

enfermedad renal en etapa terminal (ESRD) se produce cuando la enfermedad renal crónica empeora hasta el punto en el que la función renal es menos de 10% de lo normal. Los riñones dejan de funcionar a un nivel necesario para la vida del día a día. Riñones función principal es la de eliminar los desechos y el exceso de agua del cuerpo, que se acumula en la insuficiencia renal que conduce a toxicidad. El tratamiento incluye el trasplante de riñón o diálisis con tratamiento dietético

ESRD siempre sigue una enfermedad renal crónica.; la causa más común es la diabetes y la hipertensión arterial. Otras causas son

-

1. Enfermedades que afectan a las arterias de llegar o salir de los riñones.

2. Las anomalías congénitas de los riñones

3. Poliquístico enfermedad en los riñones

El exceso de abuso de analgésicos u otros medicamentos

5. Químicos tóxicos

Los trastornos autoinmunes como el lupus eritematoso sistémico (LES), la esclerodermia

7. Lesión

glomerulonefritis

9. Los cálculos renales e infecciones

secundarias

10. La nefropatía por reflujo

## 11. Varias otras enfermedades renales

Los síntomas incluyen -

1. sensación de malestar general y fatiga

2. Prurito (picazón) y la piel seca

3. Pérdida de peso sin esfuerzo

4. Dolor de cabeza

Pérdida de apetito

Náuseas y vómitos

Hinchazón

dolor de huesos

9. Mal aliento

la piel anormalmente oscura

11. Los cambios en las uñas

12. Sangrado fácil - hematomas,  
hemorragia nasal, sangre en las heces

13. Impotencia

Síndrome de la pierna inquieta

Insomnio

Sed excesiva

hipo frecuente

18. amenorrea

19. estado de somnolencia y confundido

20. No puede concentrarse o pensar con  
claridad

21. Entumecimiento en diferentes partes  
del cuerpo

22. Calambres o espasmos de los músculos.

23. sonidos de salud anormal y enfermedades pulmonares

24. Disminuida o ninguna producción de orina

ESRD conduce a la acumulación de productos de desecho y el líquido en el cuerpo, que afecta a la mayoría de los sistemas y funciones corporales, incluyendo, control de la presión arterial, la producción de células rojas de la sangre, el equilibrio de electrolitos, la vitamina D y el calcio y por lo tanto los niveles de salud de los huesos. Por lo tanto el paciente en diálisis tiene que someterse a varias pruebas a menudo para manejar la condición -

1. Sodio

Potasio

Fósforo

Calcio

Magnesio

Albúmina

Colesterol

Electrolito

Recuento sanguíneo completo (CBC)

10. La eritropoyetina

11. La hormona paratiroidea (PTH)

12. prueba de densidad ósea

El tratamiento y gestión -

Gestión y tratamiento de la enfermedad renal terminal incluye trasplante de riñón o diálisis y tratamiento dietético, es esencial

para el paciente saber y entender todo lo relacionado con el tratamiento en particular, sobre la diálisis y sus tipos ¿por qué diálisis -. diálisis ayuda a eliminar y mantener productos de desecho, de fluido y el equilibrio de electrolitos en el cuerpo. Una dieta especial es importante como la diálisis sola no elimina de manera efectiva todos los productos de desecho. Y la gestión de la dieta también ayuda a minimizar la cantidad de residuos se acumulan y para mantener el líquido, electrolitos y el equilibrio mineral en el cuerpo entre la diálisis

Uno tiene que hacer un montón de cambios en su dieta -.

pacientes con ESRD necesitan alta en proteínas, baja en sodio, potasio y fósforo dieta y la ingesta de líquidos restringida.

Vamos a considerar cada uno de los pequeños detalles -

Fluid -

orina hacia fuera puesto disminuye durante la insuficiencia renal. La mayoría de los pacientes de diálisis orinan muy poco o nada en absoluto, y por lo tanto, la restricción de líquidos entre tratamientos es muy importante. Sin micción, el líquido se acumula en el cuerpo y causar exceso de líquido en el corazón, los pulmones y los tobillos

Su nutricionista calculará la cantidad diaria necesaria de líquido sobre la base de. -

- La cantidad de la producción de orina en 24 horas
- La cantidad de aumento de peso entre el

## tratamiento de diálisis

- Importe de la retención de líquidos
- Los niveles de sodio en la dieta
- Si usted está sufriendo de insuficiencia cardíaca congestiva

### Consejos. -

- Evitar o minimizar el consumo de alimentos con demasiada cantidad de agua como - sopas, gelatinas, helados de agua, helados, uvas, melones, frutas de palma, de coco de agua, lechuga, tomates y apio.
- Use vasos más pequeños.
- Tome sorbos de agua

- reducir al mínimo la ingesta de sodio.

