

معلومات للمرضى حول علاج أمراض الكلى المتقدمة بغسيل الكلى أو الطرق غير القائمة عليه

وثيقة مُعدّة من أجل

تهدف هذه المعلومات لمساعدتك على فهم بعض المسائل الرئيسية المتعلقة بغسيل الكلى؛ وهي مصممة لتزويدك بالمعلومات حتى تتمكن من اتخاذ قرار مستنير بشأن إجراء غسيل الكلى أو عدم إجرائه. لا يُقصد بها أن تحل محل المعلومات التي قدمها لك أطباؤك والممرضون، لذا يرجى طرح الأسئلة في أي وقت. سيتيح لك هذا المستند المعلومات حول:

- الخيارات العلاجية لمرض الكلى المتقدم (المرحلة 5)
 - ماهية وظيفة غسيل الكلى وما هي فوائده ومخاطره المحتملة
 - احتمال البقاء على قيد الحياة مع غسيل الكلى أو بدونه
 - عملية اتخاذ قرار مستنير بشأن غسيل الكلى
1. فهم المعلومات الواردة في هذا المستند
 2. تذكّر هذه المعلومات
 3. قدرتك على نقل هذه المعرفة إلى الأطباء والممرضين

ما الذي يمكنك توقعه الآن بعد أن تقدم مرض الكلى لديك؟

أنت مصاب بمرض كلوي متقدم وبحاجة الآن لاتخاذ قرار بشأن خياراتك العلاجية مع أطباءك والممرضين والعائلة. ليس بالضرورة أن يتسم القرار الذي تتخذه الآن بصفة الديمومة؛ حيث يخضع بعض المرضى مع مرور الوقت لعدة علاجات مختلفة. يستغرق اتخاذ القرارات وقتاً، ولا ينبغي التسرع في اتخاذ المهم منها. لهذا السبب تم تزويدك بمعلومات حول العلاجات المختلفة وتشجيعنا لك على التفكير في خياراتك.

معدل عمل وظائف الكلى لديك هو

يتيح لك كل علاج أسلوب حياة وروتيناً يومياً مختلفاً جداً. من المهم أن تقوم أنت وطبيبك باعتماد الخيار الأفضل الذي يناسب الأولويات الحالية في حياتك وحالتك الطبية الفردية.

الخيارات العلاجية لشخص مصاب بمرض الكلى في المرحلة الخامسة هي:

1. غسيل الكلى – مطلوب في العادة عندما تكون وظائف الكلى أقل من 10%
 - أ. غسيل الكلى في المنزل – غسيل الكلى الصفاقي أو غسل الدم
 - ب. غسيل الكلى في المستشفى – غسل الدم فقط
2. زراعة الكلى

لا يكون غسيل الكلى أو زراعتها مناسبين لكافة المرضى.

لمحة موجزة عن غسيل الكلى

يحل غسيل الكلى محل بعض وظائف كليتيك ولكن ليس كلها؛ ولا يؤدي إلى الشفاء من الفشل الكلوي، إلا أنه علاج جيد لكثير من الناس. غسيل الكلى عبارة عن إجراء لتطهير الدم وإزالة السوائل الزائدة. هناك نوعان من غسيل الكلى: الصفاقي وغسل الدم.

غسيل الكلى الصفاقي

قبل التمكن من إجراء غسيل الكلى الصفاقي، يتم وضع أنبوب (قسطرة) في البطن، ويبقى هناك بشكل دائم. يتم إدخال سائل خاص إلى البطن من خلال هذه القسطرة ثم يتم تصريفه، ويسمح ذلك للجسم بالتخلص من بعض الفضلات التي تتراكم عند فشل وظيفة الكلى.

هناك طريقتان لإجراء غسيل الكلى الصفاقي: غسيل الكلى الصفاقي المتنقل المستمر (continuous ambulatory peritoneal dialysis – CAPD) والذي يتم إجراؤه لـ 4 مرات في اليوم، وغسيل الكلى الصفاقي الآلي (automated peritoneal dialysis – APD) باستخدام جهاز في كل ليلة. يمكنك القيام بذلك في المنزل بنفسك، مع شخص يدعمك أو بدونه.

ما هي مخاطر غسيل الكلى الصفاقي؟

- التهاب في مكان خروج القسطرة أو انسداد القسطرة أو اختلالها
- تعطل جهاز غسيل الكلى الصفاقي
- إنتان (تُعرف بالتهاب الصفاق)

معدل هذه المخاطر في مستشفيات سانت جورج وساذرلاند منخفضة بشكل مُرضي.

