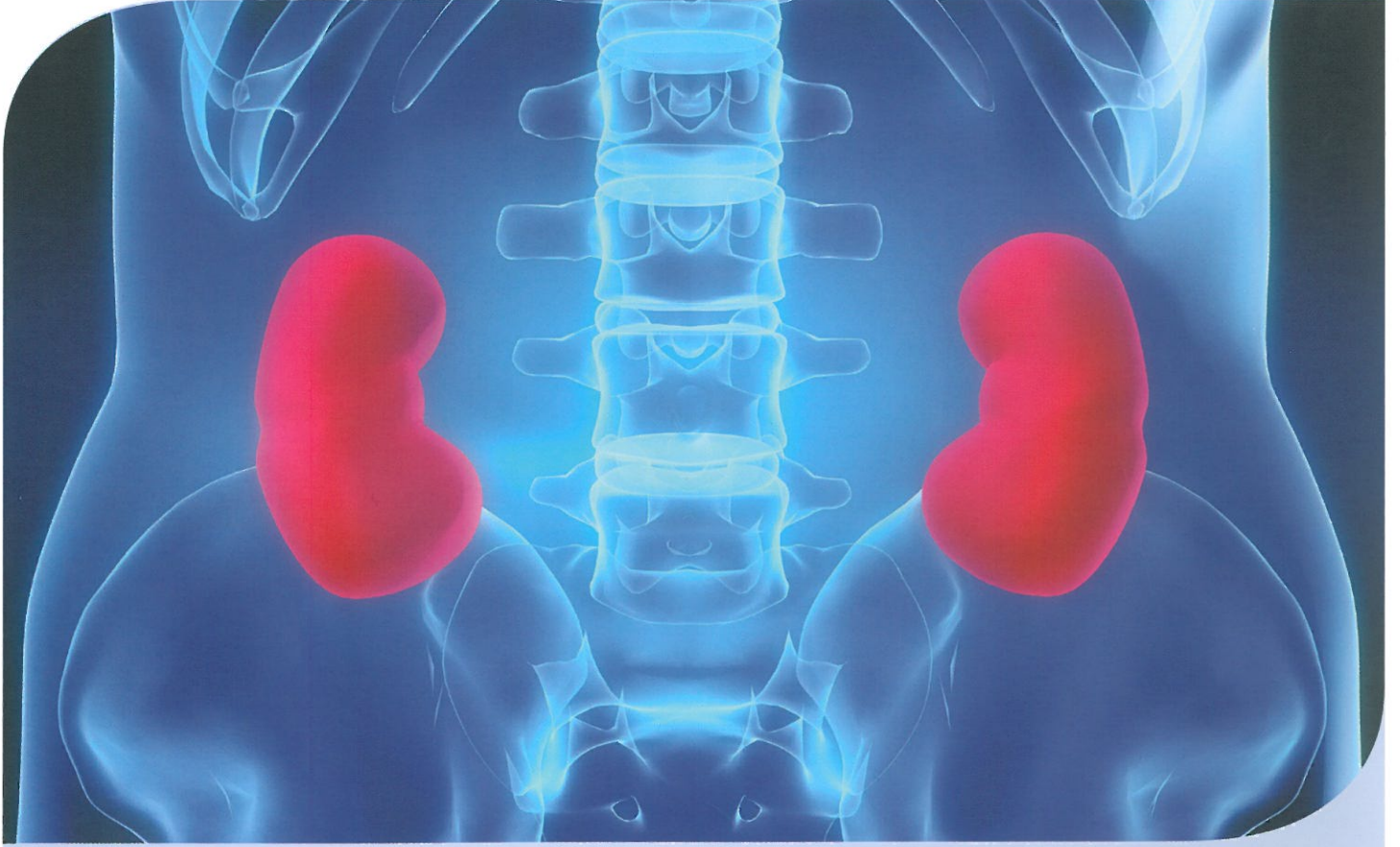




خيارات علاج الفشل الكلوي

وظيفة الكلى الطبيعية

يلحق تلف شديد بالكليتين معاً، فإن العلاجين الوحيدين الموفرين لإعادة الكليتين إلى تأدية وظيفتهما هما غسل الكلى ونقل الكلى. والأسباب الأكثر شيوعاً للفشل الكلوي هي داء السكري، والتهاب مصافي الكلى، وارتفاع ضغط الدم.

