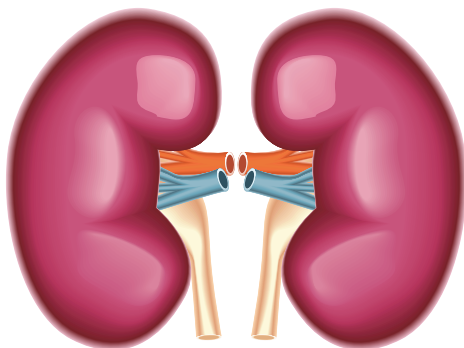
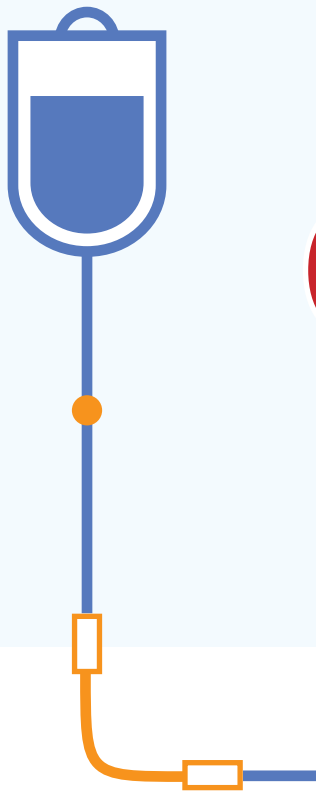


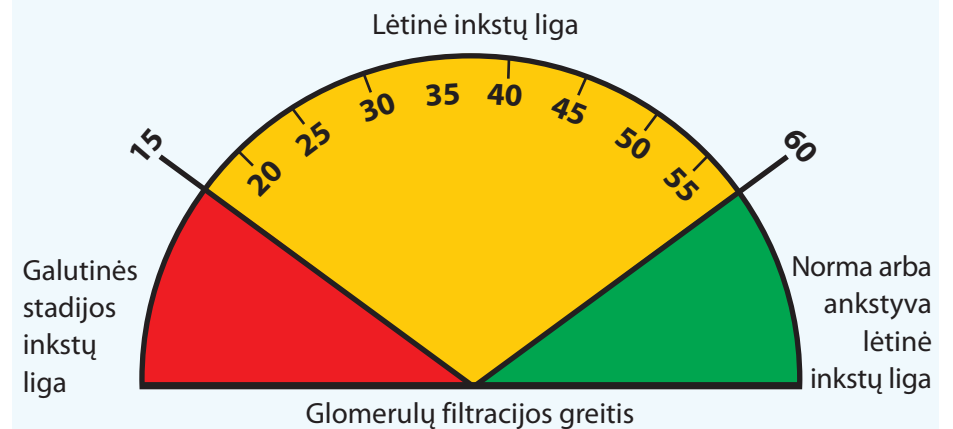
Peritoninė inkstų dializė



Kodėl susergera inkstai?

Inkstai – labai svarbus organas, išvalantis iš organizmo medžiagų apykaitos produktus, nuodingas medžiagas, skysčių perteklių, reguliuojantis druskų ir skysčių pusiausvyrą, hormonų gamybą. Taip pat inkstai svarbūs reguliuojant arterinį kraujospūdį, gaminant raudonuosius kraujo kūnelius, padeda išsaugoti sveikus kaulus.

Inkstų ligos užklumpa netikėtai, nes ilgą laiką žmogus nejaučia jokių simptomų. Pirmieji požymiai atrodo nereikšmingi: nuovargis, silpnumas, kėlimasis šlapintis naktį, galūnių patinimai, apetito stoka. Dažnai lėtinė inkstų liga nustatoma, kai ieškoma mažakraujystės ar kaulų lūžių priežasties, tiriama dėl širdies ar kraujagyslių ligų, cukrinio diabeto, sisteminių ligų



1 paveikslas. Glomerulų filtracijos greitis ir lėtinė inkstų liga

(pvz., vilkligės, reumatoidinio artrito). Kai galutinėje ligos stadijoje atsiranda pykinimas, vėmimas, niežulys, stipriai sumažėja šlapimo kiekis, prireikia kraujo valymo – skubios dializės. Todėl svarbu laiku dializei pasiruošti, t. y. suformuoti jungtį vienam ar kitam dializės būdai arba transplantuoti inkstą iki dializės pradžios.

