



PERİTON DİYALİZİ EL KİTABI



PERİTON DİYALİZİ EL KİTABI

Yazanlar

Müşerref Albaz
Zehra Aydın
Neşe Cansever
Rukiye Dolgun
Ümmühan Gülpınar
Jale Gürün
Linda Bulut Hacı
Ayten Karakoç
Gülbahar Kirikçi
Rahime Korkmaz
Nurgül Ölmez
Sevim Öztarhan
Ayşe Sever
Canan Şanlıdağ
Arzu Şen
Sevginar Şentürk
Betül Ünal
Dudu Ünal



PERİTON DİYALİZİ EL KİTABI, Türk Nefroloji Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği Üyelerinden oluşan alanında uzman Periton Hemşireleri tarafından hasta ve hasta yakınları için hazırlanmıştır. (2020)

İçindekiler

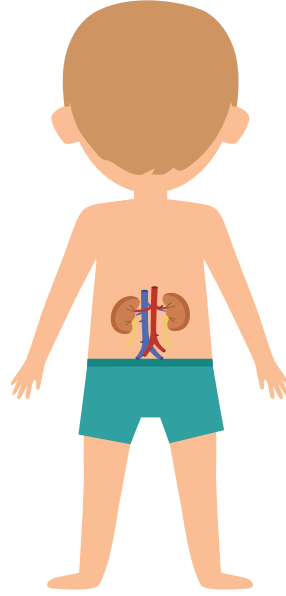
Böbreklerimiz.....	2
Periton Diyalizi Nedir?	7
Periton Diyalizi Tedavisi İçin Gerekli Malzemeler.....	9
Periton Diyalizi İçin Kateterin Yerleştirilmesi.....	12
Periton Diyalizi Ortamı Nasıl Olmalıdır?	15
Periton Diyalizinde Hijyen Neden Önemlidir?	16
Kayıt Tutmanın Önemi.....	20
Peritonit Nedir?.....	21
Periton Diyalizinde Sıvı Dengesi.....	24
Periton Diyalizinde Beslenme	28
Periton Diyalizinde Kemik Hastalığı.....	32
Periton Diyalizinde Anemi (Kansızlık).....	34
Düzenli Kontrollerin Önemi	35
Periton Diyalizinde Kullanılan İlaçlar	36
Diyaliz Yeterliliği.....	39
Diyaliz ile Yaşam	43
Periton Diyalizi Tedavisinden Ayrılma Nedenleri.....	46
Dişabet (Şeker Hastalığı) ve Periton Diyalizi	48
Periton Diyalizinin Avantajları	56
Kaynaklar	57

BÖBREKLERİMİZ

BÖBREKLERİN YERLERİ

Böbreklerimiz, omurganın her iki yanında, karın boşluğu içerisinde ve bel bölgesinin biraz üzerinde yer alırlar. Normalde her insanda iki tane böbrek bulunur. Fakat tek bir böbrek de normal bir yaşam sürdürmeye yeterlidir. Böbrekler şekil olarak fasulyeye benzerler.¹

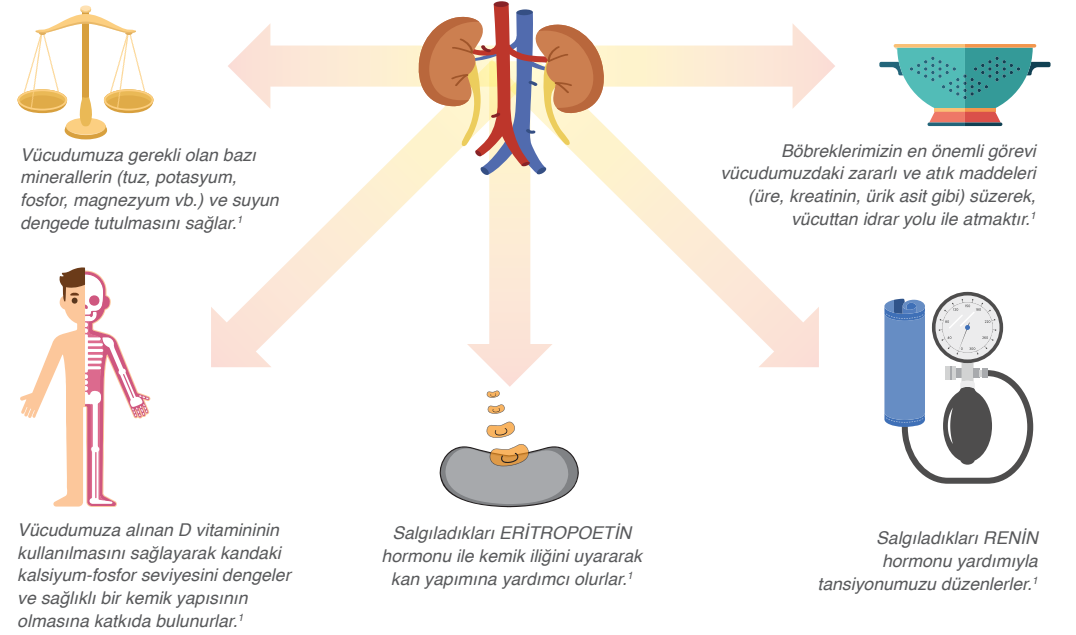
Ağırlık ve yapı olarak çok küçük olan bu organların vücudumuz için önemi çok büyüktür. ¹



BÖBREKLERİMİZİN GÖREVLERİ

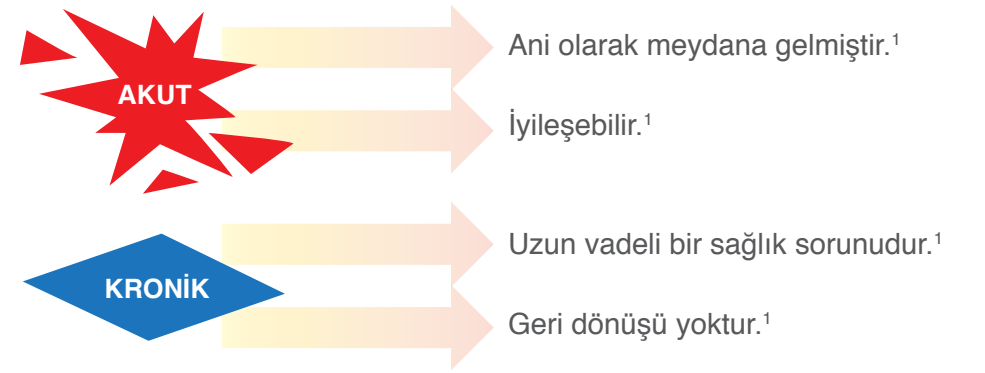
- Böbreklerimizin en önemli görevi vücudumuzdaki zararlı atık maddeleri (üre, kreatinin, ürik asit gibi) süzerek, vücuttan idrar yolu ile atmaktır.¹
- Vücudumuzda gerekli olan bazı minerallerin (tuz, potasyum, fosfor, magnezyum vb.) ve suyun dengede tutulmasını sağlarlar.¹
- Böbreklerimiz çeşitli hormonlar salgılarlar. Bunlardan birinin adı RENİN'dir. Renin hormonu tansiyonumuzu düzenlemeye yardımcı olur.¹
- Böbreklerimiz, salgıladıkları bir hormon olan ERİTROPOETİN ile kemik iliğini uyararak kan yapımına yardımcı olurlar.¹
- Vücudumuza alınan D vitamininin kullanılmasını sağlayarak kandaki kalsiyum-fosfor seviyesini dengeler ve sağlıklı bir kemik yapısının olmasına katkıda bulunurlar.¹

BÖBREKLERİMİZİN GÖREVLERİ NELERDİR?



BÖBREK YETMEZLİĞİ NEDİR?

Böbreğin normal işlevlerini yerine getirememesidir.¹
İki türlü böbrek yetmezliği vardır.¹



A. AKUT BÖBREK YETMEZLİĞİ

Sağlıklı böbreğin çalışmasını engelleyen ani bir olay meydana gelmiştir.¹

Bu olay;

- Tansiyonun ani bir şekilde düşmesi¹
- Böbrek iltihapları¹
- Zehirlenmeler¹
- İlaçlardan kaynaklanan alerjik olaylar¹
- Geçirilen büyük ameliyatlar¹
- İdrar yollarında oluşabilecek tıkanıklıklar¹
- Büyük yanıklar sonucu gelişebilir.¹

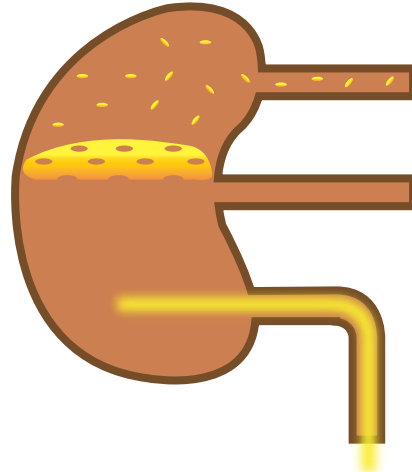
Bu tür böbrek yetmezliği genellikle tamamen iyileşebilir, ancak erken müdahale ve yakın hastane takibi gereklidir.¹

B. KRONİK BÖBREK YETMEZLİĞİ

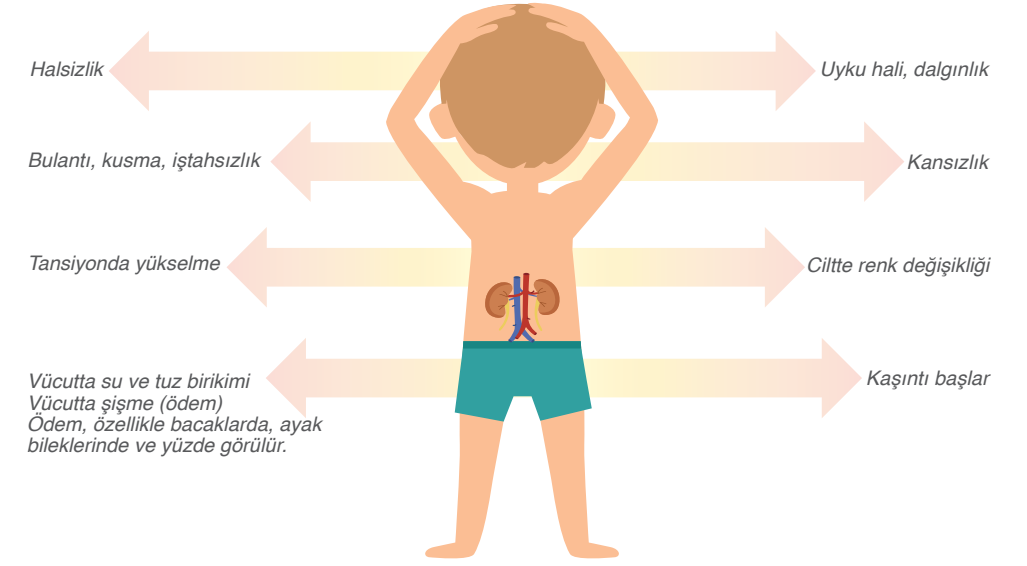
Böbreklerin, görevlerini çeşitli nedenlerle ve geriye dönüşümsüz olarak kaybetmesinden dolayı ortaya çıkan hastalık durumudur. Uzun bir zaman sürecinde gerçekleşir ve genellikle iyileşmez.¹

Kronik böbrek yetmezliğinin nedenleri;

- Yüksek tansiyon¹
- Sistemik hastalıklar (şeker hastalığı, ailevi akdeniz ateşi vb.)¹
- Böbrek kistleri¹
- Kanamalar¹
- Bazı ilaçlar¹
- Glomerulonefrit gibi hastalıklar ve¹
- Bilinmeyen nedenlerdir.



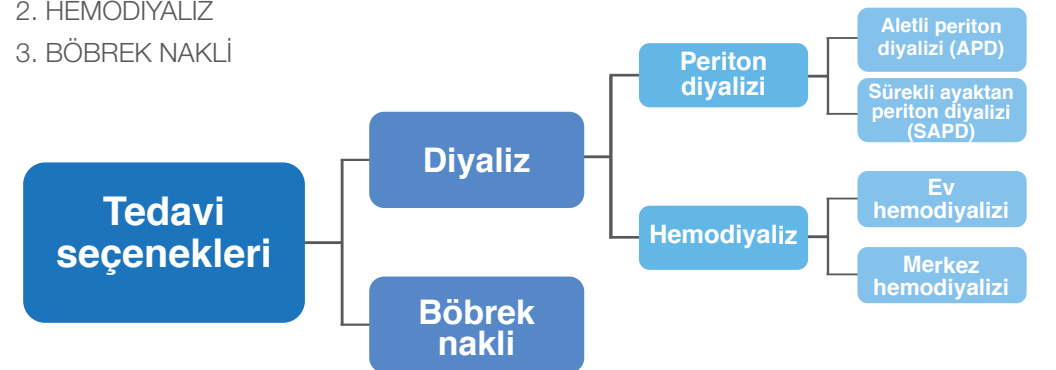
Kanda zararlı maddeler biriktikçe aşağıdaki belirtiler ortaya çıkar:¹



Böbrek yetmezliği erken dönemde fark edilirse ilaç ve diyet tedavisi ile diyaliz gibi yerine koyma tedavileri geciktirilebilir. Ancak, böbreklerimiz tamamen veya büyük ölçüde çalışamaz hale geldiğinde, sadece ilaçla ve diyetle tedavi mümkün olamamaktadır.¹ Bu durumda karşımıza 3 tedavi seçeneği çıkar.

