
ŠTO JE HEMODIJALIZA?



BUBREG
INFO CENTAR

ŠTO JE HEMODIJALIZA?

Hemodijaliza je postupak nadomještanja bubrežne funkcije kojim se iz krvi uklanjaju štetne tvari, suvišna tekućina i regulira ravnoteža elektrolita. Postupak se provodi pomoću aparata za dijalizu i dijalizatora (umjetnog bubrega - filtera), a krv se izvodi iz tijela kroz krvožilni pristup (fistula, graft ili kateter).

Hemodijaliza je važan dio vašeg liječenja. Uz suradnju s liječnikom, pravilnu prehranu i brigu o sebi moguće je živjeti aktivno i kvalitetno.

KAKO IZGLEDA POSTUPAK?

Hemodijaliza se obično provodi 3 puta tjedno, u trajanju od 3–5 sati. Sam postupak uključuje:

1. Pripremu – mjerenje krvnog tlaka, pulsa i tjelesne mase.
2. Spajanje na sustav – punkcija fistule ili spajanje katetera.
3. Prolazak krvi kroz dijalizator – krv se čisti od toksina i vraća u tijelo.
4. Završetak – uklanjanje igala, stavljanje zavoja i kontrola vitalnih znakova.

Za mnoge pacijente postupak može biti naporan, ali s vremenom postaje dio rutine.

VASKULARNI PRISTUP

Kako bi dijaliza bila učinkovita, potreban je dobar pristup krvotoku:

- Arteriovenska fistula – dobiva se kirurškim spajanjem arterije i vene, obično na ruci. Traje najduže i ima najmanje komplikacija. Sam kirurški postupak je kratak i radi se ambulantno u lokalnoj anesteziji
- Graft – umjetna cjevčica koja povezuje arteriju i venu, koristi se ako fistula nije moguća.
- Kateter – plastična cjevčica postavljena u veliku venu, obično u vratu. Koristi se privremeno, jer ima veći rizik infekcije. U pojedinim slučajevima je potrebno postavljanje katetera u području prepone.

Njega fistule je vrlo važna: ne mjeriti tlak niti vaditi krv iz te ruke, izbjegavati nošenje teških predmeta i paziti na higijenu. Osobito paziti da se ne pritišće na fistulu kako ne bi prsnula ili trombozirala.

PREHRANA I UNOS TEKUĆINE

Pacijenti na hemodijalizi moraju biti posebno pažljivi s unosom hrane i tekućine, obzirom da iznačajan suvišak tekućine ili elektrolita može biti smrtonosan.

- Tekućina: unos ograničiti prema preporuci liječnika (obično 0,5–1 L + količina izlučene mokraće).
- Sol: smanjiti, jer uzrokuje zadržavanje vode i povećava krvni tlak.
- Kalij: izbjegavati namirnice s visokim sadržajem kalija (banane, naranče, rajčica, krumpir, suho voće).
- Fosfor: ograničiti mliječne proizvode, orašaste plodove i sjemenke.
- Proteini: unositi u dovoljnim količinama (meso, riba, jaja), jer se gube tijekom dijalize.

Prehrana je individualna i prilagođava se svakom pacijentu.

LIJEKOVI

Lijekove uvijek uzimati prema uputi liječnika, a nikada na svoju ruku. Uz hemodijalizu često su potrebni i lijekovi:

- Lijekovi za krvni tlak. Obično se terapija na dan dijalize popije tek nakon mjerenja krvnog tlaka i uključivanja na hemodijalizu (za pacijente koji su u jutarnjoj smjeni dijalize)
- Vezivači fosfata – sprječavaju nakupljanje fosfora. Uzimaju se uz obrok bogat fosfatima prema individualnoj preporuci liječnika.
- Eritropoetin i ostali lijekovi koji stimuliraju proizvodnju eritrocita – za liječenje anemije.
- Vitamini – osobito B i D.

BRIGA O SEBI IZMEĐU DIJALIZA

Važno je voditi brigu o zdravlju i između postupaka hemodijalize

- Redovito vaganje radi kontrole tekućine. Ograničavanje unosa tekućine i pridržavanje preporučenim higijensko-dijetetskim preporukama.
- Njega kože i ruku, osobito u području fistule. Cjelovita osobna higijena.
- Praćenje krvnog tlaka kod kuće.
- Održavanje tjelesne aktivnosti – hodanje i lagane vježbe pomažu zdravlju i energiji.

MOGUĆE TEGOBE TIJEKOM DIJALIZE

Tijekom dijalize mogu se javiti:

- Umor i iscrpljenost.
- Grčevi u mišićima.
- Pad krvnog tlaka, vrtoglavica ili mučnina. Rijetko tijekom dijalize može doći do značajnog porasta krvnog tlaka.
- Glavobolja i mučnina

Ako primijetite bilo kakve tegobe, odmah obavijestite medicinsko osoblje.

PSIHOLOŠKA PODRŠKA

Život na dijalizi zahtijeva prilagodbu, ali mnogi pacijenti uspijevaju zadržati kvalitetan i aktivan život. Razgovarajte s obitelji, prijateljima, medicinskim osobljem i psihologom. Aktivne su i udruge pacijenata koje nude podršku i korisne informacije.

KADA ODMAH POTRAŽITI POMOĆ?

Odmah se javite liječniku ili medicinskoj sestri ako primijetite:

- Povišenu temperaturu ili tresavicu.
- Crvenilo, bol ili oteklinu na mjestu fistule ili katetera.
- Krvarenje koje ne prestaje.
- Naglu otežano disanje, bol u prsima ili jaku slabost.