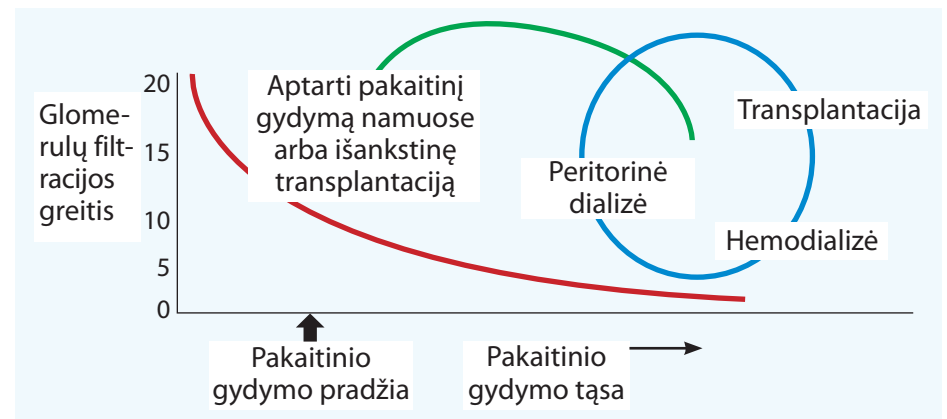
Inkstų veiklą sutrikdo šios ligos: hipertenzija, cukrinis diabetas (šios dvi – dažniausios priežastys), infekcijos, akmenligė, policistozė ar kitos retesnės paveldimos ligos. Taip pat ištirti inkstus reikia, jei giminėje yra artimas inkstų liga sergantis giminaitis, jeigu rūkote, vartojate daug vaistų, turite širdies nepakankamumą ar esate nutukęs.

Norėdami išsitiirti inkstus, paprašykite šeimos gydytojo, kad jis paskirtų atlikti šlapimo tyrimą, kad būtų nustatytas albumino kiekis šlapime, apskaičiuotas glomerulų filtracijos greitis pagal kreatinino kiekį kraujyje. Jeigu glomerulų filtracijos greitis yra mažesnis už 60 ml/min./1,73m² ir toks išlieka ilgiau negu 3 mėn., reikalingas išsamesnis ištyrimas. Tai yra itin svarbus rodiklis: kai jis yra mažesnis nei 30, pacientas turi būti supažindintas su pakaitine inkstų terapija (dialize ar transplantacija), kai jis yra mažesnis nei 15 ml/min./1,73m² (1 pav.). atsiranda dializės poreikis.

Kada man prireiks dializės?

Lietuvoje kasmet inkstai nustoja veikti maždaug 300–350 žmonių. Dalis iš jų pakliūva į ligoninę staiga, ypač jei anksčiau nežinojo apie inkstų ligą ar vengė ruošti pakaitinei terapijai. Tokiu atveju įvedamas centrinės venos kateteris ir hemodializė pradama nedelsiant. Ši būklė susijusi su didesniu komplikacijų (kraujavimo, infekcijų) rizika. Jeigu žmogus žino apie lėtinę inkstų ligą, jis nuosekliai supažindinamas su gydymo būdais, ruošiamas dializei ar transplantacijai. Lėtinės inkstų ligos ir pakaitinės terapijos planas pavaizduotas 2 paveiksle.