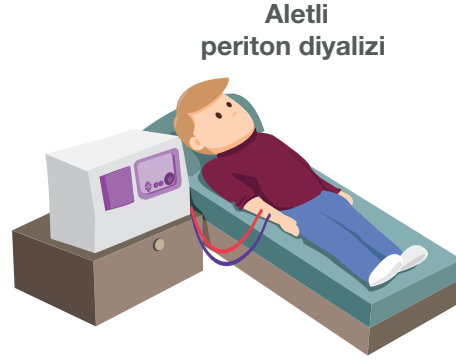
Bunlar;²

1. PERİTON DİYALİZİ
2. HEMODİYALİZ
3. BÖBREK NAKLİ



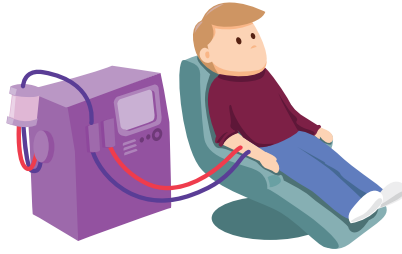
PERİTON DİYALİZİ¹

Periton zarı filtre-süzgeç görevi yaparak kanımızı temizler.

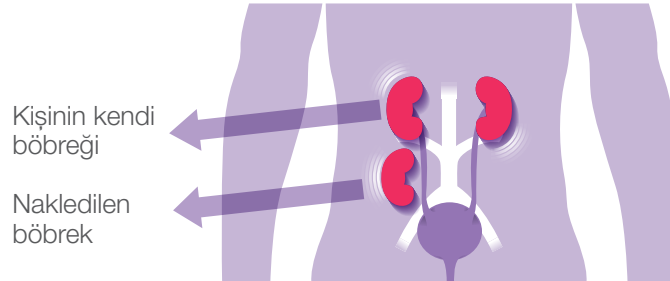


HEMODİYALİZ¹

Haftada 2-3 kez 4-5 saatlik sürede uygulanır.



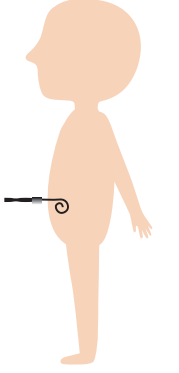
BÖBREK NAKLİ¹



PERİTON DİYALİZİ NEDİR?

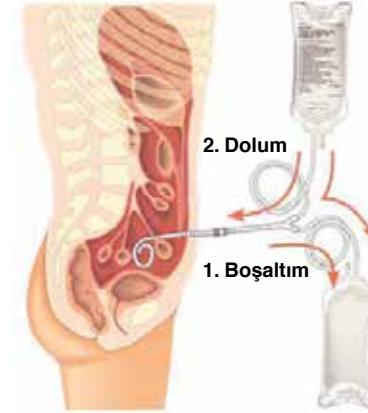
Periton; karın boşluğunda bulunan, karın duvarını ve iç organları saran bir zardır.²

Periton diyalizi, karın boşluğuna küçük bir ameliyat ile yerleştirilen, ince, yumuşak, silikondan yapılmış kalıcı bir tüp (kateter) aracılığı ile yapılır.³



PERİTON DİYALİZİ İKİ ŞEKİLDE UYGULANIR

1. SAPD (Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi)³



Hastanın vücut yapısına göre çocuklarda 100-1000 ml, yetişkinlerde 2000-2500 ml kadar özel periton diyaliz sıvısı karın boşluğuna verilir. Vücuda verilen diyaliz sıvısıyla 4-6 saat kadar karın boşluğunda kaldıktan sonra yeni diyaliz sıvısıyla değiştirilir. Bu zaman süresince kanda bulunan üre, kreatinin gibi atık maddeler ve vücutta bulunan fazla sıvı, diyaliz sıvısına geçer. Karın boşluğuna **diyaliz sıvısının** verilmesi ve boşaltılması, yer çekimi ile gerçekleştirilir.

Bu işleme "Diyaliz Torba Değiştirme İşlemi" denir. Diyaliz işlemi hasta tarafından günde 4-5 kez yapılır. Bu şekilde uygulanan periton diyalizine SAPD (Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi) denir.

Periton diyalizi hasta veya yakını tarafından hastanın ev, işyeri gibi kendi ortamında gerçekleştirilen bir işlemidir.



Boşaltım

Dolum

Bekleme

2. APD (Aletli Periton Diyalizi)³

Evde makine aracılığı ile uygulanan periton diyalizi işlemine APD (Aletli Periton Diyalizi) denir. Bu tedavi biçiminde, hasta yatmadan önce set ve periton diyaliz sıvısı torbalarını periton diyalizi makinesine yerleştirir ve makinesini önerildiği şekilde programlar.

Kişi uyurken gece boyunca (8-10 saat), makine karın boşluğuna diyaliz sıvısını verir, bekletir ve boşaltır. Kişinin durumuna göre tedavide değişiklik yapılabilir.



PERİTON DİYALİZİ TEDAVİSİNİN TEMEL ÖZELLİKLERİ¹

- Hasta, periton diyalizi hemşiresinden eğitim aldıktan sonra tedavisini kendi başına yapabilir, hastaneye bağımlılığı azalır.
- Gıda ve sıvı alımı daha serbesttir.
- Tansiyon kontrolü daha iyi sağlanabilmektedir.
- Hemodiyalizde olduğu gibi kan kaybı görülmez.
- Eğitimi basit ve süresi kısadır.
- Kalp ve damar sistemine yüklenme az olduğundan, özellikle yaşlı hastalarda ve çocuklarda tercih edilen bir tedavi şeklidir.
- Periton Diyalizi, hastanın günlük yaşantısına devamını sağlar (okul, iş, seyahat, tatil)
- SAPD'de (Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi) günde 4-5 değişim yapmak gerekir.
- Protein kaybı olabilmektedir.
- Hastanın karnında sürekli bir kateter kalmaktadır.
- APD'de hasta günde 1 kez, gece boyunca makineye bağlı kalmaktadır.

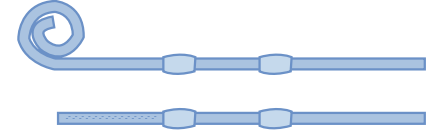
PERİTON DİYALİZİ TEDAVİSİ İÇİN GEREKLİ MALZEMELER

PERİTON DİYALİZ KATETERİ

Vücudumuza uyum sağlayacak, yumuşak silikondan yapılmıştır.

Çocuk ve yetişkinlere göre uzunlukları farklıdır.

Kateterin periton boşluğuna yerleşecek uç kısmında, diyaliz sıvısının içe ve dışa akışını sağlayacak küçük delikler vardır. Kateterlerin üzerinde, 1-2 adet keçe bant bulunur. Bu keçeler vücutta bulunan bağ dokusu tarafından örülerek kateterin yerinden çıkmasını engeller ve mikroppların tünelden içeriye geçişini önlemek için bariyer görevi görür.²



TİTANYUM ADAPTÖR

Kateter ile transfer set arasında kalan, titanyumdan yapılmış bir parçadır. Kateter ve transfer set bağlantısını sağlar. Bu kısım kalıcıdır ve değiştirilmesi gerekmez.²



TRANSFER SET

Transfer set, titanyum adaptör ile çiftli torba arasındaki bağlantıyı sağlayan bir ara settir. 4-6 ayda bir değiştirilmesi gerekir. Bunun dışında herhangi bir şekilde transfer setin ucu kaza ile açıldığında veya dokunulduğunda, diyaliz işlemi yapılmadan derhal değiştirilmesi gerekmektedir. Transfer set mutlaka hastanede ve periton diyaliz hemşireleri tarafından değiştirilmelidir.²



MINİ KAPAK

Diyaliz işlemi tamamlandıktan sonra transfer setin ucuna takılan, beyaz renkli ve içinde antiseptik solüsyon emdirilmiş sünger bulunan kapaktır. Mini kapak tamamen mikroplardan arındırılmıştır, bu nedenle özellikle iç kısmına dokunulmamalıdır. Mini kapak paketinin üzerindeki son kullanma tarihi mutlaka kontrol edilmelidir. Son kullanma tarihi geçmiş veya paket bütünlüğü bozulmuş ise kesinlikle kullanılmamalıdır. Her diyaliz işleminde yeni mini kapak kullanılmalıdır.²

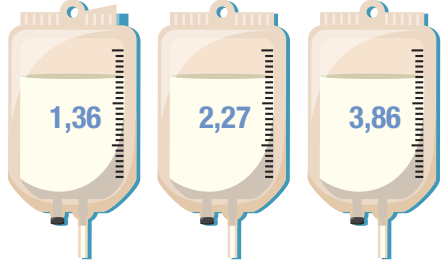


DİYALİZ SOLÜSYONLARI

Y şeklinde bir sete bağlı, bir dolu bir boş torbadan oluşur.¹

Vücudumuzda biriken atık maddeleri ve suyu uzaklaştırabilmek için diyaliz sıvıları, içinde bulunan glukoz (şeker) miktarına göre 3 türdür.¹

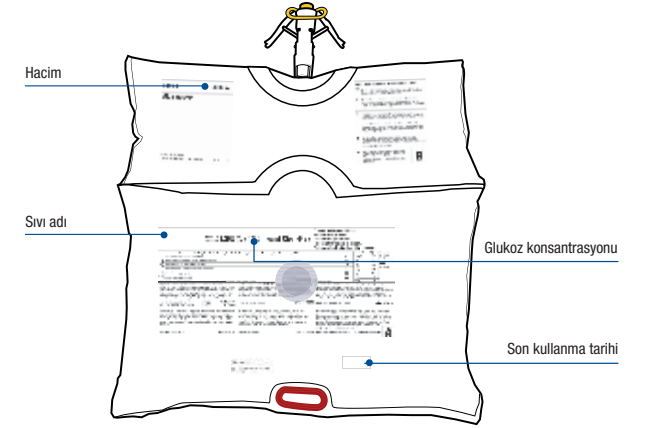
Bunlar; %1,36, %2,27 ve %3,86 oranında glukoz içerirler.¹



Sıvılar %1-%1,5- 2,5 litrelik hacimler şeklindedir.

Hangi sıvının kullanılacağına doktorunuz veya hemşireniz karar verecektir.¹ Diyaliz sıvısı kullanılmadan önce dikkat edilmesi gereken bazı noktalar vardır:

- Diyaliz sıvısının şeker oranı
- Son kullanma tarihi
- Diyaliz sıvısının miktarı
- Torbada sızıntı olup olmadığı
- Sıvının berraklığı
- Torbalarda yapışıklık kontrol edilmelidir.



ANTİSEPTİK SOLÜSYON

Diyaliz işlemi sırasında kullanılan masanın üzerini temizlemek, mikroplardan arındırmak için kullanılan özel bir sıvıdır.³

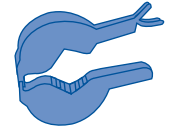
Diyaliz işlemi daha güvenli yapabilmek için, eller yıkandıktan sonra ellere de uygulanmalıdır.³

KAĞIT HAVLU

Diyaliz işlemi sırasında masayı temizlemek ve elleri kurulamak için kullanılır.³

MAVİ TORBA KLEMPİ

Diyaliz işlemi sırasında dolu torba ve boş torbaya giden yolu kapatıp-açmak için kullanılır.³



MASKE

Diyaliz işlemi sırasında, burun veya ağız yoluyla mikropların periton boşluğuna ulaşmasını engellemek için maske kullanılır.³

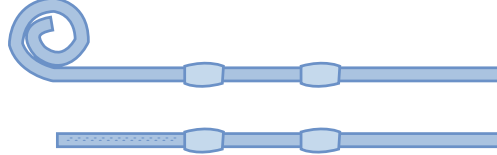


PERİTON DİYALİZİ KATETERİNİN YERLEŞTİRİLMESİ

PD (Periton Diyalizi), karın boşluğuna verilen özel bir sıvı aracılığıyla yapılan bir diyaliz yöntemidir.¹

Kateter yerleştirilmeden önce;

- Kateter yerleştirme işlemi hakkında bilgi verilir.¹
- Kateter yerleştirme işlemi için uygun tarih belirlenir.¹
- Kullandığınız ilaçlar hakkında doktorunuz ya da periton hemşirenizi bilgilendirmelisiniz.¹



KATETER NEDİR?

