

مددجوی عزیز:

باسلام و آرزوی سلامتی برای شما، امیدواریم از لمظاتی که در کنار شما بودیم رضایت کافی داشته باشید و هر چه سریعتر به آغوش خانواده و جامعه بازگردید. این پمفلت آموزشی جهت افزایش اطلاعات شما در مورد رژیم غذایی و پیشگیری از عوارض آن در اختیار شما قرار گرفته است.

کرامپ عضلانی

به گرفتگی عضلات و اندام ها که بیشتر در دست ها و پاها شایع است کرامپ عضلانی گفته می شود که ناشی از عدم دریافت کافی کلسیم و یا اضافه وزن زیاد بین 2 جلسه دیالیز است.

نکات مربوط به کرامپ عضلانی

1. از اضافه وزن بیشتر از 2 کیلوگرم بین هر جلسه دیالیز خودداری شود.
 2. مصرف مرتب و منظم قرص کلسیم زیر نظر پزشک
 3. اجتناب از خوردن آب و نمک زیاد بین 2 جلسه دیالیز)
- مواد غذایی حاوی نمک زیاد شامل: میگو، انجیر خشک، غذاهای کنسرو شده)



عنوان سند: کرامپ عضلانی

شماره سند: 35-33- BH- P- M.C- شماره ویرایش: 02 شماره بازنگری
تاریخ تدوین: اردیبهشت 95- تاریخ بازنگری: اردیبهشت 98
تاریخ ویرایش: اردیبهشت 98



کرامپ عضلانی

(آموزش به مددجو)

کمیته آموزش به بیمار

بیمارستان و زایشگاه بنت الهدی

منبع: پرستار و دیالیز - برونر و سودارت

آدرس: مشهد - خیابان بهار

تلفن تماس: 5- 05138590051

کانال تلگرامی: @benthospital

4. به هنگام گرفتگی عضله: اطلاع به پرستار، ماساژ ناحیه

گرفته شده، گذاشتن کمپرس گرم روی محل

5. در صورت ادامه گرفتگی عضله در منزل حتما با پزشک

مشورت نمائید.