Pastoviai išliekant blogai inkstų veiklai ir numatant, kad netrukus reikės dializės, galima atlikti išankstinę inksto transplantaciją. Tiesa, tam reikia, kad kas nors iš artimų giminaičių (mama, tėvas, brolis, sesuo, su-tuoktinis ir pan.) ryžtųsi padovanoti inkstą. Tokia transplantacija vadinama išankstine ir paprastai jos išeitis būna gera. Jeigu transplantacijai



2 paveikslas. Pakaitinio inkstų funkcijos nepakankamumo gydymo planavimas

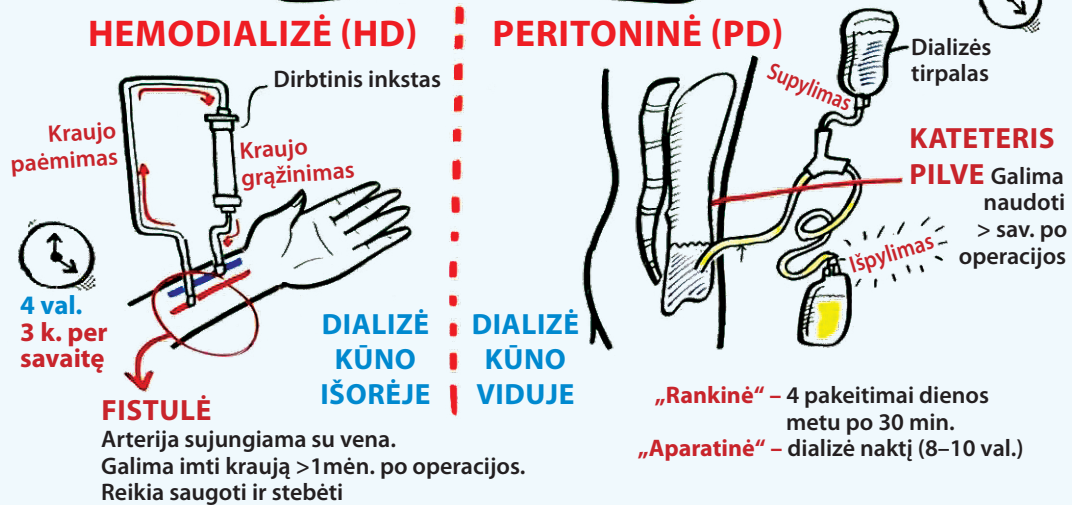
nustatomos kontraindikacijos (infekcija, vėžys, sunkios kitos ligos) arba jei nėra donoro, reikia ruošti dializei. Nesant donoro, gydytojas nefrologas ištiria sveikatos būklę ir įtraukia į transplantacijos laukiančiųjų sąrašą. Tačiau transplantacijos vidutinis laukimo laikas yra 2–3 metai, per tą laiką dializę vis tiek reikia pradėti. Bet kuriuo atveju neverta nusiminti, nes dializuojamų ar transplantuotų žmonių pasaulyje yra maždaug tiek pat, kiek Lietuvoje gyventojų. Svarbiausia pritaikyti savo gyvenimo ritmą prie ligos ir dializės.

Kokie yra dializės būdai?

Dializė atliekama dviem itin skirtingais būdais – tai peritoninė dializė ir hemodializė (3 pav.). Abu šiuos būdus galima daryti ir namuose, tačiau Lietuvoje namuose atliekama tik peritoninė dializė.

Hemodializės metu iš specialios jungties rankoje ar centrinės venos kateterio paimamas kraujas, kuris grąžinamas išvalytas. Procedūra įprastai trunka 4 val. 3 kartus per savaitę dializės centre, todėl dažnai ta diena „išskirta iš gyvenimo“. Peritoninės dializės metu į pilvo ertmę per kateterį supilamas tirpalas, kuris išvalo organizmą, ir tada išleidžiamas. Peritoninė dializė gali būti **rankinė**, kai dializės tirpalas 4 kartus per dieną pakeičiamas be aparato,

DIALIZĖS



3 paveikslas. Dializės būdai

ir **aparatinė**, kai tirpalą nakties metu pakeičia aparatas. Peritoninę dializę reikia atlikti kiekvieną dieną arba naktį – tokiu atveju diena lieka laisva įprastinei veiklai.

Kaip pasirinkti dializę?