أعراض مرض الكلى المزمن

يمكن أن تنشأ بعض الأعراض التالية أو كلها متى انخفضت نسبة وظيفة الكلية (يتم قياسها بإجراء فحص للدم أو البول) إلى ما دون ٣٠٪:

- احتباس السوائل مما ينشأ عنه انقطاع النفس وانتفاخ الكاحلين والقدمين.
- التعب
- الصداع

الكليتان عضوان حيويان في الجسم. لكل منهما مليون مَصْفَى تسمى كُبيبات (بالإنجليزية glomeruli). تقوم بإزالة الفضلات والسوائل الزائدة من الدم عن طريق البول. يتم تخزين البول في المثانة ومن ثم يخرج من الجسم عبر القسطرة. كذلك تقوم الكليتان بإنتاج وتنظيم هورمونات تساعد في التحكم بضغط الدم. وإنتاج خلايا الدم الحمراء، والمساعدة في بناء عظام سليمة.

مرض الكلى المزمن

تحدث الإصابة بمرض الكلى عندما تتلف أنسجة الكلية على مدى فترة زمنية طويلة. والكثيرون لا يدركون إصابتهم بمرض في الكلية إلا بعد خسارة أكثر من ٧٠٪ من وظيفتها. وعندما

إن غسل الكلى طريقة مأمونة وفعّالة كبديل للجزء المفقود من وظيفة الكلية. وهي لا تثبت وظيفة كليتيك أو تحسّنها، غير أنك متى بدأت بغسل الكلى فستلاحظ تحسّناً واضحاً في صحتك ونشاطك، حيث أن الكثير من هذه الأعراض ستخف كثيراً أو تختفي تماماً.

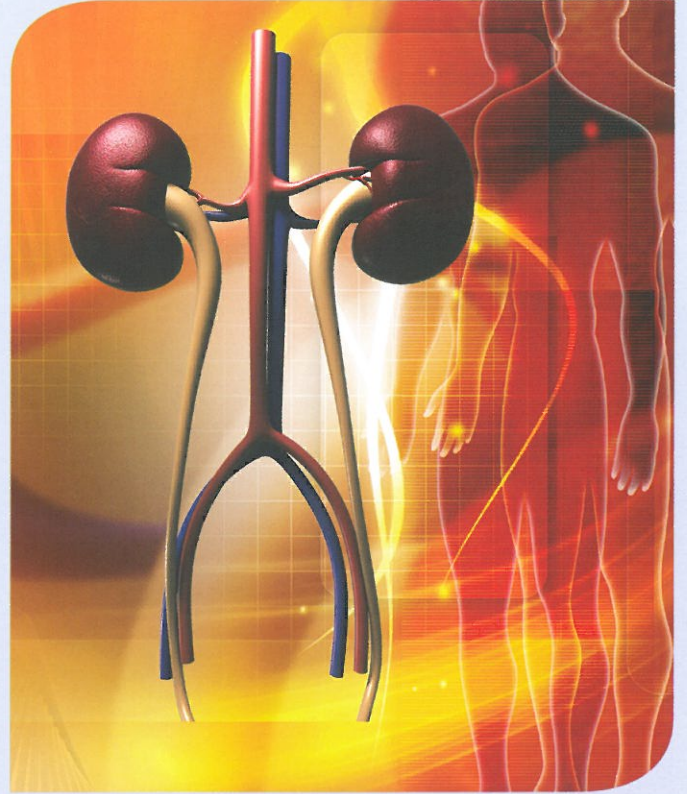
ويكون نقل الكلى خياراً علاجياً آخر للكثيرين. ففي بعض الحالات، قد يستبق هذا العلاج غسل الكلى إذا وجد متبرّع حي. غير أنه من الاعتيادي جداً البدء في غسل الكلى قبل عملية النقل. وغسل الكلى إجراء ضروري لحين توفر متبرّع مناسب. ويمكن أن يستغرق ذلك أحياناً عدة سنوات. وهناك من الناس من لا يكون نقل الكلى مناسباً لهم من الناحية الطبية. فهؤلاء يستطيعون إجراء غسل الكلى كعلاج طويل المدى. وبما أن غسل الكلى قد يكون كذلك. فمن المهم اختيار نوع الغسل الأنسب لأسلوب حياتك.

