



WIR SIND MITGLIED IM:



Nieren- & Lipidzentrum
Spandau

ALARMZEICHEN FÜR PATIENT:INNEN, DIE ANGEHÖRIGEN UND PFLEGENDEN

Hyperkaliämie

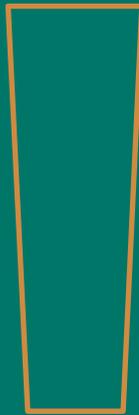
- › Missempfindungen im Mundbereich (z.B. Taubheitsgefühl, pelzige Zunge)
- › Krabbeln in den Armen und Beinen
- › Muskelschwäche, Muskelschmerzen, Lähmungserscheinungen
- › Herzrhythmusstörungen

Überwässerung

- › Geschwollene Augenlider
- › Vermehrte Wasseransammlungen in den Armen und Beinen und im Gesicht
- › Atemnot in Ruhe
- › Schlafen im Sitzen aufgrund von Atemnot im Liegen

In diesen Fällen informieren
Sie umgehend die Dialyse unter

☎ 030 - 33505666



SPRECHSTUNDEN & STANDORT

Unseren Patient:innen stehen Sprechstunden
wohnsitznah zur Verfügung.



Nieren- und Lipidzentrum Spandau

🏠 Lynarstraße 12, Haus 18 | 13585 Berlin

☎ 030 - 33505666

☎ 030 - 33505667

✉ info@nlzs.de

🌐 www.nlzs.de



P Auf dem Gelände des Vivantes-Klinikums Spandau
und in der Umgebung stehen Parkplätze zur Verfügung.

Verkehrsanbindung: U-Bahn U6, S- Bahn S42, S45

SPRECHSTUNDEN:

Montag - Donnerstag 10.00 - 13.00 Uhr

Bitte beachten Sie, dass alle Termine nur nach vorheriger
Vereinbarung möglich sind.



TIPPS FÜR DIE PFLEGE & ERNÄHRUNG EINES DIALYSEPATIENTEN





Liebe Dialysepatienten und Dialysepatientinnen,
liebe Angehörige, liebe Pflegenden!

Der Beginn der Dialysetherapie bringt einschneidende Veränderungen im Alltag mit sich. Das Leben von Dialysepatient:innen unterliegt Besonderheiten in den Bereichen Ernährung und Pflege. Dieser Flyer soll Ihnen die wichtigsten Informationen kurz präsentieren, kann aber eine persönliche Beratung nicht ersetzen.

WARUM IST DIE ERNÄHRUNG SO WICHTIG?

Ein Nachlassen der Nierenfunktion bedeutet, dass die Entgiftung des Körpers nicht mehr ausreichend stattfindet und sich vermehrt unerwünschte Stoffwechselprodukte ansammeln, die sich negativ auf den Appetit auswirken. Kritische Stoffe, die nicht mehr ausreichend ausgeschieden werden, sind z.B. Harnstoff und die Elektrolyte: Kalium, Natrium sowie Phosphat. Dies führt im Laufe der Zeit zu Vergiftungssymptomen und durch zu geringe Nahrungszufuhr zu einer Mangelernährung.

Einen Teil der Entgiftungsfunktion kann die Dialyse übernehmen, ein vollwertiger Ersatz für eine gesunde Niere ist sie jedoch nicht. Neben dem gewünschten Entfernen der giftigen Stoffwechselprodukte und auch angestautem Wasser werden bei der Blutwäsche außerdem lebensnotwendige Nährstoffe wie Eiweißbausteine (Aminosäuren) und bestimmte Vitamine herausgewaschen, die durch eine angepasste Ernährung ausgeglichen werden müssen. Eine einheitliche Ernährungsweise für Dialysepatient:innen gibt es nicht, daher ist eine individuelle Beratung entsprechend der aktuellen Situation in jedem Fall sinnvoll, nehmen Sie diese Möglichkeit in unserem Zentrum in Anspruch.

Im Folgenden sind die wichtigsten Ernährungsempfehlungen und Tipps zur Shuntpflege kurz zusammengestellt.

ERNÄHRUNGSTIPPS FÜR DIALYSEPATIENT:INNEN

Flüssigkeitszufuhr

Faustformel: 500-800 ml (inklusive wasserreiche Speisen wie Suppen, Joghurt, Gemüse und Obst) plus die Menge des Sammelurins über 24 Stunden.

- Keine stark gesalzenen und gewürzten Speisen
- Nicht nachsalzen
- Keine sehr süßen Speisen und Getränke
- Kleine Trinkgefäße wählen
- Langsam und schluckweise trinken
- Öfter den Mund ausspülen
- Saure Drops oder Eiswürfel lutschen
- Trockene Raumluft meiden (öfter Lüften, Gefäße mit Wasser auf die Heizkörper verteilen)

Kaliumzufuhr

- Obst in begrenzten Mengen (eine Hand voll frisches Obst pro Tag)
- Obstsäfte und Trockenobst meiden, da sie Kalium in konzentrierter Form liefern
- Bestimmte kaliumreiche Gemüsesorten und Hülsenfrüchte nur in kleinen Mengen (Nährwerttabellen nutzen)
- Nüsse, Schokolade und Kakao nur in kleinen Mengen verzehren
- Flüssigkeit von Konservenobst und -gemüse nicht verwenden
- Kartoffelfertiggerichte (Puffer, Püree, Pommes, Kroketten, Klöße) meiden
- Frische Kartoffeln schälen und vor dem Kochen wässern
- Kochwasser von Gemüse und Kartoffeln nicht verwenden

Phosphatzufuhr

- Nahrungsmittel mit Phosphatzusätzen meiden: Schmelzkäse, Cola, Kaffeeweißer und Fertigprodukte (E-339, -341, -45, -452)
- Innereien möglichst selten verzehren, besser ganz meiden
- Hülsenfrüchte nur in geringen Mengen
- Milch reduzieren und bei der Zubereitung von Milchspeisen durch ein Wasser-Sahne-Gemisch ersetzen
- Einnahme von Phosphatbindern zusammen mit phosphathaltigen Speisen (z.B. Fleisch- und Wurstwaren, Käse-, Milchprodukte)

Natriumzufuhr (Kochsalz)

- 5-6 g Kochsalz pro Tag sind empfohlen, das entspricht einem Teelöffel
- Kräuter und Gewürze statt Salz für die Zubereitung der Speisen nutzen (aber keine Fertig-Würzmischungen und Brühwürfel, denn diese sind sehr salzreich)
- Kein Diätsalz verwenden, da dies sehr viel Kalium enthält!

RICHTIGER UMGANG MIT DEM SHUNT

- Keine engen Kleidungsstücke am Shuntarm tragen
- Keine Blutentnahme aus dem Shunt vornehmen lassen
- Keine Blutdruckmessung am Shuntarm durchführen
- Bei Nachbluten ca. 15 Minuten abdrücken, mit Pflaster oder Verband abdecken, nicht straff wickeln, um den Durchfluss im Shunt nicht zu behindern
- Shunt-Rauschen unter den Fingerspitzen täglich prüfen
- Bei Stille, d.h. wenn kein Rauschen oder Pulsieren unter den Fingern spürbar ist, informieren Sie umgehend das Krankenhaus, in dem der Shunt angelegt worden ist.