Jūsų gydytojas nefrologas Jus informuos ir supažindins su dializės būdais. Tačiau dializės rūšį turite pasirinkti Jūs patys kartu su savo artimaisiais, atsižvelgdami į savo gyvenimo būdą, gyvenamąsias sąlygas, sveikatos būklę ir gebėjimą pasirūpinti savimi. Peritoninę dializę ypač rekomenduojama, jei sergate širdies nepakankamumu ar kitomis kraujagyslių ligomis, cukriniu diabetu, jei nebėra galimybės suformuoti arterioveninės fistulės ar netoleruojate hemodializės procedūrų, peritoninę dializę rekomenduojama inkstų funkcijos nepakankamumu sergantiems vaikams. Taip pat, jei pacientas yra gulintis ar sunkiai vaikstantis, peritoninę dializę išsprendžia paci-

ento transportavimo klausimą. Jei paciento būklė yra sunki, jam peritoninę dializę gali atlikti kitas apmokytas asmuo.

Peritoninę dializę dažniausiai pasirenka pacientai, norintys gydytis namuose ir turėti daugiau laisvo laiko, būti nepriklausomi nuo gydymo įstaigų. Gydantis peritonine dialize, galite ir toliau daryti tai, ką darėte prieš pradėdami šį gydymą, o jūsų liekamoji inkstų veikla gali būti išsaugota ilgiau nei pacientų, kuriems atliekama hemodializė.

Kas mane mokys ir prižiūrės?

Peritoninės dializės mokymai pradami praėjus 2–3 savaitėms po peritoninės dializės kateterio implantavimo. Mokymai gali vykti ligoninėje arba Jūsų namuose, priklausomai nuo Jūsų gyvenamosios vietos. Išmokti nuolatinę ambulatorinę (rankinę) peritoninę dializę užtrunka 3–5 dienas, o automatinę – 5–7 dienas. Mokymus veda peritoninės dializės slaugytojos ir gydytojas. Savarankiškai gydytis namuose pacientas pradeda tik tada, kai jaučiasi tam pasiruošęs.

Toliau atlikdamas peritoninę dializę namuose, jei iškils klausimų, Jūs visada galėsite telefonu ar internetu susisiekti su slaugytojomis ar gydytoju. Atliekant peritoninę dializę gydymo įstaigoje reikia apsilankyti bent 1 kartą per mėnesį planiniams tyrimams, peritoninės dializės režimui įvertinti arba dažniau, jei bus indikacijų.

Kaip pasiruošti peritoninei dializei?

Specialaus pasiruošimo nereikia, tačiau rekomenduojama namuose atlaisvinti patalpą ar vietą peritoninės dializės tirpalams ir priemonėms sandėliuoti, pasiruošti staliuką ar spintelę miegamajame prie lovos aparatui, tirpalų maišeliams padėti, jei pasirinksite gydytis automatinę peritoninę dializę.

Peritoninės dializės procedūroms būtinos priemonės (aparatas, tirpalai ir kt.) pacientams pristatomos nemokamai bet kokiame adresu – į namus mieste, į sodą, į kaimą, į sanatoriją, net į viešbutį užsienyje.

Kaip atliekama peritoninė dializė?

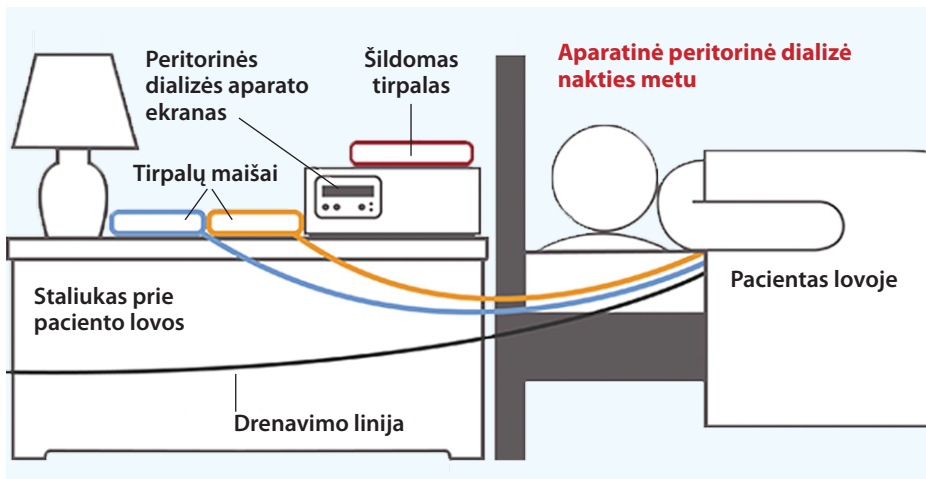
Peritoninės dializės atlikimo technika priklauso nuo peritoninės dializės rūšies.

