

Ayude a que su diálisis renal sea más eficaz

Información preparada para:

Cuando sus riñones fallan...

En la insuficiencia renal, los riñones no pueden eliminar las sustancias de desecho y el exceso de líquidos de la sangre. Esto se denomina enfermedad renal en etapa terminal (ESRD, por sus siglas en inglés). Cuando usted sufre ESRD, debe recibir tratamiento para reemplazar la función de sus riñones dañados. Ésta es la razón por la que tanto usted como su médico han decidido que la hemodiálisis representa el mejor tratamiento.

Cuando recibe un tratamiento de diálisis...

La hemodiálisis actúa filtrando la sangre, y eliminando las sustancias de desecho que el organismo no necesita. Pero la hemodiálisis puede también eliminar sustancias beneficiosas y necesarias. Una de ellas es la carnitina.

Cuando su organismo pierde carnitina...

La carnitina es una sustancia natural del organismo que ayuda a producir energía. La pérdida de carnitina puede dar lugar a una "escasez energética". Esto se conoce como deficiencia de carnitina asociada a la diálisis, o por las siglas DCD.

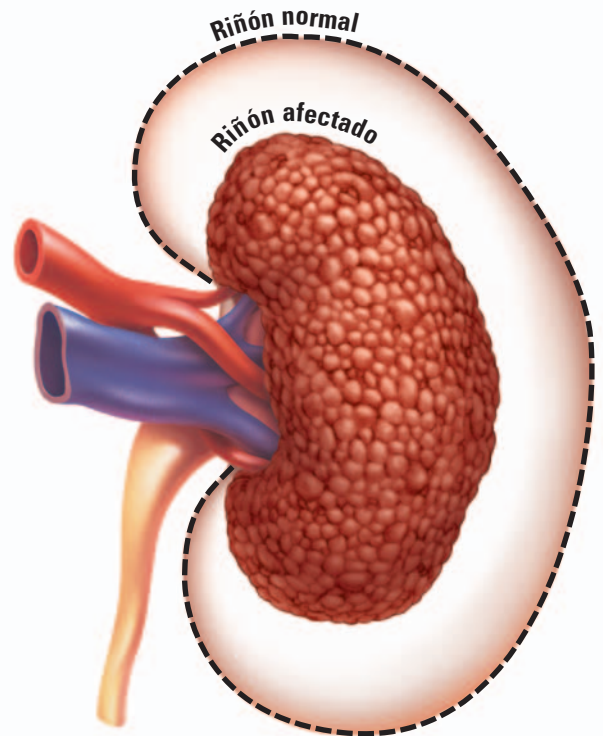
Cuando sufre DCD, su musculatura esquelética no recibe el aporte energético necesario. Por ello, los músculos se cansan más rápidamente y es posible que usted se sienta débil. La DCD también podría afectar la función de bombeo del corazón, lo que puede causar hipotensión.

Si usted experimenta alguno de los síntomas siguientes, puede ser que tenga DCD:

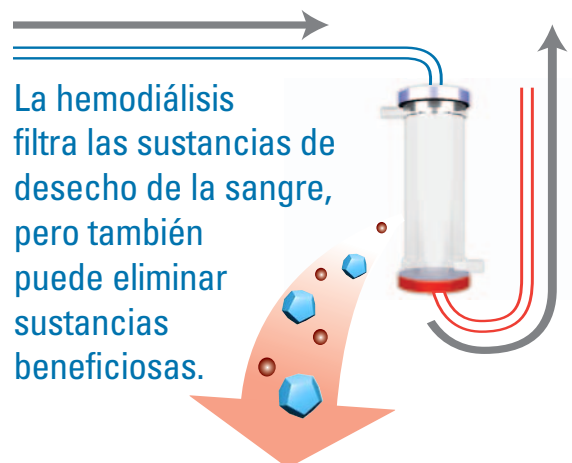
- Función cardíaca de bombeo debilitada
- Hipotensión durante su sesión de tratamiento
- Debilidad de la musculatura esquelética

Consulte a su médico. Si tiene DCD, hay un medicamento que puede restituir su concentración de carnitina.

Insuficiencia renal



Un riñón afectado no puede filtrar la sangre, y las sustancias de desecho se acumulan en el organismo.





Ayude a que su diálisis renal sea más eficaz

...Es hora de actuar

Para obtener el máximo beneficio de su tratamiento, considere seguir los pasos detallados a continuación.

Coma saludablemente

¡Prefiera la calidad a la cantidad! Los alimentos de proteínas de alta calidad, como la carne, el pescado, las aves de corral y los huevos, producen menos sustancias de desecho.

¡Tenga cuidado con la cantidad de líquidos que ingiere!

Cuando sus riñones no funcionan con normalidad, el agua se acumula rápidamente en el organismo. Pregunte a su dietético sobre su ingesta diaria de líquidos.

¡Use la sal con moderación! Los alimentos salados le producen sed y favorecen la retención de agua en el organismo.

¡Cuidado con los minerales! El exceso de fósforo, que se encuentra en la leche, los frutos secos y las alubias secas, puede debilitar los huesos. El exceso de potasio, que se encuentra en los sustitutos de la sal, el chocolate y algunas frutas y verduras, puede afectar el corazón.

Manténgase activo

Busque nuevas formas de mantenerse activo física y mentalmente.

¡Incluya el ejercicio entre sus opciones! Aumente su actividad diaria. Trate de caminar un poco más alrededor de la manzana o en el centro comercial.

¡Aproveche la oportunidad! Utilice el tiempo de "recuperación" después de sus tratamientos para probar algo nuevo. Lea un libro, escuche música relajante o haga un crucigrama.



Cuando tenga un plan que funcione, ¡sígalo!

Tome sus medicamentos de la forma prescrita, acuda puntualmente a sus citas de diálisis, y consulte a su médico si su salud experimenta algún cambio.