Evitar alimentos salados

- Congelar los jugos en una cubeta de hielo y chupar ellos para minimizar la sed (no contar con estos cubitos de hielo en la ingesta diaria de líquidos)

- Evite calentarse, salir en sol  
equilibrio de sodio -.

Como se dijo más arriba del paciente de ESRD necesita para evitar la dieta con alto contenido de sodio. La hipertensión en la ESRD se debe principalmente al equilibrio de sodio positivo y la expansión de volumen (acumulación de exceso de líquido en el cuerpo). pacientes con ESRD en diálisis pueden tratar o controlar la hipertensión sin medicamentos antihipertensivos sólo

por tener una dieta baja en sodio (2 g / día) de manera eficaz. También dieta baja en sodio le hará sentir menos sed y así ayudar a evitar tragar líquidos adicionales

Consejos. -

- Evitar -, alimentos procesados, carne ahumada procesados enlatados.
- Evitar los alimentos con sal a saber desmoche - patatas fritas, frutos secos, etc.
- Lea cuidadosamente las etiquetas - seleccionar uno que lee - bajo en sodio, sin sal añadida, libre de sodio, sin sal.
- Evitar los alimentos que la lista de sal cerca del comienzo de la lista de ingredientes.

- Elija alimentos que contiene la sal de menos de 100 mg por porción.
- Retire el salero de la mesa.
- Cocine los alimentos sin sal en lugar utilizar las hierbas para dar sabor.
- Evitar los alimentos conservados - ketchup, salsas, encurtidos, popadums crujientes
- No use sustitutos de la sal, que contienen potasio. Y potasio también está restringido en la enfermedad renal balance de potasio -.

Normalmente se recomienda una dieta con alto contenido de potasio para el control de la hipertensión y de este modo minimizar el

riesgo de accidente cerebrovascular y la insuficiencia cardíaca, pero en caso de enfermedad renal terminal , que no pueden tolerar dieta alta de potasio, ya que no pueden excretar potasio de su cuerpo. Los altos niveles de potasio en la sangre dará lugar a peligro la vida hiperpotasemia inducida arritmia

Consejos -.

- Evite las frutas con alto contenido de potasio - plátano, melón almizcle, melones, kiwis, melón dulce, ciruelas, nectarinas, agua de coco, tomate, aguacate, naranjas y jugo de naranja, pasas y frutos secos.
- Tener frutas como - melocotones, uvas, peras, cerezas, manzanas, fresas, piña, ciruelas, mandarinas y sandía.

- Evitar verduras ricas en potasio - espinaca, calabaza, zapallo, camote, patatas, espárragos.
  - Elija verduras como - el brócoli, repollo, zanahoria, coliflor, apio, pepino, berenjena (berenjena / berenjena), habichuelas y judías verdes, lechuga, cebolla, pimientos, berro, calabacín y calabaza amarilla.
  - Evitar las legumbres, leche y cereal de salvado.
  - Limite el consumo de potasio hasta 2 g por día
- Hierro -.
- Los pacientes con enfermedad renal terminal también necesitará más hierro
- Tip. -

- Consumir alimentos altos en los niveles de hierro - lima y alubias, remolacha, verduras de hoja verde (espinacas evitar), mijo africano, pollo, hígado, carne de cerdo.

- Coma cereales fortificados con hierro

- Tomar suplementos de hierro a lo indicado por su médico o dietista

El calcio y el fósforo -.

En ESRD los niveles de fósforo son altas, ya que no puede ser excretado de nuestro cuerpo. Incluso en las primeras etapas de la enfermedad renal, los niveles de fósforo pueden llegar a ser demasiado alto. Los niveles altos de fósforo dará lugar a picor, calcificaciones vasculares, hiperparatiroidismo secundario y los niveles bajos de calcio. Así, el calcio

depositado en los huesos se utiliza hasta que conduce a la osteoporosis. Por lo tanto se recomienda una dieta restringida de fosfato

Consejos. -

- Límite de consumo de alimentos lácteos - leche, yogur y queso.
- Se puede consumir productos lácteos como - margarina, mantequilla, queso crema, crema de grasa natural, queso brie, y sorbete ya que son bajos en fósforo.
- Consulte con su dietista y tomar calcio y suplementos de vitamina D, ayuda a los niveles de fosfato de calcio de control.
- Evitar los alimentos procesados caned

Si los niveles de fósforo no se manejan con la dieta, su médico puede prescribir que el fósforo aglutinantes

Control de Peso -..