في بعض الحالات، يمكن أن تكون الأعباء والمسائير الناجمة عن عمليتي غسل الكلى ونقل الكلى أكثر من فوائدهما. إذ يمكن توفير حياة حسنة النوعية ونتائج أفضل. خصوصاً في حالة بعض المسنين. باتباع أنواع أخرى من العلاج.

التحكم الطبي بالفشل الكلوي: تحدّث إلى طبيبك إذا لم تكن متأكداً من صلاحية البدء بغسل الكلى. كيف أقرّر نوع غسل الكلى الأفضل لي؟

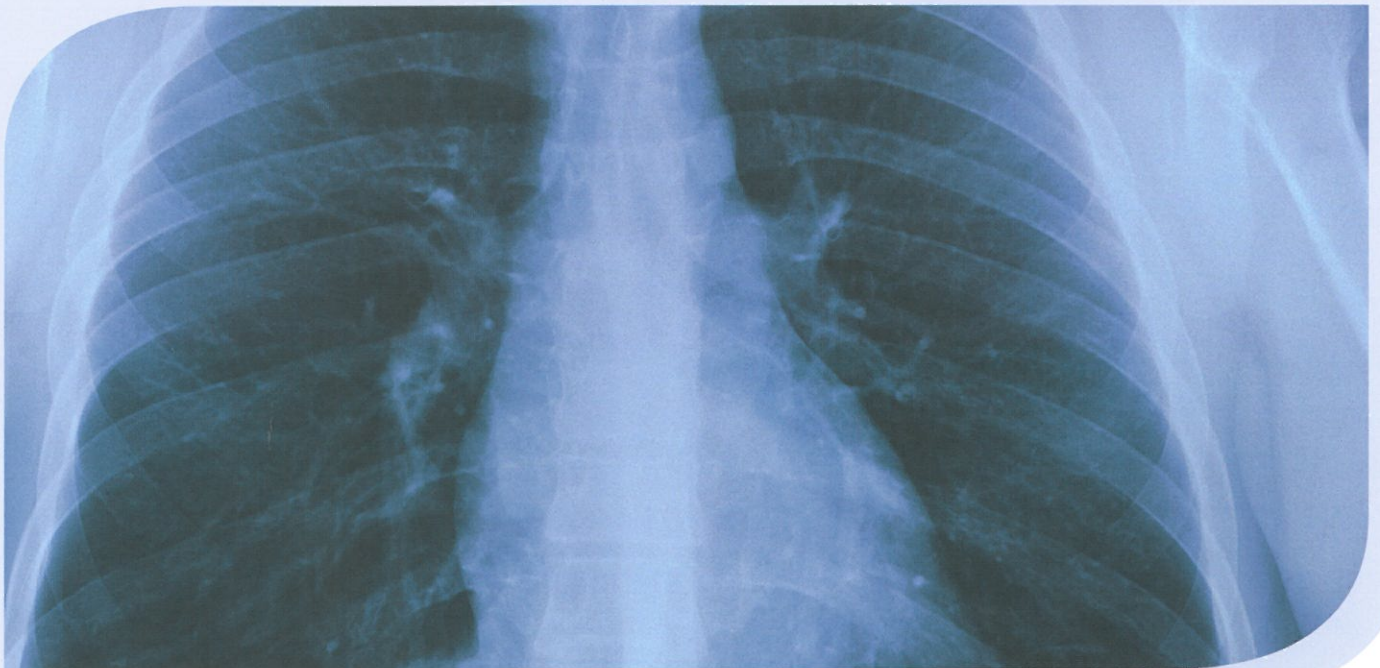
إذا أوصى لك اختصاصي الكلى بغسل الكلى ورغبت في الحصول على معلومات عن هذا الإجراء. هناك نوعان من غسل الكلى: غسل الدم والغسل البريتوني.

يتوقف خيارك لنوع الغسل على ظروفك الشخصية، بشرط ألا يكون هناك سبب طبي معين لتفضيل نوع على الآخر. تشمل هذه الظروف حالة عائلتك، ومكان سكنك، وما إذا كنت تعمل، وأسلوب حياتك، وما إذا كنت تحب السباحة بصورة منتظمة، وقدرك على إجراء هذا العلاج بنفسك أو قدرتك على السفر إلى أحد المراكز لتلقّي العلاج. يستطيع اختصاصي الكلى وأعضاء وحدة علاج الكلى مساعدتك في اختيار نوع الغسل الأنسب لك.