Nuolatinė ambulatorinė (rankinė) peritoninė dializė

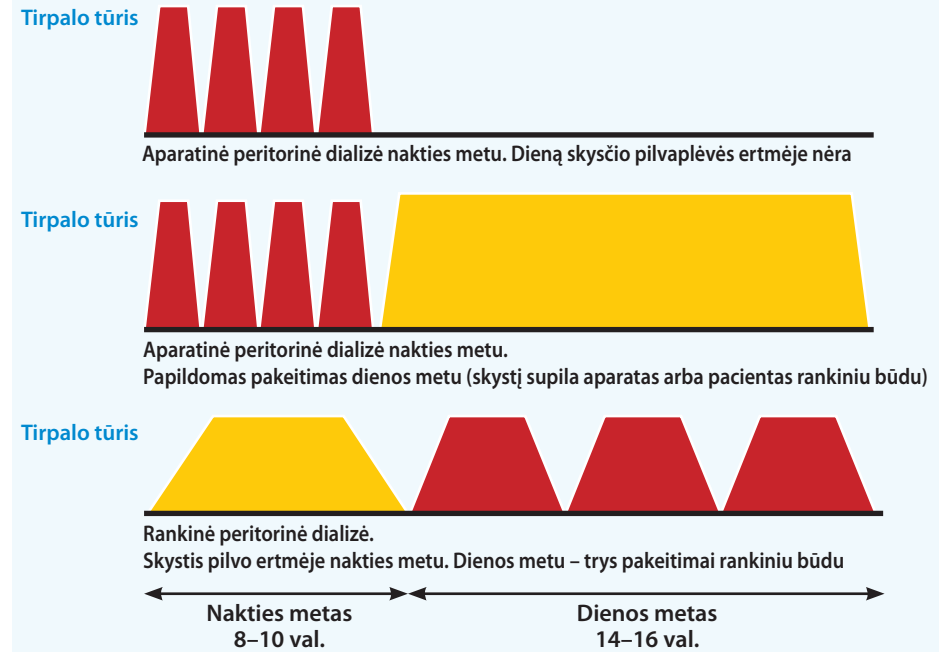
Tai peritoninės dializės rūšis, kuomet per parą pacientas rankiniu būdu 4–5 kartus keičia peritoninės dializės tirpalą. Šio veiksmo metu per peritoninės dializės kateterį dializės skystis yra supilamas į pilvo ertmę, o susiformavęs dializatas išleidžiamas lauk į tuščią maišelį. Skystis pilvaplėvės ertmėje paprastai laikomas 4–6 val. (priklausomai nuo tirpalo rūšies ir Jums skirto dializės režimo). Per šį laiką pacientas yra visiškai mobilus ir nevaržomai gali užsiimti savo kasdienine veikla. Atėjus laikui pakeisti dializės tirpalą, kartojami anksčiau minėti veiksmai. Visa procedūra užtrunka apie 30 min. Paskutinis pakeitimas atliekamas prieš miegą, tad nakties metu procedūros kartoti nereikia.

