



Drogi Pacjencie!

W marcowym numerze naszej gazetki chcielibyśmy zwrócić Twoją uwagę na adekwatność dializy.

Pewnie często słyszysz to pojęcie?

Co ono dokładnie oznacza i dlaczego jest tak ważne w Twoim leczeniu?

Wszystkie odpowiedzi znajdziesz poniżej.

Na zdrowie!

Zespół DaVita

ADEKWATNOŚĆ DIALIZY

To nic innego jak jej skuteczność! To ważne, by dializa była na tyle efektywna („adekwatna”), by właściwie oczyścić Twoją krew i ciało.

Dzięki temu będziesz:

- lepiej się czuć,
- mieć więcej energii,
- mieć świeższy umysł i ciało,
- unikać pobytów w szpitalu.

Adekwatność Twojej dializy zespół medyczny mierzy i ocenia co miesiąc. W tym celu Twoja krew jest pobierana do badań przed dializą i po jej zakończeniu. Aby obliczyć wartość istotnego parametru adekwatności, jakim jest wskaźnik Kt/V, należy pomnożyć skuteczność dializatora w oczyszczeniu krwi (wskaźnik K) przez czas trwania dializy (t), a następnie podzielić przez objętość wody zgromadzonej w Twoim ciele (V). Jeśli Twój wskaźnik Kt/V $\geq 1,3$, to znaczy, że Twoja dializa spełniła swoje zadanie!

Co możesz zrobić, by zoptymalizować swój Kt/V?

Oto kilka najważniejszych punktów:

- do każdego zabiegu podchodź zgodnie z zaleceniami lekarza,
- nie opuszczaj dializ,
- dbaj o to, by zabieg trwał tyle czasu, ile zaplanował Twój lekarz,
- jeśli Twój Kt/V jest mniejszy niż 1,3, przedyskutuj z lekarzem, co możecie zrobić, by to zmienić (warto sprawdzić, czy przetoka dobrze działa, a może potrzebujesz większego przepływu krwi albo dłuższego czasu dializy),
- jeśli nie masz jeszcze przetoki, rozważ jej wytworzenie, dzięki temu Twoje Kt/V będzie w normie,
- porozmawiaj z Twoim zespołem medycznym *à propos* zaleceń żywieniowych.

Generalnie: jeśli masz pytania dotyczące adekwatności, od razu zgłoś je swojemu zespołowi medycznemu. Wspólnie na pewno będziecie w stanie utrzymać bądź uzyskać odpowiednią adekwatność dializy.





WYWIADY Z PACJENTAMI

Pan Wojciech (lat 46), pacjent dializowany od października 2024 roku.

Czy wie Pan, czym jest adekwatność?

Wojciech: Samo słowo dla mnie nie jest zbyt zrozumiałe, bardziej rozumiem wskaźnik wydializowania, który tłumaczyła mi Pani doktor.

A jak Pan teraz się czuje, kiedy wreszcie, po sześciu miesiącach leczenia, wskaźnik Kt/V został osiągnięty?

Czy dostrzega Pan różnicę w swoim samopoczuciu?

Wojciech: Ja tej różnicy raczej nie widzę, po prostu przyzwyczałem się przez ten okres do dłuższej dializy. Teraz zabieg trwa u mnie 4,5 godziny. I ja to powoli zaczynam rozumieć, bo dużo rozmawiam z panią doktor, że gdybym był bardziej zdrowy, miał mniej chorób współistniejących, to może mocniej odczuwałbym tę adekwatność dializy. U mnie też trzeba patrzeć na serce, żeby go zbyt nie obciążać. Wiem, że teraz cały zespół gra na to, żeby jak najlepiej oczyścić mój organizm i zacząć budować dobre samopoczucie, którego jeszcze nie mam. Mam nadzieję, że i to się niedługo zmieni.