- ضعف الذاكرة والتكرير
- سرعة الاهتياج
- النوم المتقطع
- تملل في الرجلين
- الحكة
- فقدان الشهية والغثيان
- فقدان الوزن
- ضعف الرغبة الجنسية وتغيّر في القدرة الجنسية.

سيقوم اختصاصي أمراض الكلى بتوصيتك بإجراء غسل للكلى إذا لم يحدّ بالإمكان التحكم بهذه الأعراض عن طريق الأدوية وتغيير النظام الغذائي.



التكيف مع غسيل الكلى

بعد تشخيص الفشل الكلوي لديك، من الطبيعي أن تتساءل عن سبب حدوث ذلك وأن تتألم مجموعة من الأحاسيس كالصدمة والغضب والاكتئاب. لكن وطأة هذه الأحاسيس تخف في نهاية المطاف، خصوصاً عندما تعرف أن بإمكانك أن تحيا حياة نشطة على الرغم من الفشل الكلوي. اعرف أكبر قسط من المعلومات عن العلاج واستفد من دعم أصدقائك وعائلتك في ذلك الوقت. فهم يريدون مساعدتك، لذلك عليك عدم الانسحاب أو الانعزال عنهم.

مع مرور الوقت، ستجد أنه من الأسهل أن تقبل غسيل الكلى كجزء من حياتك. ويجب أن تتوقع الشعور بمزيد من الصحة والإيجابية بعدما تبدأ غسيل الكلى. كما أن العودة إلى دراستك وعملك وأنشطتك الترفيهية والاجتماعية ستساعدك على التكيف. ستكون هناك بعض التغييرات الحتمية في حياتك، لكنك ستستطيع تدبّرها. فتكنولوجيا غسيل الكلى في هذه الأيام تجعل العودة إلى ممارسة الحياة بصورة كاملة ومجزية أمراً ممكناً تماماً.

كيف يتم غسيل الدم؟

غسل الدم علاج يبدأ عندما تبلغ النسبة المتبقية من وظيفة كليتيك أقل من 10٪. وهو مصمم لتنقية الدم من الفضلات وإزالة أية سوائل زائدة من الدم. يتم تنظيف الدم خارج الجسم باستخدام آلة لغسل الدم وكلية صناعية (غشاء الغسل). تستغرق كل عملية غسيل للكلية عادة أربع إلى ست ساعات، ويتم إجراؤها عادة ثلاث مرات في الأسبوع، لكنها قد تجري مرات أكثر ولمدد أطول.

يمكن إجراء غسيل الدم في المنزل، أو في وحدة غسيل الكلى بالمستشفى.

