

NEFROLOGIA E DIALISI

Opuscolo informativo



SOS Nefrologia e dialisi
Ospedale
S. Maria Annunziata



CHI HA BISOGNO DELLA EMODIALISI?

Il Suo dottore Le ha spiegato che i Suoi reni non funzionano in modo adeguato. Questa condizione si chiama insufficienza renale e comporta un graduale accumulo di sostanze tossiche e liquidi nel Suo organismo.

Tali sostanze e tali liquidi, se raggiungono certi livelli, La faranno sentire male: in questo caso si parla di uremia. A questo punto una dieta ipoproteica e una terapia farmacologica possono temporaneamente contenere i sintomi, ma sarà inevitabile iniziare il trattamento emodialitico.

Questo piccolo opuscolo Le offrirà alcune informazioni affinché Lei possa comprendere le caratteristiche di questo trattamento.

Probabilmente non troverà la risposta a tutte le Sue domande, ma quest'opuscolo Le potrà essere utile quando parlerà con il Suo medico o altre persone nell'ambito sanitario. Aver letto queste informazioni La aiuterà a fare domande più precise riguardanti la Sua malattia e potrà così dare spiegazioni a familiari, amici, colleghi e datori di lavoro su cosa significa essere in trattamento emodialitico.

CHE COSA È L'EMODIALISI E COME SI EFFETTUA

L'EMODIALISI è una terapia finalizzata alla rimozione delle sostanze tossiche e dei liquidi accumulati nell'organismo a causa dell'insufficienza renale cronica. È una terapia intermittente che viene effettuata generalmente tre volte la settimana (lunedì, mercoledì, venerdì oppure martedì, giovedì, sabato, la mattina o il pomeriggio) in sedute che possono durare dalle 3 alle 5 ore ciascuna. La durata è stabilita caso per caso dal medico del reparto, il quale si basa su diversi esami e sul peso della persona. (Una persona con un notevole peso corporeo avrà bisogno di un trattamento più lungo rispetto ad una

persona di peso minore). Per decidere la durata e la frequenza del trattamento è data particolare importanza al valore di urea, buon indicatore dell'efficienza del trattamento emodialitico. L'urea è una sostanza derivante dal metabolismo

delle proteine che durante l'emodialisi viene rimossa dal sangue.

INFORMAZIONI UTILI

MODALITÀ DI TRASPORTO:

Pubbliche Assistenze del quartiere o comune di residenza, da contattare personalmente. Un elenco con indirizzi e numeri di telefono è disponibile in reparto.

ABBIGLIAMENTO CONSIGLIATO

- Tuta o pigiama pulito, comodo, con apertura davanti, con maniche ampie, di tessuto facilmente lavabile. Portare un cambio completo
- Pantofole da portare solo in reparto
- Cambiare vestiti e scarpe negli spogliatoi prima di entrare in stanza dialisi

LACCIO EMOSTATICO PERSONALE

È importante per ridurre il rischio di infezione per via ematica, viene consegnato alla prima dialisi.

CURA DELLA FISTOLA ARTERO-VENOSA

Importante una adeguata igiene del braccio, lavaggio con acqua e sapone (es.di marsiglia) prima di venire a fare la dialisi

COSA MANGIARE PRIMA DELLA EMODIALISI

Turno mattina: colazione leggera.

Turno pomeriggio: carne, frutta intorno alle ore 11.

Durante la dialisi vengono serviti: acqua, the, caffè, con fette biscottate o biscotti, e un panino.

Per qualsiasi ulteriore chiarimento ci si può rivolgere, personalmente o telefonicamente, alla caposala o al personale infermieristico.

LA RIMOZIONE DELLE SOSTANZE TOSSICHE

La depurazione del sangue dalle sostanze tossiche (principalmente creatinina, azoto, potassio) si ottiene mediante l'utilizzo di un appropriato filtro. Il sangue viene fatto scorrere tramite una pompa attraverso un circuito di tubi di plastica, percorre il filtro, e una volta depurato viene restituito al paziente.



LA RIMOZIONE DEI LIQUIDI

Contemporaneamente alla rimozione delle sostanze tossiche, col passaggio del sangue dal filtro si eliminano anche i liquidi in eccesso.