ESRD del paciente pierda de peso sin razón alguna, por lo que su peso debe ser monitoreado y controlada con una dieta equilibrada apropiada. ESRD pacientes ingesta media de calorías se reduce a menor que 30-35 kcal / kg / día que conduce a la desnutrición. Para prevenir la desnutrición morbilidad y la mortalidad relacionadas, los pacientes con ESRD en diálisis tienen que someterse a un examen de la nutrición periódico y las pruebas, comparando las iniciales peso corporal con el peso habitual e ideal del cuerpo, las revisiones de la dieta, y la evaluación diario de alimentos

Proteína -.

Usted debe ser confundida cuando digo pacientes con ESRD necesitan alto contenido en proteínas, como hecho más conocido es los pacientes con enfermedades renales deben limitar su ingesta de proteínas. Es cierto que cuando la proteína se descompone la urea en nuestro cuerpo está formado esto no puede ser excretado en la orina y es tóxico cuando se acumula en el torrente sanguíneo. Esta dieta rica en proteínas es limitada hasta que el paciente se pone en diálisis. Dado que las pérdidas de proteína son más altos en los pacientes sometidos a diálisis, que necesitan para consumir una dieta alta en proteínas. proteínas de la dieta recomendada en pacientes en hemodiálisis es de 1,2 g / kg de peso corporal / día y

1,2-1,3 g / kg de peso corporal / día para pacientes en diálisis peritoneal. Si proteínas de la dieta - la ingesta de calorías no es la adecuada, los pacientes deben tomar suplementos dietéticos bajo la supervisión de un nutricionista, y si se requiere que deberían ser tubo de alimentación o nutrición parenteral debe proporcionar

Consejos -.

- Coma proteínas de alta calidad - pescado, cerdo, huevos, frijoles, grano de Bengala, y la soja para cada comida.

Añadir la clara de huevo o huevo en polvo de color blanco o polvo de proteína en su dieta

Los hidratos de carbono •

-.

Si usted tiene sobrepeso y tiene diabetes, entonces usted tiene que limitar su ingesta de carbohidratos, sin embargo si usted está perdiendo peso necesita tener una dieta alta en carbohidratos. Como los carbohidratos son buena fuente de energía. Su médico o voluntad dietista recomienda la cantidad de hidratos de carbono necesarios en su dieta

Tips -.

- Incluir - frutas, verduras, panes y cereales, ya que son altos en fibra, minerales, vitaminas y una buena fuente de energía.
- Si se le recomienda una dieta alta en calorías, consumir - caramelos duros, azúcar, miel, jalea, tartas, pasteles, galletas.

- Evitar los postres a base de lácteos, chocolate, frutos secos y plátanos

Grasas -.

ESRD se recomiendan los pacientes en diálisis para limitar la ingesta de grasas saturadas y colesterol, ya que están en alto riesgo de desarrollar enfermedad arterial coronaria. En su mayoría tienen niveles altos de triglicéridos, colesterol LDL (lipoproteínas de baja densidad) y HDL bajo (lipoproteínas de alta densidad). Aunque se recomienda comer una dieta alta en calorías, es necesario evitar los alimentos que elevan sus niveles de triglicéridos y los niveles de colesterol

Tips -

- Incluir alimentos con alto contenido de grasas monoinsaturadas y poliinsaturadas y

poco de grasas saturadas. Al igual que - aceite de semilla de sésamo, semillas de lino, aceite de oliva y aceite de semilla de algodón.

- evitar el aceite de canola, aceite de coco, grasas, carne de ave y pollo con piel

Micronutrientes -.

ESRDS se recomienda a los pacientes a tener una dieta baja en grasas y la ingesta de líquidos restringida. Así, muchos pacientes necesitan tomar un suplemento de vitaminas liposolubles como las vitaminas (A, D, E y K) y vitaminas solubles en agua no pueden ser absorbidos adecuadamente forman las vitaminas solubles en la dieta y el agua también se pierden durante el tratamiento de diálisis. Mayormente estas vitaminas se administran

por vía intravenosa durante el tratamiento de diálisis.

Para gestionar todos los nutrientes por encima de la cantidad que se adapte a sus necesidades no es una tarea fácil y que no se pueden hacer propia su cuenta. No se auto DIETA puede arriesgar su salud. Este artículo es para su información y el conocimiento. Consultar a un nutricionista que pueda diseñar un ajuste dieta para sus necesidades especiales. Siempre llevar a su familia a lo largo de entender sus necesidades dietéticas para que puedan ayudarle a seguir su dieta. Si usted sigue una dieta adecuada y actividad física según lo recomendado por su médico y su nutricionista le ayudará a sentirse bien y llevar una vida relativamente sana con la enfermedad renal terminal.

Source by Dr Varsha Patel