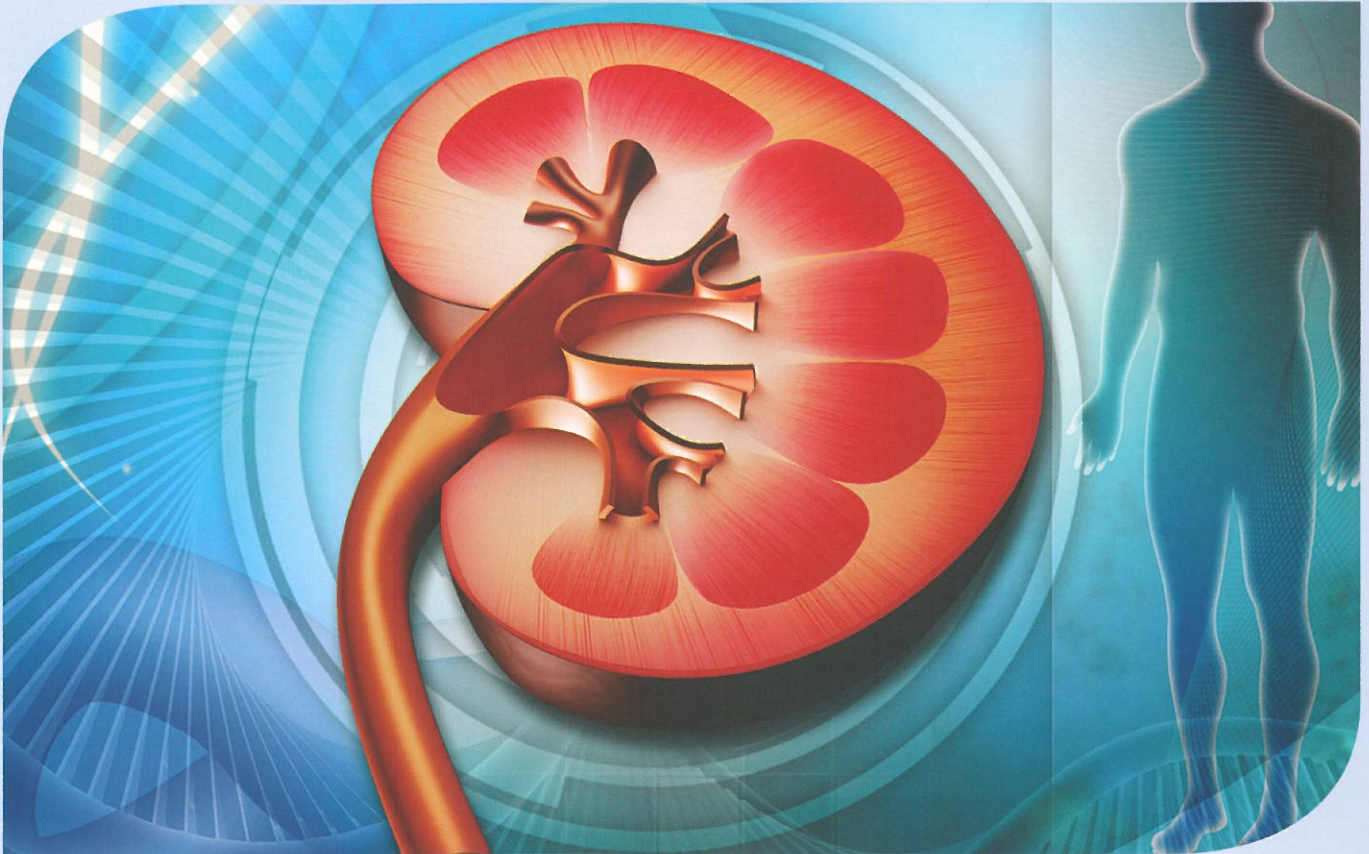
من الضروري الوصول إلى الدم أو الدورة الدموية لإجراء الغسل. ويمكن ذلك بواسطة إجراء جراحي للوصول إلى وعاء دموي.