Per determinare quanta acqua deve essere tolta è necessario conoscere il PESO SECCO del paziente, ossia il peso che la persona avrebbe se urinasse normalmente. Il peso secco non è un valore fisso, ma può cambiare in base a quanto la persona mangia e a quanto esercizio fisico fa. Prima di ogni dialisi il paziente viene pesato e la differenza tra peso attuale e peso secco sarà la quantità di acqua da togliere durante la dialisi. Persone in trattamento emodialitico devono normalmente limitare l'apporto di liquidi a circa 0,5 lt al giorno. Grosse quantità di acqua sono infatti difficili da togliere senza una possibile insorgenza di problemi come calo della pressione arteriosa, crampi ecc. È indispensabile seguire scrupolosamente le prescrizioni mediche 3 sulla cadenza settimanale e sulla durata della dialisi. Nel caso in cui la rimozione delle sostanze tossiche e dell'acqua non venga eseguita appropriatamente aumenta il rischio di complicazioni come pressione arteriosa alta, problemi cardiaci, inappetenza, crampi muscolari, prurito e una qualità di vita scadente.

SICUREZZA

L'emodialisi si effettua con apposite apparecchiature dette "monitor" gestite dal personale infermieristico specializzato, sempre presente e vigile all'interno della stanza.

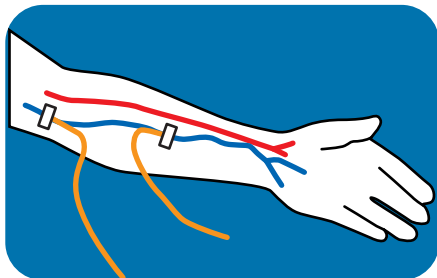
La macchina di dialisi è provvista di numerosi dispositivi di sicurezza che garantiscono un trattamento sicuro. In caso di problemi tecnici la macchina darà allarmi sia visivi che acustici e se necessario interromperà il flusso di sangue finché non saranno risolti. Normalmente non sono frequenti problemi durante la dialisi, anche se potranno verificarsi alcuni falsi allarmi a causa della alta sensibilità delle macchine di dialisi.

ACCESSO VASCOLARE

Per effettuare un trattamento emodialitico efficiente, è necessario che il sangue abbia un alto flusso. Occorre dunque un accesso vascolare particolare detto "fistola artero-venosa".

Questa viene fatta con un intervento chirurgico poco invasivo, normalmente in anestesia locale, con il quale si unisce un'arteria ad una vena. La fistola viene preferibilmente fatta sul braccio non dominante appena sotto la cute.

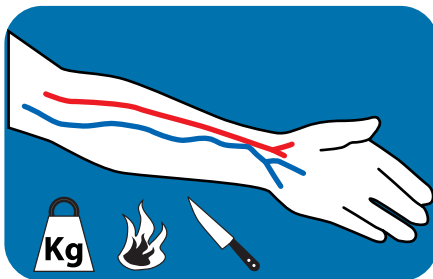
Sono necessarie da tre a quattro settimane perché la vena si sia abbastanza ingrossata da essere punta per effettuare l'emodialisi.



Solitamente vengono introdotti due aghi nel tratto ingrossato della vena e fissati con dei cerotti per evitare lo spostamento o la fuoriuscita durante il trattamento. La puntura della vena diventa meno dolorosa con il tempo anche se, per garantire un flusso adeguato di sangue, vengono usati degli aghi piuttosto grossi. Se Lei dovesse iniziare il trattamento prima che la Sua fistola sia pronta o se insorgono problemi che ne impediscono l'utilizzo è necessario un accesso vascolare alternativo temporaneo che si ottiene con l'inserimento di un catetere in una grossa vena del collo o dell'inguine. In tal caso Le verranno date le necessarie informazioni per la corretta gestione.

Ritornando alla **fistola**, Le forniamo alcune norme di comportamento a cui attenersi al fine di ridurre il più possibile l'insorgenza di problemi.

- Prima di venire a fare l'emodialisi lavare il braccio con acqua e sapone.
- Evitare di portare pesi eccessivi con il braccio (ad es.: borsa della spesa).
- Fare attenzione ad evitare traumi della fistola (tagli, ustioni, ecc.).
- Ricordarsi di togliere le fasce o i cerotti, applicati alla fine della dialisi, nei tempi concordati con il personale.
- Se insorge un sanguinamento rifasciare la fistola secondo le modalità che saranno spiegate dal personale infermieristico; nel caso in cui il sanguinamento non si arrestasse, tornare al Centro al più presto.
- Osservare la fistola e riferire al personale eventuali alterazioni: arrossamenti, dolore, gonfiore, assenza del caratteristico fruscio.