Kateterlerin uzunlukları kişinin beden yapısına göre değişebilir. Karın boşluğunda kalan kısmı sıvı alışverişini daha kolay sağlamak için deliklidir. Karın boşluğunda tahrişi önlemek için uç kısmı kıvrıktır. Üzerinde kateteri sabitleyen, çıkmasını önleyen iki tane keçe vardır.¹

Kateter yerleştirilmesi için randevuya gelmeden önce;

- Antibakteriyel sabunla banyo yapılmalıdır.¹
- Karın bölgesinde kıllar varsa temizlenmelidir.¹
- Hekiminizin / periton hemşirenizin önerdiği şekilde bağırsaklar boşaltılmalıdır.¹
- Kateter yerleştirilmeden önce idrar varsa mesane boşaltılmalıdır.¹

Kateter ameliyathanede veya diyaliz merkezinde takılabilir.¹

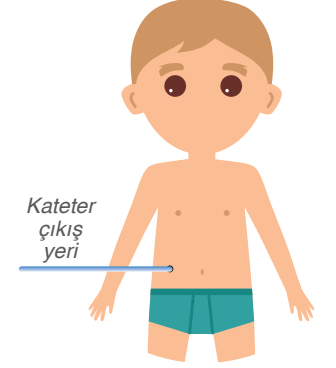
Hastanın durumuna göre hangi yöntemin kullanılacağına diyaliz merkezince karar verilir. Kateter yerleştirildikten sonra, kateterin pozisyonunu belirlemek için kontrol filmi istenebilir. Kateter takıldıktan sonra yaranın daha sağlıklı iyileşebilmesi için ünitenizin önerdiği süre boyunca pansuman açılmamalıdır (kanama, ıslaklık vb. yoksa).¹

İlk pansuman mutlaka periton diyaliz hemşiresi tarafından değiştirilmelidir. Genellikle kateter takıldıktan 2-3 hafta sonra diyalize başlanır. Bu süre içinde hastanın veya yakınının eğitimi tamamlanmış olur. Gerekli durumlarda diyalize başlama süresi kısalabilir veya uzayabilir.¹

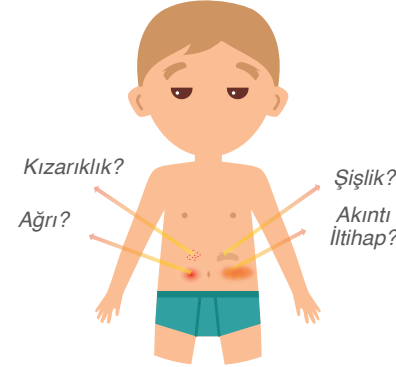
KATETER ÇIKIŞ YERİ

Kateterin vücuttan çıktığı bölgeye kateter çıkış yeri, kateterin deri altından geçen kısmına da tünel adı verilir.¹

Kateter çıkış yeri



KATETER ÇIKIŞ YERİ BAKIMI

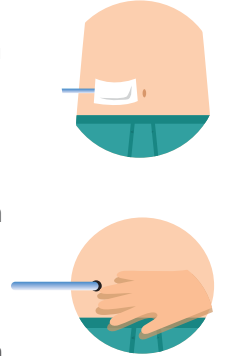


- Kateter yerleştirildikten sonra kateter çıkış yeri pansumanı düzenli yapılmalıdır.¹
- Kateter çıkış yerinin günlük bakımı, ünitenizin önerdiği şekilde yapılmalıdır.¹
- **Pansuman sırasında enfeksiyon belirtileri olan kızarıklık, ağrı, şişlik, akıntı ve sıvı sızması gibi durumlara karşı dikkatli olunmalıdır.**¹

Bu problemler kateter çıkış yerinde mikropların varlığını gösterir. Bu belirtilerin biri veya birkaçı ile karşılaşıldığında diyaliz üniteniz ile iletişim kurulmalıdır.¹

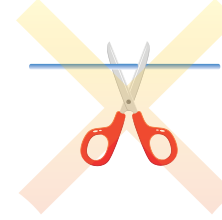
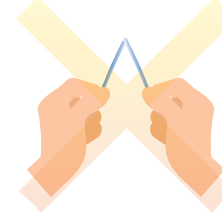
Bu problemleri çözmekte geç kalınırsa mikroplar kateter çıkış yerinden içeriye doğru ilerleyerek tünele ulaşır, bu durum kateterin çıkartılmasına neden olabilir.¹

İyi bir kateter çıkış yeri için, kateterin vücut dışında kalan kısmının hareketliliği engellenmelidir. Kateter çıkış yerindeki deri ve deri altındaki kısım bir süre sonra kateteri sararak kateterle derinin bütünleşmesini sağlar. Eğer kateterin hareketliliği önlenmezse bütünleşme sağlanamaz, mikropların kolayca yerleşip enfeksiyon oluşturabilecekleri bir ortam meydana gelir.¹



DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Pansuman sırasında mutlaka maske kullanılmalıdır. Her zaman, katetere dokunmadan önce eller iyice yıkanmalıdır.¹
- Kateter asla çekilmemeli ve bükülmemelidir.¹
- Kateterin yakınlarında makas ve iğne kullanılmamalıdır.¹
- Banyo duş şeklinde yapılmalı, banyo sonrası katater çıkış yerinin kuru olduğundan emin olunup, pansuman yenilenmelidir.¹
- Denize girerken kateter çıkış yeri, ünitenizin önerdiği su geçirmeyen bir bantla kapatılmalıdır.¹
- Kateter çıkış yerinde kabuklanma olduğunda koparılmamalıdır.¹
- Kateter delinirse delik kapatılmaya çalışılmadan, delik kısmın vücuda yakın bölümünden klempenip hemen diyaliz ünitesine gidilmelidir.¹
- Kişisel temizlik kurallarına uyulmalı, iç çamaşırlar her gün değiştirilmeli ve çok sıkı giyisiler giyilmemelidir.¹
- Kateter çıkış yerinde mikropların neden olduğu durumlarda önerilen ilaçlar düzenli alınmalıdır. Kontrol tarihlerinde mutlaka diyaliz ünitesine gidilmelidir.¹
- Kateter mutlaka iyi bir şekilde tespit edilmelidir.¹
- Özellikle terleme ile oluşabilecek rahatsızlıkları önlemek için yaz aylarında daha sık duş alınmalı, kateter çıkış yerinin kuru olduğundan emin olunup, pansuman yenilenmelidir.¹

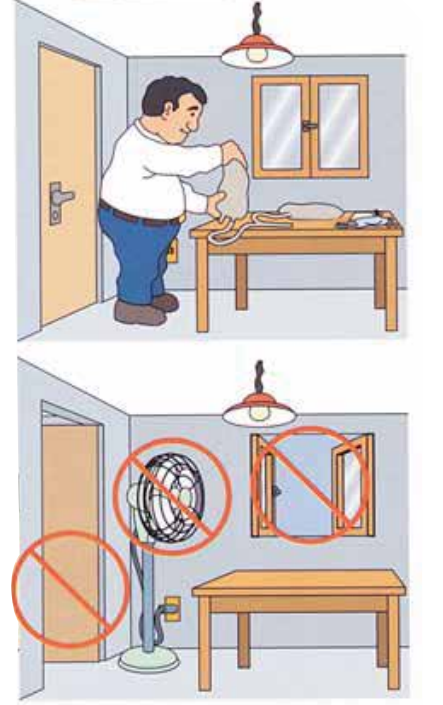


PERİTON DİYALİZİ ORTAMI NASIL OLMALIDIR?

PD (Periton Diyalizi) tedavisinin bütün aşamalarında temizlik (hijyen) kurallarına dikkat edilmelidir. Temiz teknik kullanılmasının amacı diyaliz işlemi sırasında temas edilen bütün yüzeylerdeki mikrop ve bakterileri uzaklaştırmaktır.¹

ORTAMIN ÖZELLİKLERİ NASIL OLMALIDIR?

- Aydınlatma ve havalandırmanın iyi sağlanabildiği, güneş gören bir oda olmalıdır.¹
- Diyaliz süresince kapı ve pencereler kapalı olmalıdır.¹
- Odada kullanılmayan eşyalar bulundurulmamalıdır.¹
- Diyaliz süresince oda başka amaçlarla kullanılmamalıdır.¹
- Diyaliz sırasında odada başka birileri bulunmamalıdır (çocuk hastalar ve kendi diyalizini gerçekleştiremeyen hastaların yakınları hariç).¹
- Uygun yükseklikte, çizilmeyen, temizliği kolay olan bir masa bulunmalıdır.¹
- Hareket ettirilebilir ve silinebilir bir sandalye bulunmalıdır. Silinebilir bir askı bulunmalıdır.¹
- Hareketli ve temizlenebilir bir çöp kutusu bulunmalıdır.¹
- Atıklar uygun bir şekilde imha edilmelidir.¹
- Diyaliz odası temizlenmeli, havalandırıldıktan sonra kapı, pencere kapatılmalı ve toz alınmalıdır.¹

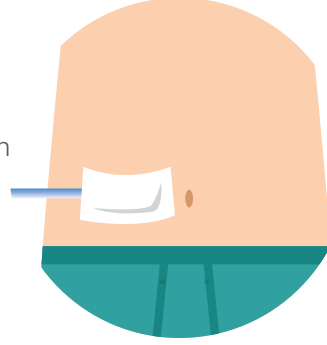


Bu ortamda;

- Rahat ve vücuda uygun temiz giysiler giyilmeli¹
- Ellerdeki takılar (saat, yüzük, bilezik) çıkartılmalı¹
- Kollar dirseklere kadar açık olmalı¹
- Tırnaklar kısa ve temiz olmalı¹
- Saçlar toplanmalı¹
- Maske kullanılmalıdır.¹

PERİTON DİYALİZİ UYGULAMASINDA HİJYEN NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Periton Diyalizinde hijyen (temizlik) kurallarına dikkat edilirse, diyaliz tedavisi daha sağlıklı ve uzun süreli uygulanır.¹
- Hijyen; fiziksel sağlığın ve bedensel bütünlüğün devamı için uygun temizlik alışkanlığıdır.¹
- Hijyen, kateter çıkış yeri enfeksiyonu, tünel enfeksiyonu ve peritonit gibi diyalizin ömrünü kısaltan enfeksiyonlardan korunmak için ve sağlıklı diyalizin devamında önemli yer tutar.¹



TEMİZLİK DENİLİNCE NELERİ ANLIYORUZ?

- Diyaliz yapılan odanın temizliğine dikkat edilmelidir. Diyaliz yapılan oda her gün temizlenmeli, havalandırılmalı, camlar kapatıldıktan sonra toz alınmalıdır.¹
- Diyaliz yapılan odada fazla eşya olmamalıdır.¹
- Diyaliz sırasında kapı ve pencere kapalı olmalıdır.¹
- Diyaliz sırasında odada evcil hayvanların bulunması sakıncalıdır.¹
- Diyaliz malzemelerinin konulduğu masanın temizliğine dikkat edilmelidir.¹
- Diyaliz sırasında odada başka kimse bulunmamalıdır (Çocuk hastalar ve kendi diyalizini gerçekleştiremeyen hasta yakınları hariç).¹
- Her diyaliz uygulamasından önce eller mutlaka en az 3 dakika süreyle ve tekniğe uygun biçimde yıkanmalıdır.¹
- Diyaliz sırasında maske takılmalıdır. Eğer maske takılmazsa mikroplar peritonit veya kateter çıkış yerinde enfeksiyona neden olabilir. Torba bağlantısı en kısa sürede ve dikkatli bir şekilde yapılmalıdır.¹

DİYALİZ SIRASINDA KİŞİSEL TEMİZLİĞE (HİJYENE) DİKKAT EDİLMELİDİR

- Vücut temizliğine dikkat edilmelidir.¹
- Banyo duş şeklinde yapılmalıdır.¹
- İç çamaşırlar her gün değiştirilmelidir.¹
- Kateter pansumanı öğretildiği şekilde ve sıklıkta dikkatle yapılmalıdır.¹
- Ağız sağlığını korumak açısından dişler düzenli biçimde fırçalanmalıdır.¹
- Tırnaklar kısa ve temiz tutulmalıdır.¹

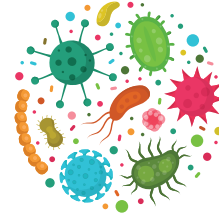


KONTAMİNASYON (KİRLENME) NEDİR?

Diyaliz sıvısı, transfer set ya da bağlantı ucunun, herhangi bir yere temas ettirilmesi nedeniyle, hastalık yapan mikropların bulaşmasına kontaminasyon (kirlenme) denir.³

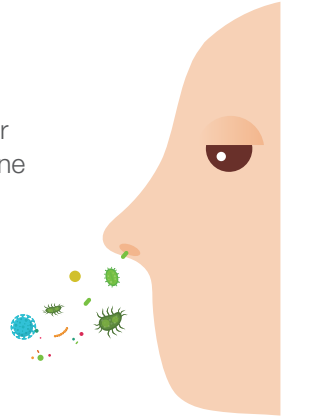
KONTAMİNASYON HANGİ YOLLARLA OLUŞUR?

