дрениране:

Поставете празната дренажна торба на пода. Отворете въртящата се клампа на трансфер-сета. Когато дренажирането приключи затворете въртящата се клампа на трансфер-сета. Поставете **синята** клампа върху линията на празната дренажна торба.



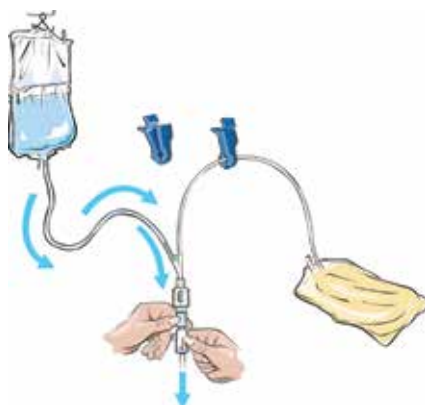
Промиване:

Окачете новата торба с диализния разтвор. Счупете **зелената** „пломба“ в основата на Y-конектора. Махнете **синята** клампа от линията на празната дренажна торба и бройте до 5. Затворете отново със **синята** клампа линията на празната дренажна торба.



Вливане:

Отворете въртящата се клампа на трансфер-сета (започва вливането на новия разтвор). Когато вливането приключи, затворете въртящата се клампа на трансфер-сета. Поставете **синята** клампа на линията на новата торба.



Разчленяване:

Почистете ръцете си с дезинфектант и поставете маска на лицето си. Отворете опаковката с новата мини предпазна капачка **без да я докосвате**. Разчленете Y-конектора от трансфер-сета, **като внимавайте да не докоснете трансфер-сета с ръце**. Поставете новата мини предпазна капачка на трансфер-сета.



Baxter is a trademark of Baxter International Inc.

BG-2013-0008-PP/13.05.2013

„Бакстер България“ ЕООД

България, 1404, София, бул. „България“ №45, ет.2, офис 2
телефон +359 2 980 84 82 ; факс +359 2 981 29 93
www.baxter.com

Baxter