Automatinė peritoninė dializė

Peritoninės dializės rūšis, kuomet dializės tirpalus į pilvaplėvės ertmę supila ir dializatą iš jos ištraukia peritoninės dializės aparatas. Įprastai šios rūšies dializė atliekama nakties metu. Apmokytas pacientas prisijungia prie



4 paveikslas. Aparatinė peritoninė dializė



5 paveikslas. Peritoninės dializės režimai

peritoninės dializės aparato eidamas miegoti, o ryte, kai dializė jau baigta, nuo aparato atsijungia. Atlikdami peritoninę dializę aparatu, dienos metu pacientai yra visiškai laisvi ir gali užsiimti savo kasdienine veikla.

SVARBU:

- ✓ Tiek vienos, tiek kitos rūšies peritoninė dializė atliekama kiekvieną dieną.
- ✓ Peritoninės dializės atlikimo technikos pacientą ar jo artimąjį apmoko peritoninės dializės slaugytoja.
- ✓ Apmokytas pacientas (ar jo artimasis) peritoninę dializę atlieka namuose pats, be medicininio personalo priežiūros.
- ✓ Visi pacientai yra apmokomi, kaip atlikti rankinę peritoninę dializę. Ar mokytis, kaip atlikti aparatinę peritoninę dializę, pacientai dažnai pasirenka patys (nebent yra klinikinių duomenų, rodančių, kad pacientui aparatinė dializė bus efektyvesnė).

Kaip išvengti nesklandumų?

Peritoninės dializės kateterio priežiūra

Chirurginiai siūlai po peritoninės dializės kateterio implantavimo įprastai pašalinami po 10 d. Per šį laiką pacientams rekomenduojama žaizdos nepertvarstyti (nebent tvarsčiai sudrėko) ir palikti pilvą ramiai gyti. Kateterio implantacijos vietai sugijus, kasdieninę angos priežiūrą paaiškins peritoninės dializės slaugytoja. Labai svarbu palaikyti peritoninės dializės kateterio angą švarią, vengti mechaninio kateterio angos traumavimo bei tinkamai fiksuoti kateterį.

Infekcijų profilaktika

Atliekant peritoninę dializę, infekcija laikoma pagrindine rizika susirgti rimtomis ligomis. Peritonitas – tai pilvaplėvės uždegimas, išsivystantis užkratui (dažniausiai bakterijos) patekus į pilvaplėvės ertmę. Peritoninės dializės mokymų metu daug dėmesio yra skiriama rankų higienai ir paaiškinimams, kaip procedūrą atlikti saugiai. Pacientai taip pat yra išmokomi atpažinti peritonito požymius, kad galėtų laiku kreiptis į gydymo įstaigą. Svarbu žinoti rekomendacijas, kaip namus / patalpą paruošti, kad peritoninės dializės procedūrą atliktume saugiai.

Ar pasikeis mano gyvenimas?

Asmeninis gyvenimas

Dializės pradžia ir su ja susiję gyvenimo pokyčiai neišvengiamai paliečia Jus ir Jūsų artimiausius žmones. Dėl fizinių pasikeitimų ir ištikusios ligos dažnai kyla psichologinių problemų. Dėl pastarųjų – nukenčia intymus porų gyvenimas. Svarbu suvokti, kad pati peritoninė dializė, kateteris ar skystis pilvo ertmėje netrukdo turėti lytinių santykių. Svarbiausia šioje situacijoje bendrauti, išsakyti kylančias baimes ir abejones ir kartu ieškoti atsakymų bei prisitaikyti prie pakitusių aplinkybių.

Darbas ir mokslas

Pacientai, atliekantys peritoninę dializę, gali toliau sėkmingai dirbti ir mokytis. Kada galėsite grįžti į darbą ar mokymosi įstaigą, priklausys nuo Jūsų savijautos ir Jūsų gydytojo rekomendacijų. Prieš sugrįžtant į darbą, tartina su darbdaviu aptarti savo sveikatos būklę ir naujai atsiradusius Jūsų poreikius. Peritoninė dializė lanksčiai suderinama su darbo režimu. Atlikdami aparatinę peritoninę dializę naktį, dienos metu galėsite užsiimti įprasta dienos veikla. Tuo tarpu atliekant nuolatinę ambulatorinę (rankinę) peritoninę dializę, Jums taip pat prireiks tik nedidelių darbo aplinkos pakeitimų.