Temas Yolu: Transfer set ile torba bağlantısının dikkatli yapılmaması sonucu kirlenme oluşabilir.³



Hava Yolu: Periton diyalizi sırasında odada bulunan ve göremediğimiz mikroplar, transfer setin ve torbanın bağlantı ucunun kirlenmesine neden olabilir.³

Solum Yolu: Solum esnasında ağız ve burunda bulunan mikroplar diyaliz bağlantısı yaparken açık uçların kirlenmesine neden olabilir. Aynı mikroplar öksürme ile havaya da karışır.³



- Kirl  eller



- Kateter  ıkış Yeri Pansumanının doğru yapılması



- Transfer set ve titanyum adaptör bağlantısının ayrılması³
- Patlak, delik diyaliz torbalarının kullanılması.³

DEZENFEKSİYON NEDİR? NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Dezenfeksiyon cansız yüzeylerde hastalık yapan mikropların bir kısmının ya da hepsinin öldürülmesidir. Masa, sehpa, yer zemini, mavi torba klempi gibi eşyalar cansız yüzeylere örnek olarak gösterilebilir.³
- Diyaliz yapılan oda ve zemini, masa, sehpa ve lavabo, çamaşır suyu ile temizlenerek kolayca dezenfekte edilebilir.³
- Bunların dışında Periton Diyaliz hemşiresinin önereceği dezenfeksiyon yöntemleri de kullanılır.³

ÇEVRE DEZENFEKSİYONU

- **Diyaliz yapılan masa:** Masa  zeri uygun şekilde temizlenmelidir. Bir kez silinen yer bir daha silinmemelidir.³
- **Diyaliz odası, lavabo ve musluklar:** Diyaliz yapılan oda her gün temizlenmelidir.³
- **Diyaliz sıvısı boşaltılan tuvalet temizliği:** Bu yüzeyler, diyaliz diyaliz ünitenizin önerdiği dezenfektan solüsyon ile temizlenmelidir.³

STERİLİZASYON NEDİR? NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Sterilizasyon; hastalık yapan mikropların tamamen öldürülmesidir. Karın içine verilen diyaliz sıvısı, bu sıvının karın içine verilmesini sağlayan torba ve setlerin i  yüzeyi tamamen mikropsuzdur (sterildir).³
- Diyaliz sırasında kullanılan mini kapak steril malzemelerden birisidir.³
- Pansuman için kullandığımız gazlı bezler steril olmalıdır. Enjektörler de steril olması gereken malzemelerdendir.³
- Torba değişimi esnasında uygun teknikle bu steril ortam bozulmadan bağlantı sağlanmalıdır.³

EL YIKAMANIN ÖNEMİ

- Periton diyalizi uygulayan hastalarda ellerin temizliği oldukça önemlidir.¹
- Günlük yaşamda kirl  ya da temiz, birçok iş için ellerimizi kullanırız.¹
- Bu nedenle ellerimiz en çok kirlenen ve hastalık nedeni olan mikropları taşıyan organlarımızdır.¹
- Ellerimizin kirl  olduğunu gözlerimizle görebiliriz, fakat mikropları göremeyiz.¹
- Göremediğimiz bu mikroplar karın içine ulaşarak peritonite neden olabilir.¹
- Ellerinizde oluşan kirleri su ve sabunla kolayca temizleyebilirsiniz. Yıkayarak temizlediğimiz ellerimizin üzerindeki mikropları yok edemeyiz fakat çok büyük bir kısmını ellerimizden uzaklaştırırız.¹

KAYIT TUTMANIN ÖNEMİ

DÜZENLİ KAYIT TUTMANIN GEREKLİLİĞİ

1. Kontrole geldiğinizde kayıt defterinizi yanınızda getirmeyi ihmal etmeyiniz.³
2. Kayıt defterinize günlük tansiyonunuzu ve kilonuzu yazınız.³
3. Haftada bir, 24 saat süre ile idrarınızı toplayıp ölçünüz ve defterinize yazınız.³
4. Kullandığınız sıvıların adlarını doğru yazınız.³
5. Aldığınız ve çıkardığınız sıvının miktarını ölçüp kaydediniz.³
6. Sıvının berraklığını, kanlı olup olmadığını, içinde fibrin olup olmadığını kontrol edip defterinize yazınız.³
7. Değişim esnasında diyaliz sıvı torbasına ilaç uyguladığınızda defterinize yazınız.³
8. Kayıt defterinize işlediğiniz bilgilerin doğru ve günlük olmasına dikkat ediniz.³
9. Düzenli kayıt tutma doğru reçeteleme için çok önemlidir.³

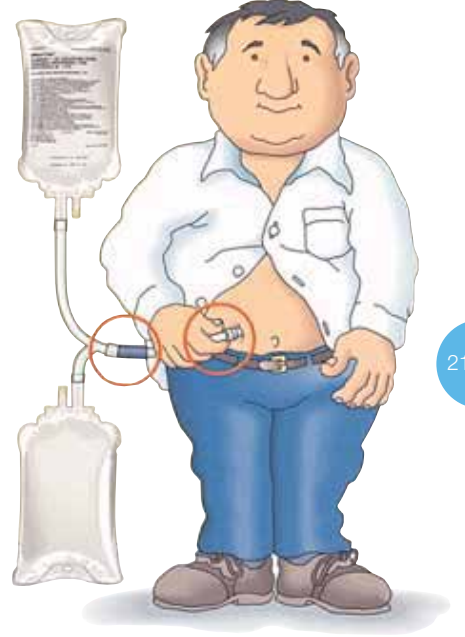
PERİTONİT NEDİR?

Peritonit, periton zarının (karın zarı) iltihaplanmasıdır.³

NASIL PERİTONİT OLURUZ?

Peritonit, mikropların periton boşluğuna ulaşmaları sonucunda meydana gelir. Mikropların periton boşluğuna ulaşmaları farklı yollardan olabilir;³

1. **Steril bağlantılara dokunma:** Periton boşluğu steril, yani mikropsuzdur. Bu nedenle periton boşluğu ile temas edebilecek her şeyin de mikropsuz olması gerekir. Steril bağlantı, transfer setin ucu, diyaliz torbasının ucu, mini kapağın iç kısmı, steril gazlı bezler, steril olan ve dokunulmaması gereken malzemelerdir.³
2. **Kateter çıkış yeri enfeksiyonu:** Kateter çıkış yeri enfeksiyonu sırasında mikroplar kateter yolu boyunca ilerleyip karın boşluğuna ulaşabilir ve peritonite neden olur. Bu nedenle kateter çıkış yeri pansumanının düzenli yapılması **ÇOK ÖNEMLİDİR**. Enfeksiyon varlığında çıkış yeri pansumanı, ünitenizin önerdiği şekilde yapılmalıdır.³
3. **Diyaliz işlemi sırasında öksürmek, aksırmak:** Ağız veya burnumuzda bulunan mikroplar öksürme, aksırma ile bağlantı yerine, oradan periton boşluğuna ulaşip peritonite neden olabilir. Burnumuzda bulunan mikroplarla ilgili ünitenizden bilgi isteyiniz. Bu nedenle diyaliz işlemi sırasında maske takılması **ÇOK ÖNEMLİDİR**.³
4. **Ellerin yetersiz yıkanması**³
5. **Kateterde veya kullanılan diyaliz sıvısının torbasında delinme:** Diyaliz işleminden önce mutlaka torbada delik olup olmadığı kontrol edilmelidir.³



PERİTONİT OLDUĞUMUZU NASIL ANLARIZ?

Peritonit olduğumuzu gösteren 4 belirti vardır. Bu dört belirtinin iyi bilinmesi çok önemlidir.³

1. Karından boşaltılan sıvının bulanık olması; Diyaliz işlemini tamamladıktan sonra mutlaka çıkan sıvıyı bulanıklık açısından kontrol edin. Çıkan sıvının bulanık olması peritonit işareti olabilir. Bu durumda mutlaka bağlı bulunduğunuz hastaneye haber verin.³

Unutmayın! Bulanık sıvı peritonit habercisi olabilir.

2. Karın ağrısı; Karın ağrısı peritonit belirtisi olabilir.³

3. Bulantı, kusma³

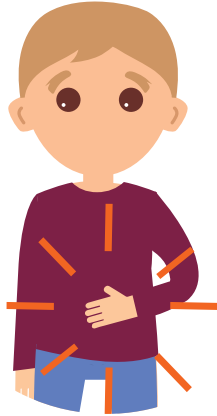
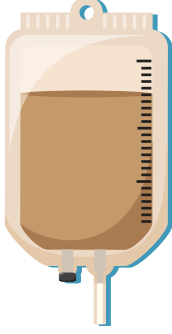
4. Yüksek ateş; Yüksek ateş, vücutta bir enfeksiyon göstergesidir. Bu durumda çıkan sıvı daha dikkatlice gözlenmelidir.³

Yukarıda belirtilen durumlardan bir veya ikisi ile karşılaştığınızda mutlaka bağlı bulunduğunuz üniteye başvurun. Eğer çıkan sıvı bulanıksa diğer belirtiler yoksa bile, diyaliz işlemi tamamlandıktan sonra hastaneye gidilmelidir. İlk bulanık sıvı atılmadan hastaneye getirilmelidir. Peritonit tedavi edilmediği zaman ciddi bir hastalığa dönüşebilir.³

Bu nedenle peritonit belirtileri olan

- **BULANIK SIVI**
- **KARIN AĞRISI**
- **BULANTI, KUSMA**
- **ATEŞ**

göz ardı edilmemelidir.³



Peritonit sırasında karından boşaltılan sıvı bulanıklaşır. Ancak peritonit dışında bazı durumlar da sıvının farklı olmasına neden olabilir. Bunlar:

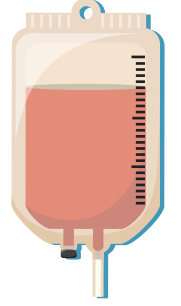
1. Fibrin: Diyaliz işlemi sırasında zaman zaman karından boşaltılan sıvıda beyaz renkli ve pamuk ipliğini andıran küçük tortular görülebilir. Buna fibrin denir. Bu tortular, kateterin deliklerinin tıkanmasına ve sonuçta diyaliz işlemi sırasında sıvı verirken veya boşaltırken problem yaşanmasına neden olabilir. Çıkan sıvıda fibrin görüldüğünde, ünitenizi aramayı unutmayın. Karından boşaltılan sıvının bulanık ya da tortulu olup olmadığı ayırt edilmelidir. Bunun için yapılması gereken; Boşaltım torbasının altına yazılı herhangi bir kağıt getirildiğinde ve boşaltım torbasının parlak kısmından bakıldığında yazılar net olarak okunabiliyorsa sıvınız berrak, okunamıyorsa sıvınız bulanık demektir. Boşaltım torbasında küçük tortular varsa ancak altta kalan yazılar okunabiliyorsa fibrin var demektir.³

BERRAK

BULANIK

TORTULU
(Fibrin)

KANLI



2. Kanlı Diyaliz Torbası: Eğer karından boşaltılan sıvı pembe renkli bir görünümde ise çıkan sıvı kanlı demektir. Çıkan sıvının az miktarda kanlı olması önemli değildir, takip edilmelidir. Kadınlarda adet dönemlerinde çıkan sıvı hafif pembe renkte olabilir. Bunun yanında aktif egzersiz yapıldığında, şiddetli öksürme sırasında karın zarında hafif kanama meydana gelebilir. Ancak kanlı sıvı gelmesi gün boyunca devam ediyorsa mutlaka ünitenizi arayınız.³

Karından boşaltılan sıvıda her zamankinden farklılık söz konusu ise, bulanıklıktan şüphe ediyorsanız ve bu konuda endişe duyuyorsanız mutlaka ünitenizi aramalısınız.³

PERİTON DİYALİZİNDE SIVI DENGESİ

Sağlıklı böbreklerin en önemli görevlerinden biri, vücudumuzda bulunan, yiyecek ve içeceklerle aldığımız sıvının fazlasını vücudumuzdan uzaklaştırmaktır. Böbreklerimiz çalışmaz hale geldiğinde, gıdalarla aldığımız sıvı vücutta birikmeye başlar. Bu nedenle diyaliz tedavisi sırasında, aldığımız ve çıkardığımız sıvıyı dengelememiz çok önemlidir. Periton diyalizi ile bir miktar sıvı vücudumuzdan uzaklaştırılır. Bu sıvının ne kadar olduğunu ölçmemiz ve alacağımız sıvının ne kadar olması gerektiğini hesaplamamız gereklidir.³



HER GÜN KILONUZU ÖLÇÜN

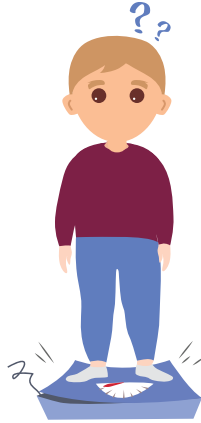
Vücut ağırlığımız iki kısımdan meydana gelir.³

- **Kuru ağırlık**
- **Su**

Kuru ağırlık denilince akla kemiklerimiz, kaslarımız gelir. Kuru ağırlık genellikle sabittir, ancak, çok fazla yemek yenildiği zaman belirli bir süre sonra artar. Su kilosu yükü vücudumuzda bulunan kan, plazma, idrar gibi kısımlardan ibarettir. Su yükü, çok fazla sıvı gıdalar alındığında artar. Vücut ağırlığımız her gün yaklaşık olarak aynı olmalıdır. Zaman içerisinde bir miktar kilo alabilirsiniz. Bu, kuru ağırlığınızın arttığını gösterir.³

1. Her sabah, mümkün olduğunca ayrı tür giysilerle örneğin pijamalarınızla tartılıp, kilonuzu defterinize kaydedin. Kilonuzda ani değişimlerin olması, vücudunuzda sıvı toplandığını işaret eder. Bu durumda ünitenizi bilgilendirmeyi ihmal etmeyin.³
2. Her gün ödem kontrolü yapılmalıdır. Vücutta aşırı sıvı birikmesi ellerde, ayaklarda, yüzde şişmeye (ödem) neden olur.³
3. Her gün en az bir kez tansiyonunuzu ölçün.³
4. Aldığınızı sıvı gıdalara dikkat edin.³

Gün içinde ne kadar sıvı almanız gerektiğini eğitim sırasında periton diyaliz hemşireniz size anlatacaktır.



Vücudumuzdaki sıvının fazlalığı veya eksikliği olumsuz etkilere yol açar.

HİPERVOLEMİ NEDİR?