تميل عملية غسيل الكلى الصفاقي للفشل مع مرور الوقت، إما بسبب الإنتان أو لأنّ بطانة البطن الداخلية تتوقف عن كونها فعالة في إزالة الفضلات. بعد 3 سنوات، يبقى غسيل الكلى الصفاقي ناجحًا في حوالي 40% من الحالات وينخفض هذا الرقم بعد 5 سنوات إلى 20% فقط.

في هذه المرحلة، ينتقل بعض المرضى إلى غسل الدم، ويسعد بعضهم الحظ فيخضعون لعملية زرع. يتوقف البعض الآخر عن غسيل الكلى ويخضعون للإدارة الوقائية غير القائمة على غسيل الكلى.

غسل الدم

تستخدم عملية غسل الدم جهازًا ومرشحًا صناعيًا للتخلص من الفضلات والسوائل الزائدة عند تعطل عمل الكلى. عادة ما يتم عمل ناسور للقيام بذلك؛ أي يقوم الجراح بوصل الشريان في ذراعك بالوريد، ويكون هذا أمرًا دائمًا. لإجراء غسل الدم، يتم الوصول إلى مجرى الدم عن طريق وضع إبر في الناسور - أو عن طريق الوصل المباشر بأنبوب يُعرف بالقسطرة الوريدية. يدور الدم من خلال هذا الجهاز، لمدة 4-6 ساعات بشكل عام، لثلاث مرات في الأسبوع على الأقل. يمكن إجراء غسل الدم في المنزل أو في المستشفى.

ما هي مخاطر غسل الدم؟

- صداع أو دوّار أو تشنجات أو تغيّر في ضغط الدم أو خفقان في القلب أثناء جلسة غسيل الكلى أو بعدها
- الشعور "بالإرهاق" في اليوم التالي لغسيل الكلى
- تكوّن الجلطات أو إنتان في موضع الناسور أو أنبوب القسطرة الوريدية

لماذا نشجع المرضى على إجراء غسيل الكلى في المنزل؟

يحقّق غسيل الكلى في المنزل أفضل النتائج من بين العلاجات المختلفة القائمة على غسيل الكلى

أظهرت البحوث أنّ الأشخاص الذين يخضعون لغسيل الكلى في المنزل يعيشون بشكل عام لمدة أطول.

بالإضافة إلى ذلك، هناك أيضًا الفوائد التالية:

- **المرونة.** إذا كنت تعمل، أو كنت مقدم رعاية لشخص ما، فمن المرجح أن يلائم جدول غسيل الكلى المرن التزاماتك الأخرى المتعلقة بالعمل والعائلة.
- **الوقت.** يستغرق غسيل الكلى في المستشفى وقتًا أطول منه في المنزل، نظرًا للوقت الذي تحتاجه للذهاب إلى المستشفى والعودة منها. عندما تصل إلى المستشفى، سيتعيّن عليك في الغالب انتظار دورك حتى تقوم الممرضة بتوصيل جهاز غسيل الكلى وفصله.
- **جدول المواعيد.** في حين أننا سنسعى لتلبية رغباتك، إلا أنّ مكان غسيل الكلى بالمستشفى ومواعيده سيتمادان على مدى توفرنا، وقد يتغير ذلك فجأة حتى بعد بدئك بغسيل الكلى.
- **الكلفة.** لن يكلفك غسيل الكلى المنزلي أي شيء إضافي. يتم توفير المعدات مجانًا وتقدم الحكومة إعانات للمياه والكهرباء. غسيل الكلى في المستشفى مجاني أيضًا، ولكنك ستتكبد على الأرجح تكاليف إضافية للذهاب إلى غسيل الكلى والعودة منه.

ومع ذلك، ولأسباب متنوعة، لا يمكن لكل الأشخاص إجراء غسيل الكلى في المنزل.

يشعر تقريبًا جميع المرضى بالقلق في البداية حيال إجراء غسيل الكلى في المنزل، ولكن يتم التغلب على هذه المخاوف في العموم خلال فترة التدريب، وتكون نتائجه جيدة جدًا.

لا تحتاج أنت وعائلتك أن تكونوا مدربين تدريبًا طبيًا، أو أن تتحدثوا الإنجليزية بطلاقة، لتتمكن من إجراء غسيل الكلى في المنزل.