LE URGENZE DEL PAZIENTE IN EMODIALISI

Esistono almeno tre tipi di urgenza che possono mettere a rischio la vita del paziente:

IPERPOTASSIEMIA:

(accumulo eccessivo di potassio nel sangue) che può portare fino all'arresto cardiaco.

Sintomi premonitori di questa condizione sono: **formicolii alle mani ed alle labbra.**

DIFFICOLTÀ RESPIRATORIA:

generalmente dovuta ad una eccessiva introduzione di liquidi.

FISTOLA FERMA:

non si sente più il tipico fruscio

COME COMPORTARSI IN CASO D'URGENZA

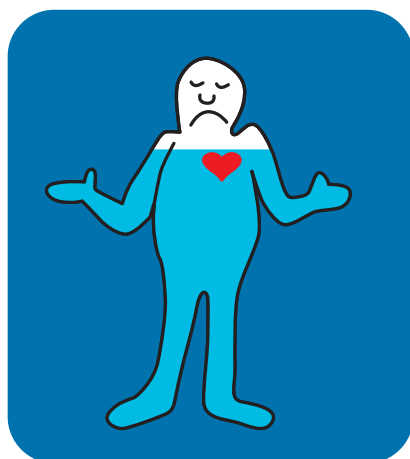
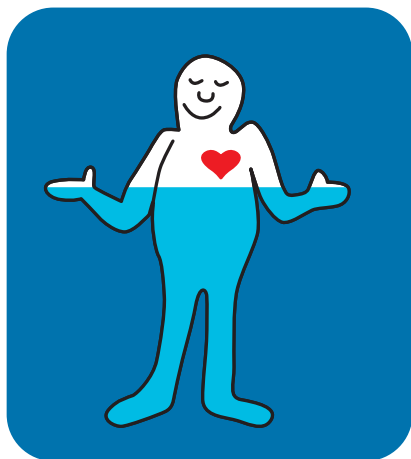
Chiamare il reparto durante l'orario di servizio per parlare con un medico, chiamare il centralino dell'ospedale la domenica e dopo le 19:00, per farsi mettere in contatto con il nefrologo reperibile, chiamare il 118 se lo stato di salute non permette di perdere ulteriore tempo.

IL BENESSERE DURANTE L'EMODIALISI

Il trattamento emodialitico non è doloroso e si svolge normalmente senza complicazioni. Una volta che Lei si sarà abituato alla dialisi potrà leggere, ascoltare la musica, parlare con gli altri pazienti o riposare mentre il sangue viene purificato. Alcuni pazienti possono sentirsi spossati e deboli sia durante che dopo la dialisi, a causa della rapida rimozione dei liquidi. Talvolta possono manifestarsi anche cefalea, nausea e crampi muscolari. Durante la seduta, se vengono rimosse eccessive quantità di acqua, la pressione arteriosa si può abbassare determinando nausea, vomito e in casi estremi perdita dello stato di coscienza: questa sintomatologia solitamente regredisce sollevando le gambe, diminuendo la perdita di peso e/o somministrando liquidi endovena. Per evitare l'insorgenza di complicazioni è importante seguire le istruzioni riguardanti la dieta, la quantità di liquidi da assumere, l'assunzione di farmaci e l'esercizio fisico. Più correttamente vengono seguite dieta e prescrizioni mediche nel periodo tra una dialisi e l'altra, meno problemi si presenteranno durante l'emodialisi.

DIETA E TERAPIA FARMACOLOGICA

All'inizio del trattamento emodialitico il medico e/o la dietista forniranno delle linee guida per una corretta dieta, che può essere molto diversa dalla eventuale dieta ipo/aproteica seguita precedentemente.



È IMPORTANTE

- Fornire all'organismo un'adeguata quantità di proteine (pesce, carne, uova) e calorie (la dialisi richiede una quantità maggiore di calorie).
- Limitare l'assunzione di liquidi a circa 0,5 Lt al giorno. Questa quantità potrà essere meno tassativa nel caso in cui la diuresi sia conservata mentre se è assente dovrà essere scrupolosamente rispettata.
- Limitare l'assunzione di sale in quanto ciò porta ad un accumulo di liquidi nell'organismo. Inoltre fa aumentare la sete e quindi si tenderà a bere di più.
- Limitare il consumo di cibi ricchi di potassio e fosforo. Ad esempio contengono molto potassio: cioccolata, noci, succhi di frutta, banane e frutta secca (vedi tabella allegata). Un livello ematico alto di potassio può causare gravi disturbi cardiaci. Il fosforo si trova soprattutto nel latte e nei formaggi. L'assunzione di elevate quantità di fosforo provoca un peggioramento della struttura ossea.