Vücutta aşırı sıvı birikimine hipervolemi adı verilir. Fazla sıvı çeşitli nedenlerle vücutta birikebilir.³

HİPERVOLEMİNİN NEDENLERİ

- Hipervoleminin en önemli nedenlerinden biri tuz alınmasıdır. Tuz vücutta suyun tutulmasına neden olurken, diğer taraftan susuzluk hissinin arttırarak fazla sıvı almanıza neden olur.³
- Karın içinde bulunan kateter yer değiştirmiş olabilir ve sıvının tamamının boşalmasını engelleyebilir. Sürekli içeride biriken sıvı, vücut tarafından emilerek hipervolemiye neden olabilir.³
- Zaman içinde idrar miktarında azalma ve kaybolma olmasına rağmen aynı miktarda sıvı alımına devam edilmesi hipervolemiye yol açabilir. Böyle bir durumda, idrar miktarındaki azalmaya paralel olarak ağızdan alınan sıvı miktarı azaltılmalıdır.³

HİPERVOLEMİNİN BELİRTİLERİ

- Kilo artışı³
- Tansiyonun yükselmesi³
- Ayak bileklerinde, ellerde ve göz etrafında şişlik, ödem³
- Nefes almada güçlük, merdiven çıkmada zorlanma, yatarken fazla yastığa ihtiyaç duyma.³

Göz etrafında
ve ayak bileklerinde şişme



HİPERVOLEMİ OLUŞUNCA NELER YAPILIR?

- Tuz alımını tamamen kesiniz.³
- Sıvı gıdaların alımını azaltınız.³
- Çıkan diyaliz sıvılarınızın miktarını, tansiyonunuzu, vücut ağırlığınızı ve varsa 24 saatlik idrar miktarınızı ölçünüz.³
- Vücudunuzda ödem kontrolü yapınız.³



ÖDEM KONTROLÜ

Burası maddeler halinde yazılacak ,

- **Ayak;** ayak bileği çevresindeki şişlik , ayakkabının rahat giyilememesi
- **Eller;** parmaklara takılan yüzüğün rahatsız etmesi
- **Gözler;** göz kapaklarının şişmiş olması ve göz altında torba oluşması , göz çevresindeki kızamıklıklarda düzelme varsa vücutta ödem söz konusudur.³

HİPOVOLEMİ

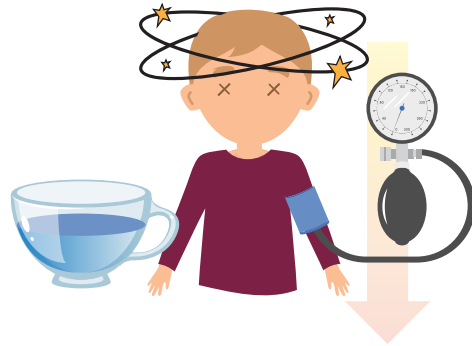
Vücutta aşırı sıvı kaybına **hipovolemi** denir.³

Hipovoleminin nedenleri

- Az miktarda sıvı alımı³
- Vücuttan fazla sıvı çekilmesi³
- İshal, bulantı, kusma ile vücuttan sıvı kaybı.³

Hipovolemi belirtileri

- Kilonuzda ani düşme³
- Tansiyonunuzda düşme³
- Baş dönmesi³
- Halsizlik³
- Krampolar³
- Ağız kuruluğu.³



HİPOVOLEMİ OLUŞUNCA NELER YAPILMALIDIR?

Mutlaka ünitenize danışınız.



DİKKAT!

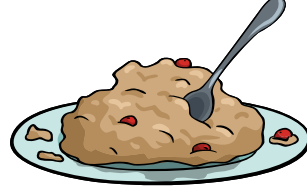
1. Her sabah tansiyonunuzu ve kilonuzu kontrol ediniz.³
2. Sıvı dengesizliği belirtilerine dikkat ediniz(Ödem, çarpıntı, halsizlik, baş dönmesi).³
3. Sıvı ve tuz alımına dikkat ediniz.³
4. Önerilen yoğunlukta sıvı kullanınız.³

PERİTON DİYALİZİNDE BESLENME

DİYET; Yenilmesi ve içilmesi gereken gıdaların çeşidine ve miktarına denir. Diyetin yeterli ve dengeli olması gerekir. Her insanın diyeti farklıdır ve kendine özgüdür. Kendi diyetimizi düzenli biçimde uygularsak, diyalizimizi daha sağlıklı biçimde sürdürebiliriz.³

DİYET BİZİM İÇİN NEDEN ÖNEMLİDİR?

Yaşamımızı sürdürebilmek için, yeterli ve dengeli bir diyet uygulamamız gerekir. Aldığımız gıdaların sindirilmesi sonucunda vücutta artık ve zararlı maddeler oluşur. Bu maddeleri en aza indirmek için diyetimizin düzenlenmesi gerekmektedir.³



DİYETİMİZDE YER ALAN MADDELER NELERDİR?

PROTEİN

Büyüme ve gelişmenin sağlanması ve sürdürülebilmesi, dokuların onarımı ve vücut savunması için en önemli olan besin türüdür.³

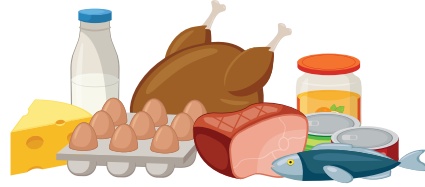
Neden proteine ihtiyacımız var?

Vücudumuzdaki atık ve zararlı maddeleri uzaklaştırmak için diyaliz uyguluyoruz. Ancak, diyalizle istemediğimiz halde vücudumuzdan bir miktar protein de atılmaktadır.

Oysa protein bizim için çok önemlidir. Bu nedenle, periton diyalizi ile kaybettiğimiz proteini yerine koymak için, bol protein içeren yiyeceklerden yeterli miktarda tüketmeliyiz.³

Protein bakımından zengin yiyecekler hangileridir?

Et, balık, tavuk, hindi, süt, yoğurt, peynir, yumurta, fasulye, mercimek gibi gıdalar protein içeriği zengin gıdalardır.³



KARBONHİDRAT

Karbonhidratlar vücuda enerji sağlamak için kullanılır ve bitkisel gıdalarda (tahıllarda) fazla miktarda bulunurlar. Diyaliz sıvısının içinde yoğun bir karbonhidrat kaynağı olan şeker vardır ve bu şekerin bir kısmı vücudumuz tarafından emilmektedir.

Bu da vücudumuza ekstra bir enerji verir ve şişmanlığa neden olur. Bu nedenle diyaliz uygularken gereğinden fazla karbonhidrat içeren gıdalar almamalıyız.³

Karbonhidrat bakımından zengin yiyecekler hangileridir?

Şeker, bal, reçel, ekmek, makarna, bisküvi, pirinç, patates, nişasta.³

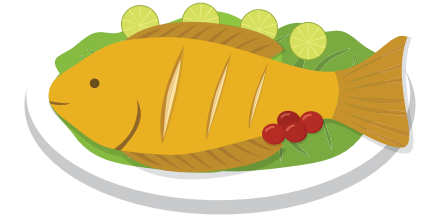
Gıdalarla aldığımız bazı mineraller vardır ki bunlar diyalizle vücuttan yeterli miktarda uzaklaştırmayabilir. Bunlar **FOSFOR** ve **TUZ**'dur.³

FOSFOR

Fosforca zengin gıdalar, aynı zamanda protein bakımından da yüksek yiyeceklerdir. Proteinli diyetle birlikte alacağımız fosforun fazlasını vücuttan uzaklaştırmak amacıyla, doktorun önerdiği FOSFAT BAĞLAYICI da denilen bazı ilaçları düzenli şekilde kullanmak çok önemlidir.³

İlacınızı yemekten önce veya yemeğe başladığınızda almayı unutmayın.

Bu ilaçları düzenli aldığınız zaman fazla fosforun kemikleriniz üzerindeki olumsuz etkileri önlenmiş olacaktır.³



TUZ

Fazla tuzlu yiyecekler yediğimizde susarız. Fazla su içtiğimizde ise vücudumuzda sıvı birikir. Bu da ayaklarımızda, ellerimizde, yüzümüzde şişmeye, tansiyonumuzda yükselmeye neden olur. Bu nedenle de tuzlu yiyeceklerden (salamura, turşu, zeytin, konserve, hazır gıda vb.) ve tuzlu yemeklerden uzak durmamız gerekir. Ayrıca diyet tuzlar ve okyanus tuzları da kullanılmamalıdır.³



YAĞ

Enerji kaynağıdır. Vücudumuzda bazı vitaminlerin (A, D, E, K) kullanılması gereklidir. Bunun için tereyağı, margarin, iç yağı gibi katı yağların yerine zeytin yağı, mısır özü ve ayçiçek yağı kullanılmalıdır.³

POTASYUM

Vücut sıvılarının dengesinin korunması ve vücudun normal faaliyeti için gereklidir. Periton diyalizi hastasında ağızdan alınan potasyumun öğünlere dağıtılmasına ve bir öğünde fazla potasyum alınmamasına dikkat edilmelidir. Kanda potasyumun yükselmesi kalbinizi ve kaslarınızı güçsüz, zayıf bırakacaktır. Potasyumdan yüksek yiyecekler şunlardır; Ispanak, semizotu, pazı, asma yaprağı, karalahana, patates, havuç, mantar gibi sebzeler; muz, kavun, kayısı, kivi, böğürtlen, kuru meyveler (kuru kayısı, kuru incir, kuru erik vb) gibi meyveler; çikolata, kahve, kakao, granül kahve, pekmez, bulgur gibi diğer yiyecekler.³



ÖNEMLİ BİLGİLER

- Diyaliz sırasında kaybettiğiniz proteinin büyük kısmı ALBÜMİN dediğimiz bir proteindir. Albümin en çok yumurta akında bulunur. Bunun için her gün 2 yumurta akı yememiz gereklidir.
- Pişirme yöntemi olarak kızartma ve kavurma yerine haşlama tercih etmeniz önerilir.
- İştahsız olduğunuz zaman, yiyeceklerinize tat verecek pul biber, kuru nane, kuru kekik, sarımsak, sirke, vanilya gibi çeşni verici yiyecekleri kullanınız.
- Kandaki potasyum yüksekse, sebzelerinizi küçük küçük doğrayınız ve haşlayıp suyunu dökünüz. Sonra yağ veya etle tekrar pişiriniz.
- Kabızlık çekiyorsanız, sabah ilk önce bir çay bardağı kadar ılık su içiniz. Yiyebildiğiniz sebze ve meyveleri mümkün olduğu kadar kabuğuyla yiyiniz.

UNUTMAYINIZ!

Periton Diyalizi Uygularken

BOL PROTEİNLİ (Et, süt, yumurta vb.)

BOL LİFLİ (meyve, sebze, kurubaklagiller vb.) gıdalar yiyin.¹

Ancak

TUZU ÇOK OLAN

ŞİŞMANLATICI (karbonhidratlı, yağlı) gıdalardan uzak durun.¹

PERİTON DİYALİZİNDE KEMİK HASTALIĞI³

KEMİKLERİMİZİ NASIL KORURUZ?

Vücudumuzu ayakta tutan ve hareketlerimizi sağlayan temel destek, kemiklerin oluşturduğu iskelettir.

Bu iskelet;
Güçlü ve hafif
Hareketli ve sabit
Mükemmel bir yapı
Mükemmel bir binadır

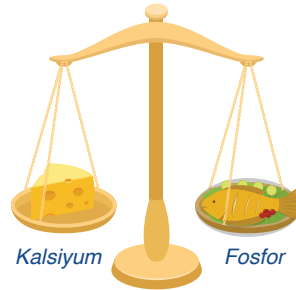
BU BİNANIN YAPI TAŞLARI KALSİYUM, FOSFOR VE D VİTAMİNİDİR.

KALSİYUM

Kemiklerin ve dişlerin sertliğini, kaslarımızın kasılmasını sağlayan önemli bir minareldir. Başta süt, peynir, yoğurt olmak üzere değişik gıdalardan alınır.

FOSFOR

Kalsiyumla beraber kemik ve dişlerin yapısında yer alan önemli bir maddedir. Kuru fasulye, bezelye, süt, peynir, yoğurt, kırmızı et, dondurma, vb. gıdalardan alınır.