بعض المعلومات الأخرى عن غسيل الكلى

- لا يحدّ غسيل الكلى دائمًا من أعراض الفشل الكلوي؛ يمكن للأطباء والممرضات وفريق الرعاية الداعمة المعني بأمراض الكلى المساعدة إذا استمرت الأعراض على الرغم من غسيل الكلى.
- يتمكن معظم الناس من إدماج غسيل الكلى المنزلي ضمن أسلوب حياتهم؛ إذا كنت تخضع لغسيل الكلى في المستشفى، فقد يشكل ذلك مصدر إزعاج لك أو لعائلتك مثل ذهابك إلى مركز غسيل الكلى والعودة منه في أوقات محددة لثلاثة أيام في الأسبوع؛ كما تشكل عملية ركن السيارات أيضًا صعوبة لأولئك المرضى.
- سيطلب منك اتباع حمية غذائية محددة وتقييد السوائل وسيتعيّن عليك تناول الأدوية التي طلبها اختصاصي الكلى.
- سيتم إجراء فحوصات دم منتظمة لمراقبة تأثير العلاجات المرتبطة بغسيل الكلى.

يريد فريقك الطبي أن تشارك في عملية التخطيط للعلاج والإدارة الذاتية بقدر استطاعتك. نطلب منك إبلاغ الممرضة أو أخصائي الكلى إذا كانت لديك مخاوف بشأن العلاجات القائمة على غسيل الكلى.

ماذا يحدث إذا لم أخضع لغسيل الكلى؟

يتمتع كل مريض يعاني من الفشل الكلوي بخيار عدم إجراء غسيل الكلى.

- تظهر البحوث بشكل متزايد أنّ المرضى في الفئات التالية قد لا يعيشون فترة أطول عند حصولهم على غسيل الكلى منهم بدونه:

1. المرضى الذين يبلغون 75 عامًا أو أكثر والذين يعانون من أمرين أو أكثر مما يلي:

- مشاكل صحية أخرى (مثل مرض السكري أو أمراض القلب التاجية أو أمراض الأوعية الدموية أو السكتات الدماغية)
- الخرف
- الضعف
- ضعف الحالة الوظيفية على الصعيد اليومي
- سوء التغذية

2. المرضى البالغون 80 عامًا أو أكثر

- قد لا يستفيد بعض المرضى، الذين تقل أعمارهم عن 75 عامًا ومع ذلك يعانون من مشاكل صحية خطيرة أخرى، من البدء بغسيل الكلى. إذا كان الأمر كذلك، سيتناقش طبيبك معك حول ذلك.
- أظهرت البحوث أيضًا أنّه من المحتمل أن يصبح المرضى في هذه الفئات أكثر اعتمادًا على عائلاتهم ومقدمي الرعاية لهم في حياتهم اليومية إذا ما بدأوا بغسيل الكلى.

الرعاية الوقائية أو الداعمة

الرعاية الوقائية أو الداعمة بدون غسيل الكلى هي خطة علاجية يتم اختيارها غالبًا من قبل المرضى الذين لا يرجح أن يعيشوا لفترة طويلة، حتى لو خضعوا لغسيل الكلى أو الذين يحتمل أن يتمتعوا بنوعية حياة رديئة عند غسيل الكلى. تتضمن الرعاية الداعمة للمريض الكلوي فريقًا من الأطباء والممرضين والأخصائيين الاجتماعيين وأخصائيي التغذية الذين يركزون على مداومة السيطرة على أعراض الفشل الكلوي ونوعية الحياة بدون غسيل الكلى.

يختار بعض الأشخاص الرعاية الوقائية لأنهم يشعرون أنّ أعباء غسيل الكلى قد تكون أعظم من الفوائد المحتملة، ويفضلون قضاء ما تبقى من حياتهم مع الأصدقاء والعائلة بدلاً من قضائها في غسيل الكلى.

أظهرت بياناتنا في مستشفيات سانت جورج وساذرلاند أنه بدون غسيل الكلى، يعيش المرضى الذين يبلغ متوسط أعمارهم 84 عامًا 15 شهرًا في المتوسط عندما تكون وظائف الكلى لديهم أقل من 15٪ و 8 أشهر في المتوسط عندما تكون وظائف الكلى لديهم أقل من 10٪.

كم من الوقت سأعيش إذا خضعت لغسيل الكلى؟

على الرغم من أن غسيل الكلى هو إجراء يحافظ على الحياة، إلا أنه لا يؤدي للشفاء من الفشل الكلوي. وهذا يعني أنك ستعتمد على غسيل الكلى لبقية حياتك أو حتى تتم عملية الزرع لمن يناسبهم ذلك.