Kelionės ir poilsis

Peritoninė dializė nesunkiai suderinama su kelionėmis ir aktyviu laisvalaikiu. Planuodami kelionę į užsienį, iš anksto informuokite Jus prižiūrinčią peritoninės dializės komandą. Taip pat susisieki su kompanija, tiekiančia dializės tirpalus, kad būtų suderinta galimybė tiekti juos šalyje, kur ketinate atostogauti. Keliaudami šalies viduje, visada galite su savimi pasiimti reikiamą tirpalų kiekį ir peritoninės dializės priemones. Nemažiau svarbu paminėti, kad Jūs galite plaukioti sūriuose vandens telkiniuose ar tekančiame upės vandenyje, naudodami peritoninės dializės kateterį apsaugančius maišelius.

Sportas

Peritoninė dializė neriboja Jūsų fizinės veiklos. Jūs ir toliau būsite raginami mankštintis, vaikščioti, važinėti dviračiu ar šokti. Iškilus klausimų dėl konkrečių sporto šakų, visada pasitarkite su peritoninės dializės slaugytoja ar gydytoju. Svarbu, kad dėl fizinės veiklos nenukentėtų kateteris ar peritoninės dializės kateterio anga.

Į ką kreiptis pagalbos?

Jei turite klausimų – dėl galimybės gydytis peritonine dialize ar dėl kateterio implantavimo operacijos ar kitų – rašykite nedvejojami šiais elektroniniais adresais ar skambinkite:

Vilniuje:

**Vilniaus universiteto ligoninė
Santaros klinikos:**

Dializių skyriaus vedėjas

Laurynas Rimševičius

laurynas.rimsevicius@santa.lt

Peritoninės dializės gydytojos

Diana Sukackienė

diana.sukackiene@santa.lt

Indrė Maliukevičiūtė

indre.maliukeviciute@santa.lt

Dializių skyrius tel. 8 5 2365207

Kaune:

**Lietuvos sveikatos mokslų universiteto
ligoninė Kauno klinikos:**

Dializių skyriaus vedėja

Edita Žiginskienė

edita.ziginskiene@lsmuni.lt

Detoksikacijos skyrius tel. 8 37 32 6545

Klaipėdoje:

Respublikinės Klaipėdos ligoninės
gydytoja nefrologė

Renata Dargevičienė

r.dargeviciene@gmail.com

Nefrologijos skyrius tel. 8 46 40 44 28

Šiauliuose:

Respublikinės Šiaulių ligoninės
gydytojas nefrologas

Donatas Tamošaitis

donatas.tamosaitis@gmail.com

Nefrologijos–toksikologijos skyrius

tel. 8 41 524 259

Lietuvos asociaciją „Gyvastis“

Jei norėtumėte pasikalbėti su žmonėmis, kuriems jau teko priimti šį sprendimą, galite kreiptis:

Aušra Degutytė

gyvastis@donoras.lt,

tel. 8 611 69 530

Audronė Tutlienė

audrone.tutliene@gmail.com,

tel. 8 698 44 252

Lietuvos asociacija „Gyvastis“ – vienintelė organizacija Lietuvoje, vienijanti organų transplantacijos laukiančius ir su persodintais donoro organais gyvenančius žmones. „Gyvastis“ skleidžia organų donorystės idėją, teikia pagalbą sergantiesiems ir jų artimiesiems, bendradarbiauja su medikais. Įkurta dar 1993 m., „Gyvastis“ turi padalinius Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, Marjampolėje, Alytuje, Vilkaviškyje.

Daugiau sužinoti apie Lietuvos asociacijos „Gyvastis“ veiklą galite:

 www.donoras.lt

 „Asociacija Gyvastis“ ir „www.donoras.lt“

Išleido



Lietuvos asociacija „Gyvastis“
www.donoras.lt

Rėmė



Lietuvos Respublikos
socialinės apsaugos
ir darbo ministerija