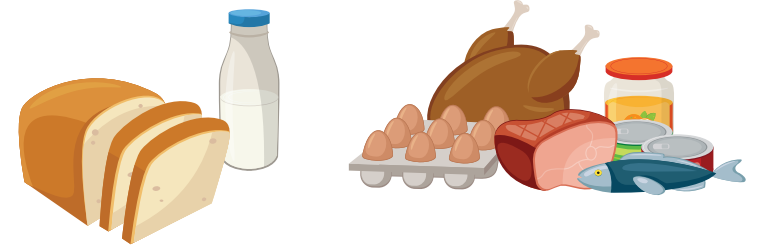
D VİTAMİNİ

Gıdalarla alınan kalsiyumun bağırsaklardan emilmesini sağlar. Ancak böbrek yetmezliği olan hastalarda, böbrekten salgılanan D vitamini yeterli miktarda olmadığı için kalsiyum eksikliği sık görülür.³

Kandaki fosfor miktarı çok yüksek olursa, kalsiyum seviyesi düşer. Vücut bozulan dengeyi sağlamak için harekete geçer ve kemiklerden kana kalsiyum geçişi olur. Böylece kemiklerde kalsiyum azalır ve yaygın kemik ağrıları, kırılmaları oluşur. Çocuklarda kemik gelişimi bozulur, böylece boy kısalığı ve gelişme geriliği görülür.³

Kandaki fosfor ve kalsiyum sürekli bir denge içerisinde bulunmaktadır. Bu dengenin korunması için, fosfor ve kalsiyumun belli değerlerde tutulması gerekmektedir. Diyaliz işlemi ile fosforun atılması mümkün değildir.³

Bu nedenle, fosforun kanda yükselmesini önlemek için fosfor bağlayıcı olarak adlandırılan ilaçlar kullanılır. Bu ilaçlar besinlerdeki fosforu kendilerine bağlayarak emilimini engeller.³



Fosfor bağlayıcı ilaçlar **yemeklerle birlikte** alındığında daha çok etkilidir.³

PERİTON DİYALİZİNDE ANEMİ (KANSIZLIK)¹

NEDENLERİ

Sağlıklı böbreğin en önemli görevlerinden birisi de kan yapımında gerekli olan eritropoetin hormonunun yapımıdır. Böbreklerin yeterince çalışmaması nedeniyle bu hormonun üretiminin azalması, kansızlığa neden olabilir.¹

Bunun yanında;

- Demir eksikliği
- B₁₂ vitamini eksikliği
- Enfeksiyon varlığı
- Diyetle yeterli miktarda demir içeren besinlerin alınamaması da kansızlığa neden olabilir.¹

KANSIZLIĞI NASIL TANIYABİLİRİZ?

Belirtiler

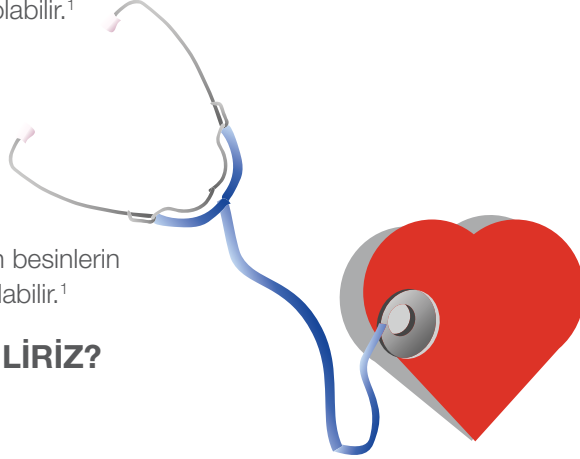
- Halsizlik ve çabuk yorulma,¹
- Ciltte renk solukluğu¹
- Kalp atım hızında artış (taşikardi),¹
- Uyku hali ve üşüme.¹

Neler yapılabilir?

Yeterli ve doğru beslenilmelidir (yeterli protein alınmalı, çay, kahve, sigara, alkol vb. demirin değerini azaltan yiyeceklerden uzak durulmalı). Demir eksikliği saptanmışsa merkezinizce önerilen, demir içeren ilaçlar düzenli kullanılmalıdır.¹

DİKKAT!

BELİRTİLERDEN HERHANGİ BİRİNİ FARKETTİĞİNİZ ZAMAN HEMEN DİYALİZ ÜNİTENİZİ ARAYINIZ.



DÜZENLİ KONTROLLERİN ÖNEMİ

Ünitenizin size uygun gördüğü tarihlerde kontrole mutlaka gelin.

Tedavinizin sağlıklı bir şekilde yürümesi için bu gereklidir.¹

1. Kontrole gelirken mutlaka kayıt defterinizi getirin.¹
2. Hastane kontrolleri sırasında bazı tetkikler için kan alınıp laboratuvara gönderilecektir. Bunun için aç karnına gelmeniz ve gerekli evraklarınızı da beraberinizde getirmeniz gerekmektedir.¹
3. Yapılan kan tahlili sonuçlarına göre kullandığınız ilaçlar tekrar değerlendirilecektir.¹
4. Tansiyon, nabız, kilo takibiniz ile birlikte, ödem ve enfeksiyon açısından kontrolleriniz yapılacaktır.¹
5. Kateter çıkış yeriniz kontrol edilecektir.¹
6. Kontrol için hastaneye gelirken diyaliz için gerekli malzemelerinizi yanınızda getirmeyi unutmayınız.¹
7. Hastanede yaptığınız değişim sıvısından gerekirse tahlil için örnek alınacak ve gerekli kontroller yapılacaktır.¹
8. Diyaliz sırasında boşalttığınız sıvıda enfeksiyon tespit edilmişse uygun tedaviye başlanacaktır.¹
9. Kontrole geldiğinizde ilgili periton hemşiresi veya hekiminize unuttuğunuz, kuşkuya düştüğünüz konular hakkında sorular sorup kendi bilgilerinizi kontrol edebilirsiniz.¹
10. Kontroller sırasında transfer setiniz 4-6 ayda bir değişecektir.¹
11. Düzenli yapılan kontrolün uzun ömürlü bir periton diyalizi anlamına geldiğini, bunun da daha kaliteli bir yaşamı beraberinde getirdiğini unutmayınız.¹
12. Daha sağlıklı yarınlar için düzenli kontrollerinizi ihmal etmeyiniz.¹

PERİTON DİYALİZİNDE KULLANILAN İLAÇLAR

AMİNO ASİT İÇEREN İLAÇLAR

Amaç: Kronik böbrek yetmezliğinde yeterli beslenmeyen hastalarda protein ihtiyacını karşılamak için kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Önerilen miktar ve şekilde, yemek esnasında alınır. Çiğnmeden yutulmalıdır.²

Saklama Koşulları: Oda ısısında ve kuru bir yerde saklanmalıdır.²

VİTAMİN D3

Amaç: Kemik hastalığını önlemek için kronik böbrek yetmezliği olan hastalarda kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Ağız yoluyla ve doktorunuzun önerdiği miktarda alınır.²

Saklama Koşulları: Oda ısısında saklanmalı ve ışıktan korunmalıdır.²

FOSFAT BAĞLAYICILAR

Amaç: Kandaki fosfor-kalsiyum dengesini sağlamak için kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Ağızdan alınır. Toz veya tablet halinde bulunur. Başka bir şekilde reçete edilmemişse yemekle birlikte alınır. Önerilen miktarda ve zamanında kullanılması gerekmektedir.²

Saklama Koşulları: Oda ısısında saklanmalı ve ışıktan korunmalıdır.²

HEPARİN

Amaç: Karın içinde oluşan fibrinlerin kateteri tıkamasını önlemek için ve drenaj problemlerini ortadan kaldırmak için kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Periton diyaliz sıvısı içine enjekte edilir. Önerilen şekilde ve dozda uygulanmalıdır.²

Saklama Koşulları: Serin yerde muhafaza edilmelidir.²

ERİTROPOETİN

Amaç: Anemi(kansızlık) tedavisinde kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Doktor reçetesine göre kullanılır.²

Saklama Koşulları: Buzdolabında saklanmalıdır. Eğer uzun bir yola gidilecekse mutlaka ilaç buz kalıpları içinde muhafaza edilmelidir.²

DEMİR

Amaç: Demir eksikliğine bağlı kansızlığı önlemede kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Tablet veya ampul olarak kullanılır. Ağız yolu ile kullanılan demir ilacı yemekten 2 saat önce veya sonra alınmalıdır. Ampul olarak kullanılan demir ilaçları hastane ortamında uygulanır.²

- Demir ilaçları çayla, süt ve süt ürünleri ile birlikte alınmamalıdır.²
- Fosfat bağlayıcılarla birlikte alınmamalıdır. Aralarında bir saatlik zaman olmalıdır.²
- Eğer mide ağrısı veya bulantı oluyorsa yemekle birlikte alınabilir.²
- Meyve suları ile alınabilir.²
- Demir ilaçları dışkı renginde değişiklikler yapabilir.²

Saklama Koşulları: Oda ısısında saklanmalı ve ışıktan korunmalıdır.²

FOLİK ASİT

Amaç: İnsan vücudundaki kırmızı, beyaz kan hücreleri ile pıhtılaşma hücrelerinin yapımında rol oynar.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Doktor önerisine göre tablet veya ampul olarak kullanılır.²

Saklama Koşulları: Kuru yerde saklanmalıdır.²

VİTAMİN

Vitamin desteği sağlamak için kullanılır.²

Önerilen miktarda ve şekilde alınmalıdır.²

ANTİHİPERTANSİFLER (TANSİYON DÜŞÜRÜCÜ İLAÇLAR)

Amaç: Yüksek tansiyonu düzenlemek için kullanılırlar.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Doktor reçetesine göre ve düzenli şekilde kullanınız.²

Saklama Koşulları: Oda ısısında saklanmalı ve ışıktan korunmalıdır.²

İNSÜLİN

Amaç: Şeker hastalarında kandaki ve diyaliz sıvısındaki şekeri dengelemek amacıyla kullanılır.²

Kullanım Şekli ve Dozu: Önerildiği şekilde ve miktarda kullanılmalıdır.²

Saklama Koşulları: Buzdolabında saklanmalıdır. Taşınma sırasında buz kalıpları içinde muhafaza edilmelidir.²

DİYALİZ YETERLİLİĞİ

Diyaliz yeterliliği, uygulanan periton diyalizi tedavisinin, hasta açısından yeterli olup olmadığının belirlenmesidir.¹

UYGULANAN DİYALİZİN YETERLİ OLUP OLMADIĞINI NASIL ANLARIZ?

Halsizlik, yorgunluk, iştah azalması, bulantı, uyku düzensizliği gibi şikayetler, uygulanan diyalizin yetersiz olduğunun göstergesi olabilir.¹

Bu belirtilerin hepsi aynı anda görülmeyebilir. Ayrıca bu şikayetler başka bir hastalığın belirtisi de olabilir.¹

Genel durumunuzda daha öncekine göre farklılık hissederseniz, ünitenizi aramayı ihmal etmeyin.¹

Yeterli diyaliz olduğunuz taktirde yukarıda sayılan şikayetlerin hiç birini yaşamayacak, kendinizi son derece sağlıklı ve mutlu hissedeceksiniz. Günlük yaşamınızı normale yakın şekilde sürdürebileceksiniz.¹

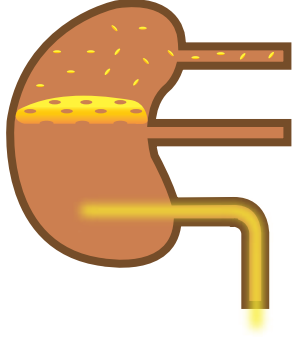
Üniteniz size en uygun tedavi programını belirleyecektir.¹

DİYALİZ YETERLİLİK TESTLERİ NELERDİR?

Periton zarının (karın zarı) nasıl çalıştığını belirlemek ve ihtiyaç duyulan diyaliz dozunu tespit etmek amacıyla uygulanan testlerdir.¹

NEDEN BU TESTLERE İHTİYAÇ DUYULUR?

Her insan bir diğerinden beden yapısı, idrar miktarı ve karın zarının çalışması bakımından farklıdır. Diyaliz ünitenizde uygulanan bazı testlerle, ihtiyacınıza göre size en uygun tedavi şekli belirlenecek ve uygulanacaktır.¹



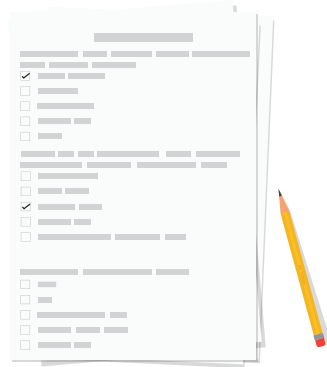
Kalan böbrek fonksiyonu nedir?

Diyalize başladığınızda hala böbreklerin idrar çıkarmaya devam ediyor olabilir. Bu, kalan böbrek fonksiyonudur. İdrar miktarı her insanda farklı olabilir. Çok miktarda idrar bile atık maddeleri temizlemeye devam eder.¹

Zaman içerisinde idrar miktarı azalır ve aniden durabilir. Sizin için önemli olan idrar miktarındaki değişiklikleri takip etmektir. Ünitenizin size önerdiği sıklıkta 24 saatlik idrar miktarınızı takip etmelisiniz.¹

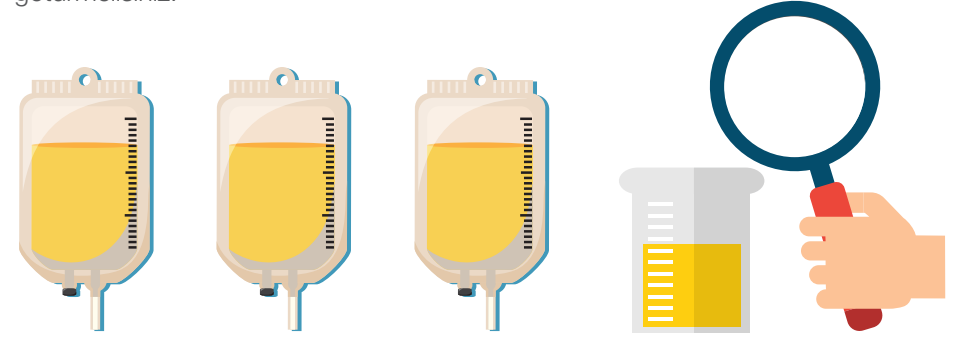
DİYALİZ YETERLİLİK TESTLERİ NE SIKLIKLA YAPILIR?