لسوء الحظ، لا يعيش الأشخاص الذين يخضعون لغسيل الكلى لنفس طول الفترة التي يعيشها عامة السكان. ندرك أن هذه المعلومات مزعجة، إلا أننا نعتقد أنه من الأفضل أن تحصل على جميع البيانات المتاحة في متناول اليد. البيانات الأسترالية حول احتمال بقاءك على قيد الحياة أثناء خضوعك لغسيل الكلى مدرجة أدناه.

متوسط نسبة البقاء على قيد الحياة لمدة خمسة أعوام	متوسط نسبة البقاء على قيد الحياة لمدة عام واحد	العمر عند البدء بغسيل الكلى (بالسنوات)
94	98	0-24
85	96	25-44
69	93	45-64
50	88	65-74
33	83	75-84
20	72	85+

فيما يلي "متوسط" فترات البقاء على قيد الحياة بعد البدء بغسيل الكلى. وهذا يعني أن نصف الأشخاص في كل فئة عمرية يتوقع أن يعيشوا لفترة أطول ونصفهم لفترة أقصر.

- يرجى الانتباه إلى أن فترات البقاء على قيد الحياة هذه تعكس المرضى الذين يتمتعون بصحة جيدة طبياً ووظيفياً بما يكفي لإجراء غسيل الكلى. وهي لا تعكس الفترة المتوقعة لبقاء مرضى الفشل الكلوي على قيد الحياة إذا كانوا يعانون أيضاً من مرض شديد (أي من مشاكل صحية أخرى) بحيث لا يستطيعون الخضوع لغسيل الكلى.

متوسط نسبة البقاء على قيد الحياة (بالأعوام)	العمر عند البدء بغسيل الكلى (بالسنوات)
6.5	45-64
4.6	65-74
3.5	75-84
2.2	85+

من دواعي سرور الطبيب والممرضون أن يتناقشوا معك بخصوص حالتك الخاصة. إذا كنت ترغب في قراءة المزيد حول هذا الموضوع، فذلك متاح على موقع ANZDATA الإلكتروني الذي يقدم تقارير عن نتائج مرضى الكلى في أستراليا.

<http://www.anzdata.org.au>

هل يمكنني التوقف عن غسيل الكلى؟

يتمتع كافة المرضى بخيار التوقف (أو الانسحاب) من غسيل الكلى. ويحدث ذلك أحياناً عندما يشتد المرض على الناس بسبب مشكلة صحية خطيرة أخرى. في بعض الأحيان، قد يبدأ الناس بغسيل الكلى ويتمتعون بنوعية حياة جيدة، ولكن مع تقدمهم في السن، تصبح أعباء غسيل الكلى أو غيرها من المشكلات الصحية أعظم.

اتخاذ القرار بالتوقف ليس بالأمر النادر في أستراليا (انظر <http://www.anzdata.org.au>) ولكنه دائماً أمر يصعب التفكير فيه. أطباءك والممرضون موجودون دائماً لمناقشة هذا الأمر ومساعدتك أنت وعائلتك خلال هذه العملية.

التخطيط المسبق للرعاية

نقدم لجميع المرضى الذين يعانون من الفشل الكلوي (>15٪) المساعدة في إعداد خطة رعاية متقدمة مع عائلاتهم حتى يتمكن من احترام رغباتهم وخططهم

يتضمن التخطيط المسبق للرعاية التفكير في العلاجات الطبية التي قد ترغب أو لا ترغب فيها إذا أصبت بمرض خطير وكنت غير قادر على اتخاذ القرارات. وهو سجل لتفضيلاتك وأهدافك وقيمك. هذه محادثة صعبة ولكنها مهمة، ونحن نعرض هذه الخدمة على جميع مرضانا الذين يعانون من الفشل الكلوي. بقيامنا بذلك، نأمل أن نساعدك على:

- معرفة المزيد عن صحتك وأمراضك وخياراتك العلاجية
 - التمتع بتحكم أكبر فيما سيحدث لك عندما تكون مريضاً، وتخفيف الأعباء النفسية على عائلتك وأحبائك
- أظهرت البحوث أنّ الحديث عن القيم الشخصية المهمة والمسائل المتعلقة بنهاية الحياة هو تأكيد للحياة ومعزز للأمل ويمكن أن يوطد علاقاتك.

الخلاصة

قد يكون القرار بالبداية بغسيل الكلى من عدمه قرارًا صعبًا. نأمل أن تكون المعلومات الواردة في هذا المستند نقطة انطلاق مفيدة لك ولعائلتك، ونشجعك على التحدث إلى الأطباء والممرضين والأخصائيين الاجتماعيين وأفراد العائلة.