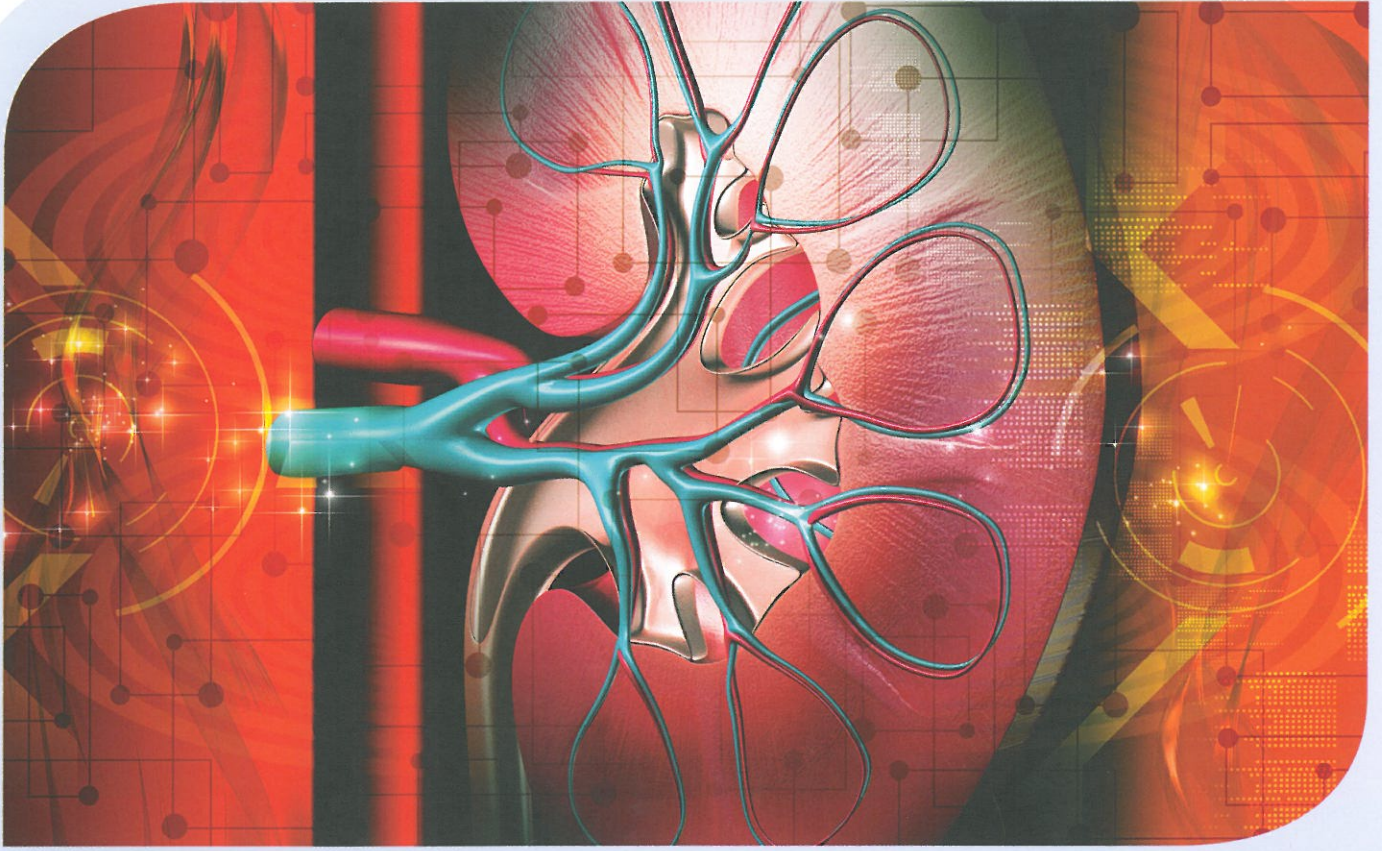
الوصول إلى الوعاء الدموي لغسل الدم

سيوصي لك الجراح بنوع الوصول الأنسب لك، ويحتاج الوصول لإجراء غسيل الكلى إلى غرز إبرتين (قصيلتين) في الوريد، تقوم إحداها بإرسال دمك إلى آلة الكلية الصناعية، بينما تعيد الأخرى الدم إلى جسمك. وبما أن هذا الإجراء يتم ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع، فإنه من الضروري وجود نقطة موثوقة للوصول.

يتم هذا الإجراء بواسطة عملية جراحية بسيطة لوصل أحد شرايين ساعدك - وأحياناً عضدك - بأحد أورده. يُطلق على ذلك اسم ناسور. فإذا كانت الأوعية الدموية في ذراعك صغيرة أكثر مما ينبغي، حيث تُستخدم رقعة شريانية باستخدام من ساقك أو رقعة باستخدام مادة صناعية (gortex) للتمكين من الوصول لإجراء غسيل الدم، ويكون ذلك عادة في ذراعك وأحياناً في فخذك. من المفضل اتخاذ الترتيبات الخاصة بجراحة الوصول قبل أن يصبح غسيل الكلى ضرورياً بعدة أشهر. وهذا يعني أن ناسورك سيكون جاهزاً للاستعمال متى بدأ غسيل الكلى، ويمكنك بذلك تجنب الضيق الناجم عن الوصول المؤقت.

إذا لزم إجراء غسيل الكلى بصورة فورية ولم يكن تم إعداد الناسور أو الرقعة، يمكن استخدام شكل مؤقت من أشكال الوصول باستخدام قسطرة لدنة تُغرز في أوردة الرقبة أو الجزء العلوي من الصدر (قسطرة عنقية أو تحت الترقوة). ويُفضل معظم الناس تجنب هذه الإجراءات لارتفاع إمكانية الالتهاب الناجم عنها.





جداً أن تتناول كل الأدوية التي وصفها لك طبيبك (في الأوقات المناسبة)، والتقيّد بشرب كميات السوائل المحددة لك، والانتباه لغذائك. كما أن ممارسة التمارين بانتظام تفيد في زيادة قوتك، وطاقتك، وحيويتك، وصحة قلبك.