Komentarz dr Agnieszki Kędzierskiej-Ryk,

Zastępcy Dyrektora Medycznego ds. Jakości Klinicznej:

„Dla mnie jako lekarza bardzo ważna jest świadomość, że dializy, mimo iż rozpoczynane „delikatnie”, poniżej realnego zapotrzebowania na ich dawkę, będą po jakimś czasie adekwatne, czyli przyniosą pożądane – zgodnie z wiedzą medyczną – oczyszczenie krwi. Potrzebna jest stopniowa adaptacja, szczególnie jeśli pacjent ma inne wyzwania medyczne. Wszczepienie bypasów spowodowało, że nie mogliśmy w odpowiednio szybkim tempie intensyfikować leczenia u Pana Wojciecha. Chcieliśmy dać czas sercu na regenerację, bo serce pacjenta zachorowało z powodu miażdżycy. Nieadekwatna dializa mogłaby nasilać proces miażdżycy. Gdy serce przeszło okres rekonwalescencji, to mamy teraz obowiązek zapewnić pacjentowi adekwatną dializę, żeby serce pracowało w lepszych warunkach i żeby miażdżycy nie postępowała w nowych tętnicach. Będziemy mogli prowadzić leczenie w taki sposób, żeby wpłynęło ostatecznie na lepszą kondycję ogólną pacjenta”.

Kontakt do redakcji: pl_marcomm@davita.com

Pan Artur (lat 40), pacjent dializowany od lutego 2024 roku.

Czy spotkał się Pan z pojęciem adekwatność dializy?

Artur: Na początku nie wiedziałem, o co chodzi. Potem nauczyłem się rozróżniać dobre i gorsze wyniki wskaźnika Kt/V. Na tym od początku mi zależało, żebym wiedział od czego zależy, bym dobrze się czuł. Kt/V na odpowiednim poziomie równa się temu, że jestem dobrze wydializowany.

W efekcie adekwatnej dializy chodzi o to, żeby pacjent dobrze się czuł. Kiedy Pan zauważył, że lepiej się czuje?

Artur: Od początku roku zauważyłem pozytywne zmiany i nawet sam się zastanawiałem, czym one są powodowane. Mam bardzo dobre samopoczucie, zacząłem nabierać masy mięśniowej i siły. Będąc osobą trenującą, aktywną fizycznie, początkowo naprawdę mocno odczuwałem efekt choroby nerek i dializ, ale się nie poddawałem. Myślę, że głównie chodziło o moje wyniki badań, na początku mocno błędziłem. Teraz już wiem, co jeść i pić, gdzie zmniejszać ilość białka, jak ważne jest liczenie każdego produktu i pilnowanie lekarskich zaleceń. Przede wszystkim trzymam się wytycznych lekarzy na temat tego, jak ma wyglądać moja dializa. To oni wiedzą lepiej jak długo ma trwać i jakie zastosować parametry techniczne. Ja jestem sportowcem, a sport nauczył mnie tego, że jestem konsekwentny, podchodzę zadaniowo do swojego zdrowia i leczenia. Wierzę, że trzeba mieć mocny, silny charakter, nie poddawać się i starać się, co widać na moim przykładzie, polepszyć swoje samopoczucie.

Komentarz dr Agnieszki Kędzierskiej-Ryk,

Zastępcy Dyrektora Medycznego ds. Jakości Klinicznej:

„Pan Artur, będąc kiedyś bardzo aktywnym sportowcem, nauczył się trzymać rygor dietetyczny. I to podejście z nim zostało, co jest bardzo ważne w utrzymaniu adekwatnej dializy. To, jak pacjent na co dzień postępuje, co je i pije i w jakich ilościach, w jaki sposób dba o siebie, ma ogromne znaczenie dla jego samopoczucia w trakcie leczenia. Co jest jeszcze ogromnie ważne? Zaufanie do lekarzy i pielęgniarek oraz siła mentalna i podejście do swojego procesu zdrowienia z szacunkiem, które prezentuje Pan Artur. Oprócz wskaźników medycznych, które z punktu widzenia lekarza są kluczowe, niezwykle ważne jest nastawienie pacjenta, jego chęć, by dobrze się czuć na co dzień, mimo wyzwań związanych z chorobą”.

Odwiedź nas!

www.davita.pl

facebook.com/DaVitaPolska