FARMACI

L'emo dialisi non può sostituire completamente la funzione renale, quindi è necessaria l'assunzione di farmaci e vitamine. L'anemia spesso presente nei pazienti emodializzati verrà trattata con la somministrazione di eritropoietina e ferro. Per diminuire il tasso ematico di potassio e fosforo Le possono essere prescritti farmaci specifici. La vitamina D viene somministrata per contrastare la decalcificazione ossea.

VIVERE CON L'EMODIALISI

Riprendere una vita normale

Il trattamento emodialitico, che è indispensabile per il resto della Sua vita o finché non potrà sottoporsi ad un trapianto renale, richiede molte ore nella settimana, considerando anche il tempo necessario per arrivare e tornare dall'ospedale. Nonostante ciò è importante non lasciare che la malattia ed il suo trattamento condizionino la Sua vita più del necessario. E' possibile continuare a lavorare a tempo pieno o parziale ed avere una vita sociale normale.

Essere un paziente in dialisi non significa dovere rinunciare allo sport, all'esercizio fisico e ai passatempi. Al contrario, è molto importante fare attività fisica e mantenersi in forma camminando, andando in bicicletta e nuotando. Mentre prima di iniziare la dialisi può essere presente uno stato di debolezza fisica che impedisce una vita normale, tale stato scomparirà dopo alcune sedute emodialitiche. L'insufficienza renale può portare ad una diminuzione del desiderio sessuale e a impotenza causati sia da fattori fisici che psicologici; anche in questo caso, con l'eliminazione di sostanze tossiche garantita dall'emodialisi, Lei si sentirà meglio, ed anche il desiderio sessuale ritornerà. Fare l'emodialisi non significa neanche dovere rinunciare ai viaggi. Sarà necessario prendere accordi con l'unità di dialisi più vicina al luogo di vacanze per organizzare il trattamento di dialisi durante il periodo di soggiorno.

Grazie alla diminuzione dei tempi necessari per gli spostamenti anche su grandi distanze, viaggi in posti lontani sono diventati sempre più frequenti anche fra i pazienti in dialisi.

Le conoscenze mediche sulle malattie renali e le loro cure sono in continua evoluzione. I ricercatori stanno facendo di tutto per migliorare la qualità di vita del paziente con malattie renali. Anche se il paziente è responsabile della propria vita avrà comunque il sostegno di tutte le persone - medici, infermieri, dietisti - della sua unità di dialisi.

Esistono inoltre delle associazioni di pazienti dializzati, che danno la possibilità di incontrarsi con persone con la stessa patologia ricevendo consigli e sostegno. Gli emodializzati hanno delle volte la sensazione che chi gli sta intorno, anche familiari ed amici, abbiano difficoltà a parlare della loro malattia e della dialisi. Speriamo che questo opuscolo possa essere di aiuto a capire e quindi affrontare con più naturalezza il tema della Sua malattia anche con le altre persone.

ORGANIZZAZIONE DEL NOSTRO CENTRO DI EMODIALISI

Ospedale Santa Maria Annunziata
Via dell'Antella 58 - 50011 Bagno a Ripoli

NUMERI TELEFONICI

Reception 055 693 6682
Reparto di Dialisi 055 693 6520 (infermiere coordinatore)
055 693 6225 (medici)

Direttore SOS

Dr. Piero Claudio Dattolo

Infermiere Coordinatore

Mihaela Badica

Orario

Ingresso mattina: 7.45 Ingresso pomeriggio: 13.45

L'orario di uscita dipende dalla durata dell' emodialisi e da imprevisti prima o durante il trattamento.

Il reparto rimane chiuso dopo le ore 19.30 e tutte le domeniche.

In caso di necessità presentarsi al Pronto Soccorso dell'ospedale che, se necessario, si metterà in contatto con il medico della dialisi (reperibile 24 ore su 24).

Turno

Lunedì - mercoledì - venerdì mattina o
Martedì - giovedì - sabato pomeriggio

Il reparto cerca di rispettare le preferenze e di garantire il turno assegnato. Tuttavia il turno può eccezionalmente essere cambiato, sia per esigenze del paziente che del reparto - previa comunicazione.