Diyalizinizin ne kadar yeterli olduğunu ortaya koyan çok sayıda değişik test uygulanmaktadır. Periton diyalizi tedavisine başladıktan bir süre sonra diyaliz üniteniz bu testleri size uygulayacaktır. Daha sonra yine ünitenizin uygun gördüğü zamanlarda bu testlerin tekrarı için hastaneye çağırılacaksınız.¹



TESTLERİN YAPILABİLMESİ İÇİN SİZDEN İSTENENLER:

- 1. 24 saatlik idrar toplama:** Eğer idrarınız varsa bunun için sabah ilk idrarınızı atıp daha sonra çıkan tüm idrarları ve ertesi gün ilk idrarınızı da toplamanız gerekmektedir.¹
- 2. 24 saatte çıkan diyaliz sıvısının toplanması:** SAPD (Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi) uyguluyorsanız sabah ilk değişiminiz sırasında çıkan sıvıyı atın. Daha sonraki değişimlerde boşalttığınız sıvıları toplayın. Ertesi günü ilk diyalizinizde çıkan sıvıyı da ilave ederek, karışımından ünitenizin önerdiği şekilde ve miktarda örnek alıp ünitenize götürmelisiniz.¹



APD (Aletli Periton Diyalizi) uyguluyorsanız makine ile çıkan tüm sıvılardan ve eğer gün ortasında da değişim yapıyorsanız bu değişim sırasında boşalttığınız sıvıyı da ilave ederek yine ünitenizin önerdiği şekilde ve miktarda örnek alıp ünitenize götürmelisiniz.¹

Bu testler için aynı zamanda bir miktar kan da alınacaktır.

Not: Diyalizle çıkan tüm sıvıların miktarını ve idrar miktarınızı kaydetmeyi unutmayın.¹

PET NEDİR?

PET (Periton Eşitleme Testi): Karın zarının nasıl çalıştığını belirlemek amacıyla hastanede uygulanan bir testtir.¹

Diyaliz ünitenizin uygun gördüğü tarihte ve sabah değişiminizi yapmadan ünitenize gitmeniz gerekir.¹

APD (Aletli Periton Diyalizi) uyguluyorsanız bir gün öncesinden daha erken tedaviye başlayıp erken saatte diyalizinizi bitirmeniz gerekir. Eğer makine ile diyalizde gündüz karnınızda sıvı bırakmıyorsanız ünitenizi aramalısınız.¹

Test süresi 4 saattir. Bu süre içinde 3 kez diyaliz sıvısı örneği, 1 kez kan örneği alınarak laboratuvarında incelenir.¹

ÖNEMLİ!

Herhangi bir sorunuz olursa (peritonit, kateter tıkanması, kabızlık, ödem, sızıntı vs.) ünitenizi mutlaka aramalısınız. Bu gibi durumlar test sonucunu etkileyebilir.

Yapılan tüm bu testler size daha iyi diyaliz imkanı sağlamak ve sizi daha sağlıklı kılmak için yapılmaktadır.

Ne kadar yeterli diyaliz olursanız kendinizi o kadar sağlıklı ve iyi hissedersiniz.



DİYALİZ İLE YAŞAM

1. PERİTON DİYALİZİ HASTALARI İŞLERİNE DÖNEBİLİR Mİ?

Evet, diyalize başladıktan kısa bir süre sonra yeniden işinize dönebilirsiniz. Sağlık ekibinize danışıp ne zaman işe başlayabileceğiniz hakkında bilgi edinebilirsiniz. Ayrıca işvereninize konuşarak, çalışma saatlerinizi ve iş yoğunluğunuzu düzenleyebilirsiniz.¹

Eğer çiftli torba değişim (SAPD) Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi yapıyorsanız, iş yerinizde değişim yapabileceğiniz uygun bir ortam oluşturmalsınız.¹



2. PERİTON DİYALİZİ HASTALARI EĞİTİMLERİNE DEVAM EDEBİLİR Mİ?

Evet, böbrek yetmezliği olan okul çağı çocukları veya üniversite öğrencileri diyalize başladıktan kısa bir süre sonra yeniden eğitimlerine devam edebilirler. Eğer SAPD (Sürekli Ayaktan Periton Diyalizi) tedavisi uyguluyor iseniz, okul idaresi ile konuşarak değişim yapabileceğiniz uygun bir yer ayarlayabilirsiniz.¹

Eğer APD (Aletli Periton Diyaliz) tedavisi uyguluyor iseniz gündüz eğitiminize zaman ayırıp, gece cihaz tedavisi ile konforlu bir diyaliz tedavisi uygulayabilirsiniz.¹



3. PERİTON DİYALİZİ HASTALARI SEYAHAT EDEBİLİR Mİ?

Evet, diyaliz hastası olmanız seyahat yapmanıza engel değildir. Bir seyahat planı yaparken dikkat edecekleriniz;

- Doktor ve doktor ve periton diyalizi hemşiresinin onayını alınız.¹
- Gideceğiniz yerde, ulaşabileceğiniz sağlık merkezlerini öğreniniz.¹
- Yanınıza mutlaka yeterli miktarda kullandığınız diyaliz malzemenizi alınız.¹



4. PERİTON DİYALİZİ HASTALARI CİNSEL HAYATLARINA DEVAM EDEBİLİR Mİ?

Evet, diyaliz hastası olmak cinsel yaşamınızda pek fazla sınırlama getirmez. Bayan hastaların hamile kalmamaları için doktor kontrolünde doğum kontrol yöntemlerinden birini kullanmaları uygundur. Bu konu ile ilgili problemlerinizi ve merak ettiklerinizi doktorunuz ve periton diyaliz hemşireniz ile konuşabilirsiniz.¹

5. PERİTON DİYALİZİ HASTALARI YÜZEBİLİR Mİ?

Evet, kateter çıkış yerinizde herhangi bir problem yoksa, temizliğinden emin olduğunuz denizde (sabahları) kalabalık olmayan yerlerde yüzebilirsiniz. Doktorunuz ve periton diyaliz hemşireniz görüşerek bu konu ile ilgili almanız gereken önlemleri ve yapmanız gerekenleri ayrıntılı olarak öğreniniz.¹

6. PERİTON DİYALİZİ HASTALARI EGZERSİZ YAPABİLİR Mİ?

Evet, doktor ve periton hemşirenizin onayını alarak egzersiz planı yapabilirsiniz, yapacağınız egzersiz planında dikkat edecekleriniz,

- Sürekli yapabileceğiniz bir aktivite olmalıdır. Ör; yürüyüş, yüzme, bisiklete binme.¹
- En az haftada üç gün egzersiz yapmalısınız. Ör; Pazartesi, Çarşamba, Cuma)¹
- Egzersiz süresini 5 dakika ile başlayıp yavaş yavaş artırarak 30-45 dakikaya yükseltebilirsiniz.¹
- Egzersize başladığınız ilk günlerde yanınızda bir arkadaş bulundurunuz.¹



NE ZAMAN EGZERSİZ YAPMALIYIM?

- Yemekten sonra bir saat bekleyiniz.
- Çok sıcak günlerde egzersizden sakınınız.
- Sabah ve akşam saatleri egzersiz için en uygun saatlerdir.
- Uyku zamanından bir saat önce egzersiz yapmayınız.

NE ZAMAN EGZERSİZ YAPMAYI DURDURMALIYIM?

- Kendinizi çok yorulmuş hissediyorsanız
- Kısa kısa nefes alıyorsanız
- Kalp atışlarınız hızlı ve düzensiz ise
- Midenizde ağrı hissediyorsanız
- Bacaklarınızda kramp oluşmuşsa
- Göz kararması varsa, egzersiz yapmayı durdurmalısınız.

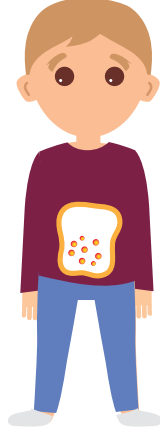
EGZERSİZ YAPMAMANIZ GEREKEN ZAMANLAR VAR MIDIR?

- Ateşiniz varsa
- Diyaliz programınız değişmişse
- İlaç alımları değişmişse
- Karnınız açsa
- Kemik hastalığı probleminiz varsa, egzersiz yapmamalısınız.
- Hafif egzersiz yaparak fazla kilo alımınız engellenir ve kan dolaşımınız düzene girer.

PERİTON DİYALİZİ TEDAVİSİNDEN AYRILMA NEDENLERİ

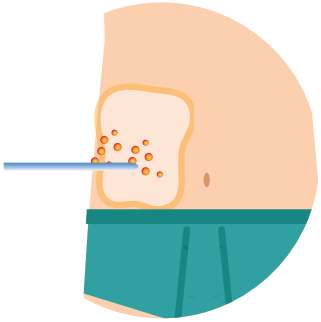
PERİTONİT (KARIN ZARI İLTIHABI)

Sık geçirilen, iyileşmeyen karın zarı iltihapları, karın zarında yapışıklıklara neden olur, karın zarındaki atık maddeleri süzme işlevini tam anlamıyla yerine getirmez. Peritonit sırasında kandan protein kaybı daha çok artar. Hastada bazen beslenme sorunları ortaya çıkabilir. Protein kaybının artması ile vücut direnci azalır. Enfeksiyonlara eğilim artar. Bir süre sonra periton diyalizi olanaksız hale gelebilir ve hasta tedaviden ayrılmak zorunda kalır.³



KATETER ÇIKIŞ ENFEKSİYONU

Normalde kateter takılmasını takiben ilk 1-6 ay içerisinde çıkış yerinin iyileşmiş olması gerekir. Bunun için kateter pansumanının düzenli bir şekilde yapılması ve vücut temizliğine dikkat edilmesi gerekmektedir.³



Bütün bunlara dikkat edilmemesi durumunda:

- Kateter çıkış yerinde ciddi iltihaplanmalar³
- Tünel enfeksiyonu³
- Peritonit (karın zarı iltihabı) meydana gelebilir.³
- Bu da hastanın tedavisini aksatır ve tedaviye ara vermesine sebep olabilir.³

FITIKLAR

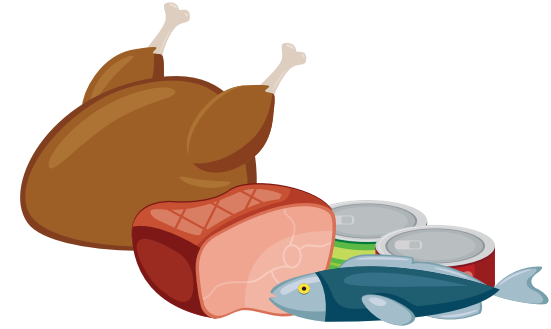
Karın boşluğuna verilen diyaliz sıvısının, karın duvarına yaptığı basınç sonucunda fıtık gelişebilir. Genellikle göbek etrafında, kasıkta ve ameliyat yerinde görülebilir. Fıtık gelişmesi halinde, hekim önerisi ile tedavi şekli düzenlenir. Eğer uygun ise APD (Aletli Periton Diyalizi) uygulanabilir. Ya da hastanın belirli bir süre için veya tamamen tedaviden ayrılması gerekebilir.³

BESLENME SORUNLARI

Periton diyalizi ile günde belirli miktarda protein kaybı olmaktadır. Protein kaybının beslenme ile yerine konulmaması halinde;

- Vücut direnci azalır³
- Enfeksiyona eğilim artar³
- Vücutta sıvı yeterli miktarda uzaklaştırılmaz, vücutta ödem (şişme) meydana gelir.³

Bütün bunların sonucunda hasta tedaviden ayrılmak veya ara vermek zorunda kalabilir.³



DİYABET (ŞEKER HASTALIĞI) VE PERİTON DİYALİZİ

Diyabet, vücudun kan şekeri düzeyini normal sınırlar içinde tutma yeteneğini kaybetmesidir. Kan şekeri miktarını kontrol eden maddeye insülin adı verilir. Şeker hastalığında vücut ya hiç insülin salgılayamaz, ya da yetersiz insülin salgılar veya salgıladığı insülini gerektiği şekilde kullanamaz.¹

DİYABET VÜCUDUMUZU NASIL ETKİLER?

Diyabet, kalp, böbrekler, gözler ve beyin de dahil olmak üzere vücudumuzun birçok bölümüne zarar verebilir.¹

- Kan damarlarının yüksek şeker nedeniyle hasar görmesi, yaraların daha geç iyileşmesine neden olabilir.¹
- Diyabetin böbreklere verdiği zarar nedeniyle size önerilen tedavi seçeneklerinden biri de PERİTON DİYALİZİ'dir.¹
- Periton Diyalizi işlemine ilişkin uygulamalar, diyabeti olmayan böbrek hastalarıyla aynıdır.¹
- Diyaliz torba değişimi gün boyunca ana öğünlere (kahvaltı, öğle ve akşam yemeklerine) rastlayacak şekilde yapılır. Son değişim gece yapıldıktan sonra, hafif yiyecekler alınmalıdır.¹

DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Kan şekerinin yüksek olması vücudun bağışıklık sistemini zayıflatır.¹
- Kan şekerinin kontrol altında tutulması gereklidir.¹

KATETER ÇIKIŞ YERİ BAKIMI

- Diyabetin kan damarlarına yaptığı hasar, kan dolaşımını bozduğu için, ciltteki kesik ve yaraların yavaş iyileşmesine neden olur.¹
- Bu nedenle kateter çıkış yeri bakımını düzenli olarak, öğretilen şekilde ve sıklıkta yapılmalıdır.¹



Kan şekerinin yüksek olması, kişinin bağışıklık sistemini zayıflatır. Ağızda, ayaklarda, akciğerlerde, mesanede, üreme organlarında, deride enfeksiyona neden olabilir. Tüm bunların peritonite yol açabileceği düşünülerek böyle bir durumla karşılaşıldığında **MUTLAKA** ünitenize başvurmalsınız.¹

Öğretilenlere bağlı kaldığınız sürece (hijyen, temizlik, el yıkama, dikkatli uygulama, kateter çıkış yeri pansumanı gibi) sorunsuz ve rahat bir diyaliz sağlanabilir.¹

AYAK BAKIMI

Diyabet hastaları ayak bakımına dikkat etmelidir.