الحمل ومنع الحمل: تستطيع المرأة التي في سن الإنجاب وتقوم بغسل دمها أن تحمل، لكن نشدّد في النصّح لها بالأ تحمل. إذ أن فرص استمرار الحمل إلى نهايته الطبيعية وإنجاب طفل بحجم طبيعي تكون ضئيلة جداً. لذلك يجب تأجيل الحمل إلى ما بعد إجراء عملية نقل ناجحة للكلية.

العمل: يتيح لك غسل الدم الاستمرار في متابعة حياة نشطة. ومن الممكن بالتأكيد، خصوصاً إذا كنت تقوم بغسل الدم في المنزل، أن تتابع العمل بدوام كامل حتى وإن كان عملك مجهداً جسدياً إلى حدّ ما. لكن الجمع بين العمل وغسل الدم في أحد المراكز المستقلة يمكن أن يكون صعباً. فالعلاج في المنزل يوفر مزيداً من المرونة.

الإجازات: الإجازات طريقة هامة للاستراحة من روتين غسل الكلى. لكن مما يؤسف له أنه ليس بالإمكان أخذ إجازة من جلسات غسل الكلى. غير أن تغيير البيئة المحيطة وطلب إجراء العلاج (إذا كنت تقوم بالغسل في المنزل) بواسطة شخص آخر يكون مفيداً جداً لك ولعائلتك. ويمكن أحياناً تركيب آلة غسل الكلى في المنزل أو يمكن الإعداد لإجراء الغسل في مركز قريب. كما توجد مراكز لغسل الكلى في معظم المدن. ومن المأمون أن تسافر بالطائرة. من الضروري حجز مواعيد غسل الكلى في الإجازات قبل وقت كاف.

أما الحصول على العلاج بغسل الكلى في الخارج فإنه ممكن، لكنه قد يكون مرتفع التكلفة. وفي بعض البلدان.

غسل الدم في المراكز المستقلة والمستشفيات

العلاج بغسل الكلى يتوفر في مراكز مستقلة ذاتية الرعاية، ويستمر عادة ٥ ساعات ويجري ٣ مرات في الأسبوع. إلا أن مواقع هذه المراكز الخاصة لا تكون دائماً مناسبة من حيث بعدها عن منزلك، خصوصاً في المناطق الريفية والنائية وفي معظم الحالات تكون مسؤولاً عن الإعداد لانتقالك إلى مركز غسل الكلى والنقل بعربات الإسعاف غير متوفر عادة لهذا الأمر. في المركز المستقل، يمكنك إدارة علاج غسل الكلى بنفسك تحت إشراف طاقم تمريض. وإذا كانت هناك مشاكل طبية معقدة، يتوفر غسل الدم في المستشفى مع رعاية تمريضية طوال فترة استمرار المرض الشديد وأحياناً كخيار على المدى الطويل. ويستطيع اختصاصي الكلى والأخصائي الاجتماعي وطاقم التمريض إعطائك المزيد من المعلومات عن موقع غسل الكلى الأنسب لك.

ما الذي يمكنني القيام به خلال العلاج بغسل الدم؟

إذا كان إجراء غسل دمك يتم خلال النهار، فمن المحتمل إجراء ذلك وأنت ترقد في كرسي مائل إلى الخلف. وللأسف، فإنه ليس بالإمكان أن تمشي خلال الغسل، لكن من الممكن بالتأكيد أن تقرأ أو تشاهد التلفاز أو تستمع إلى الموسيقى، أو تتبادل الأحاديث، أو تنام، ولا يشعر الشخص بإزعاج خلال الغسل. وأصعب ما في الأمر هو القيام بشيء لتمرير الوقت.

الأدوية والسوائل والغذاء والتمارين: إن غسل الدم لوحده ليس كافياً لإبقائك معافى. فالأدوية، وتحديد السوائل التي تشربها، والتحكم بغذائك، هي عادة أمور ضرورية أيضاً. فالعلاج بغسل الدم يتم بصورة متقطعة، لذلك فإن الفضلات والسوائل الزائدة قد تجتمع بين كل جلستي غسل دم.

تقل التقييدات مع ازدياد عدد جلسات غسل الدم. ومن المهم