إذا قررت المضي قدمًا بغسيل الكلى، فسُيطلب منك التوقيع على استمارة الموافقة. ويرمي ذلك إلى بيان أننا قدمنا لك هذه المعلومات، وأنت تشعر بأنك قد فهمتها وأنت اتخذت قرارًا طوعيًا للقيام بذلك.

الفريق المعني بالكلى في مستشفيات St. George و Sutherland – 2021

مقارنة بين العلاجات المتاحة لأمراض الكلى المتقدمة

الرعاية الداعمة	غسيل الكلى الصفافي	غسل الدم	
أدوية ونصائح غذائية للتعامل مع أعراض الفشل الكلوي.	استخدام الغشاء الطبيعي في تجويف البطن لتبادل الفضلات التي يتم تصريفها بعد ذلك.	يُضخ الدم إلى خارج الجسم إلى جهاز الكلى الاصطناعي والذي يعمل على "تنظيف" دمك.	على ماذا ينطوي ذلك؟
ستتواجد في منزلك.	تقوم بإجراء ذلك في المنزل بنفسك. يحتاج الناس في بعض الأحيان إلى المساعدة من عائلاتهم.	يمكن لبعض الأشخاص القيام بذلك في المنزل، بعد فترة من التدريب. يقوم الناس بذلك أيضًا في المستشفى.	هل يتم إجراؤه في المنزل؟
لن تحتاج لتخصيص أي وقت لغسيل الكلى.	CAPD. 45-30 دقيقة لكل تبادل للسوائل. عادة لأربع مرات في اليوم. APD. 10-8 ساعات كل ليلة أثناء النوم.	غسيل كلوي لمدة 4-5 ساعات، لثلاث مرات في الأسبوع أو لمدة 7-8 ساعات، لثلاث مرات في الأسبوع، كل يومين. إذا قمت بذلك في المستشفى، فستحتاج أيضًا لتخصيص وقت للانتظار والذهاب إلى المستشفى والعودة منها 3 مرات في الأسبوع.	الالتزام الزمني
لا ينطوي على أي إجراء جراحي.	عملية جراحية لوضع قسطرة لغسيل الكلى الصفافي، عادةً على جانب صرتك.	عملية جراحية للأوعية الدموية في ذراعك لعمل ناسور شرياني وريدي.	ما هو الإجراء الذي أحتاجه؟
<ul style="list-style-type: none"> القدرة على قضاء الوقت بالطريقة التي تريدها والقيام بما هو مهم بالنسبة لك، بدلاً من الخضوع لغسيل الكلى. عدم المعاناة من الآثار الجانبية أو المشاكل الناتجة عن غسيل الكلى. قد تكون نوعية الحياة أفضل لبعض الناس منها مع خضوعهم لغسيل الكلى. 	<ul style="list-style-type: none"> قد يطيل حياتك، خاصة إذا لم تكن لديك مشاكل صحية كبيرة أخرى. يمكنك البقاء في المنزل. حمية غذائية أقل صرامة. مرونة أكثر في الأوقات والقدرة على السفر. لا تُستخدم الإبر. 	<ul style="list-style-type: none"> قد يطيل حياتك، خاصة إذا لم تكن لديك مشاكل صحية كبيرة أخرى. يمكن لبعض المرضى إجراءه في المنزل. إذا كنت تقوم بإجرائه في مستشفى، فهناك طاقم عمل مدرب متواجد. 	ما هي الفوائد؟
<ul style="list-style-type: none"> قد تكون حياتك أقصر مما لو بدأت بغسيل الكلى، خاصة إذا لم تكن لديك مشاكل صحية كبيرة أخرى. 	<ul style="list-style-type: none"> قد لا يطيل عمر الأشخاص الذين يعانون من العديد من المشاكل الصحية الأخرى. تشمل الآثار الجانبية التهاب في تجويف البطن. قد يكون من الصعب على بعض الأشخاص إجراء غسيل الكلى بأنفسهم. قد لا يعمل بعد فترة من الزمن، ويتراوح ذلك عادة من عدة أشهر إلى سنوات. 	<ul style="list-style-type: none"> قد لا يطيل عمر الأشخاص الذين يعانون من العديد من المشاكل الصحية الأخرى. يمكن أن تشمل الآثار الجانبية انخفاض ضغط الدم وتشنج العضلات والالتهابات الشديدة ووخز الإبر المتكرر. يستغرق وقتًا طويلاً وقد يقلل من جودة الحياة. قد يشمل التنقل المتكرر من العلاجات وإليها. قيود على استهلاك السوائل وحمية غذائية. 	ما هي المخاطر / الأضرار؟