- Ayaklarınızı her gün kontrol edin. Herhangi bir yara, ayaklarınızda veya parmaklarınızda herhangi bir değişiklik (renk, sıcaklık veya biçim değişikliği) olup olmadığını kontrol edin.¹



- Ayaklarınızı her gün bir sabun ile yıkayın. Özellikle parmak aralarının iyice kurulanması, mantar enfeksiyonlarının önlenmesi için gereklidir.¹
- Ayak tırnaklarınızın bakımına özen gösterin. Tırnaklarınızın banyodan sonra, yumuşak iken, düz biçimde kesin. Derin kesimlerden kaçının.
- Ayaklarınızda nasırlara ve sertleşmiş deri bölümlerine dikkat edin. Kesinlikle ılık su ile yumuşatarak temizleyin. Kesici alet kullanmayın. Ayaklarınız koruyun, asla çıplak ayakla dolaşmayın, yumuşak, pamuklu-yünlü çoraplar giyin.¹
- Ayak dolaşımınızı güçlendirin. Her gün yürüyüş ve ayak egzersizleri yapın. Ayağınızı sıkmayan, yüksek olmayan, önü kapalı ve rahat ayakkabılar giyin.¹
- Ayakla ilgili sorunlarınızı sağlık ekibi ile paylaşın.¹

CİLT BAKIMI

- Sabun ve ılık su kullanarak, sık sık duş şeklinde banyo yapın.¹
- Cildinizde çizik, morarma, yara oluşmamasına dikkat edin.¹
- Elinizi yaralayabilecek işler yaparken eldiven giyin.¹
- Soğuk havalarda cildinizi soğuktan koruyacak giysiler giyin, sıcak havalarda güneş ışınlarından korunun.¹

HAREKET VE EGZERSİZ NEDEN GEREKLİDİR?

- Hareket ve egzersiz kanınızdaki şekerin daha iyi kontrol edilmesine yardımcı olur.¹
- Kilonuzun ayarlanmasına yardımcı olur. Genel sağlığınıza olumlu yönde etkiler. Fiziksel ve ruhsal olarak kendinizi daha iyi hissetmenizi sağlar.¹
- Kendinize uygun aktiviteyi yapmalısınız.¹
- Yapacağınız her aktivite yaşam kalitenize bir kazançtır (ev işi, bahçe işi egzersiz sayılır).¹
- Egzersizler içinde en kolay olanı yürüyüş yapmaktır.¹
- Temiz havada, uygun olan her fırsatta yürüyüş yapmakta yarar vardır.¹
- Yemeklerden 1 saat kadar sonra yürüyüş yapılmalıdır.¹
- Ayrıca yavaş koşu ve bisiklete binmek sizin için yararlıdır.¹



İNSÜLİN

Şeker hastalarında kandaki ve diyaliz sıvısındaki şekeri dengelemek amacıyla kullanılır. Diyaliz sıvısı içine veya deri altına uygulanabilir. Periton Diyalizi sıvısı içine uygulanan, kristalize insülin (berrak olan).¹

İNSÜLİN KULLANIRKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN ÖNEMLİ NOKTALAR

- İnsülini soğuk bir yerde, tercihen buzdolabının kapağında saklayın.¹
- İnsülini hiç bir zaman dondurmayın.¹
- İnsülini direkt güneş ışığında bırakmayın.¹
- Buzdolabında daima yedek insülin bulundurun.¹
- Yolculuğa çıktığınızda buz kalıpları içinde, el çantanızda yedek insülin bulundurun.¹

NE KADAR İNSÜLİNE İHTİYACINIZ VAR?

Her diyabet hastasının insülin ihtiyacı farklıdır. Üniteniz size ne kadar insüline ihtiyacınız olduğunu bildirecektir. Bu da pek çok faktöre bağlıdır.¹

ÖNEMLİ NOKTALAR

- Vücut ağırlığınız¹
- Vücut yapınız (vücudunuzdaki yağ ve kas miktarı)¹
- Fiziksel aktivite düzeyiniz¹
- Yediğiniz besin miktarı¹
- Genel sağlık durumunuz¹
- Duygusal durumunuz¹
- Karşılaştığınız stres oranı¹
- Kullandığınız ilaçlar¹
- Diğer hastalıklarınız¹
- Kullandığınız diyaliz sıvısının şeker yoğunluğu¹

İhtiyaçlarınıza ve yaşam biçiminize en uygun insülin tedavi programınız PD merkezince belirlenecektir.¹

PERİTON DİYALİZ SIVISINA İNSÜLİN UYGULANMASI

Hastanede eğitim sırasında öğrenildiği şekilde periton diyaliz sıvısı içine insülini kendiniz hazırlayıp koyabilirsiniz.

İNSÜLİN UYGULAMA TEKNİĞİ NASIL OLMALI?

Diyaliz işlemine başlamadan önce;

- İlacınızın son kullanma tarihini kontrol edin, son kullanma tarihi geçmiş insülini kullanmayın.³
- Tavsiye edilen dozu kontrol edin.³
- İlaç şişesinde renk değişikliği, tortu veya bulanıklık olmamasına dikkat edin.³

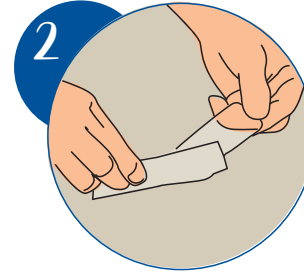
Torbaya insülin uygulaması, drenaj işlemi bitip setlerin yıkanması tamamlandıktan sonra yapılmalıdır.³

1. İşleme başlamadan önce ellerinize antiseptik solüsyon uygulayın.³
2. İnsülin şişesini hafifçe alt üst yaparak sallayın.³
3. Lastik tıpanın üstündeki koruyucu kapağı açın.³
4. İnsülin şişesinin üzerini ve diyaliz sıvısının ilaç uygulama yerini antiseptik bir solüsyonla temizleyin.³
5. İnsülin enjektörünü açın, önerilen miktarda ilacı enjektöre çekin.³
6. Enjektör içindeki hava kabarcıklarını kontrol edin. Doğru miktarda ilaç çektiğinizden emin olun. (Bu işlemleri drenaj aşamasında yapabilirsiniz).³
7. Diyaliz sıvısının ilaç uygulama kısmından insülini torba içine verin. Bu işlem sırasında torba delinmemelidir. Kaza ile delinen torbalar kesinlikle kullanılmamalıdır.³
8. İğne ucunu çıkartmadan enjektörün pistonunu 1-2 kez çekip tekrar itin.³
9. İlacın karışması için diyaliz torbasını hafifçe sallayın.
10. Kalan insülin buzdolabında muhafaza edilmek koşulu ile tekrar kullanılabilir.

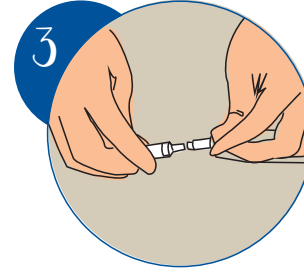
PERİTON DİYALİZİ SIVISINA İLAÇ UYGULAMASI



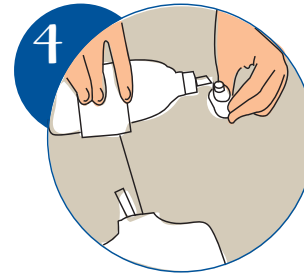
Elinize antiseptik solüsyon uygulayınız.³



Enjektörün ambalajını ucundan açınız.
Enjektör ve iğnesini ortasından tutunuz.³

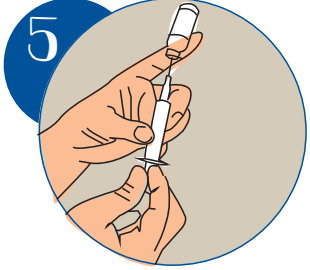


Enjektör ve iğneyi, açık uçlarına dokunmadan, karşılıklı getirerek birleştiriniz ve masanın üzerine bırakınız.³



İlaç şişesinin metal kapağını kaldırarak lastik kısmı antiseptik solüsyonla siliniz.³

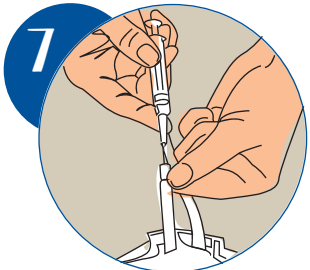
PERİTON DİYALİZİ SIVISINA İLAÇ UYGULAMASI



Uygun miktarda ilacı enjektöre çekiniz. Enjektörde hava kabarcığı olmamasına dikkat ederek ilaç dozunu tekrar kontrol ediniz ve iğnenin ucuna koruyucu kapağı takarak, enjektörü masanın üzerine bırakınız.³



Diyaliz sıvısının ilaç uygulama kısmını antiseptik solüsyonla siliniz.³



Enjektöre çektiğiniz ilacı lastik uçtan sıvı torbasına veriniz. İğne ucunu çıkartmadan enjektör pistonunu 1-2 kez çekip tekrar itiniz ve ilacın karışması için diyaliz torbasını hafifçe sallayınız.

DİYABETİK PERİTON DİYALİZİ HASTALARINDA BESLENME

- Uygun zamanlarda ve size önerilen şekilde beslenmenize dikkat edin. Yemeklerinizi diyaliz işleminden yarım saat sonra yiyin.³
- Gece diyalizinizden sonra hafif bir şeyler atıştırmayı unutmayın.³
- Yeterli ve dengeli beslenmeye özen gösterin. İdeal vücut ağırlığınızı koruyun.³
- Öğün atlamayın. Yemekleri zamanında ve önerilen miktarlarda tüketin.³
- Ev dışında yemek yediğiniz zaman veya içeriğini bilemediğiniz yiyecekleri ünitenize danışın.³
- İnsülin ve ilaçlarınızı zamanında kullanın.³
- Önerilen fizik aktiviteleri yapmaya gayret edin.³
- Kesinlikle sigara kullanmayın.³



ÖNEMLİ

- Peritonit, kateter çıkış yeri enfeksiyonu, ishal, soğuk algınlığı, diş iltihabı gibi durumlarda kan şekeri normal sınırların dışına çıkabilir.³
- Böyle durumlarda hipoglisemi (kan şekerinin çok düşmesi) veya hiperglisemi (kan şekerinin çok yükselmesi) ile karşılaşabilirsiniz.³
- Kan şekerinizi ünitenizin önerdiği sıklıkta kontrol edin. Her zamankinden farklı sonuçla karşılaşırsanız **MUTLAKA** merkezini arayınız.³

PERİTON DİYALİZİNİN AVANTAJLARI

- Periton diyalizi, kalan böbrek işlevlerini daha uzun süre korumaktadır.¹
- Daha iyi kan basıncı kontrolü sağlanabilmektedir.¹
- Daha iyi sıvı kontrolü sağlanabilmektedir. Vücutta aşırı sıvı birikimi olmaz ve sıvı kısıtlaması daha azdır.¹
- Düzenli olarak ve her gün vücuttan fazla olan sıvı uzaklaştırıldığı için kalp ve damar sistemine yüklenme çok az olmaktadır.¹
- Kanın pıhtılaşmasına engel olmak amacıyla, damar içi yoldan heparin uygulamasına gerek duyulmamaktadır.¹
- Periton diyalizinde kan kaybı görülmez.¹
- Tedavi hastanın kendisi tarafından uygulanmakta ve hasta kendini daha iyi hissetmektedir.¹
- Tedavinin uygulama şekliyle ilgili eğitim basittir ve kısa sürelidir.¹
- Bir diyaliz ünitesine bağlılık gerektirmemektedir. Aletli Periton Diyalizi'nde kullanılan cihaz çok hafif olduğu için taşınabilir. Dolayısıyla, hem APD hem de SAPD seyahate bir engel oluşturmamaktadır.¹
- Diyaliz sıvıları dağıtım ekibi tarafından hastaların evlerine teslim edilir.¹
- Hastalara daha serbest diyet imkanı sağlar.¹

KAYNAKLAR

1. Türk Nefroloji Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği Üyeleri, Periton Diyalizi El Kitabı, 2009, S: 7-28,64-68,82,181-184.
2. Türk Nefroloji Derneği, Periton Diyalizi Başvuru Kitabı, 2019, S:1-7,25,74-75,197-204,271-280.
3. Türk Nefroloji Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği Üyeleri, Periton Diyalizi Uygulamaları Kitabı, S: 14-16,24-29,61-64,71-72,74-77,80,101-103,129-132.



PERİTON DİYALİZİ EL KİTABI



Baxter Türkiye Renal Hizmetleri A.Ş.
Dereboyu Caddesi Bilim Sokak No:5 Sun Plaza
K:24-25/ Maslak, İstanbul/Türkiye
T: 0212 365 5300
www.baxter.com.tr

Baxter