NHS
The Leeds
Teaching Hospitals
NHS Trust

گردے کا دیرینہ مرض

مریضوں کیلئے معلومات

Leeds Kidney
Unit

پری ڈائلیسس نرس ٹیم

براہ کرم ہم سے اس پر رابطہ کریں:

0113 206 6719

ہم پیر تا جمعہ 8 بجے صبح تا 4 بجے شام حاضر ہیں

آپ فاضل اوقات میں جواب دینے والی ایک مشین پر غیر ہنگامی پیغامات چھوڑ سکتے ہیں۔

مشمولات

تعارف	صفحہ 5
کورونا وائرس Covid-19	صفحہ 6
لو کلیئرنس کلینک،	صفحہ 7
پری ڈائلیسس نرسز	صفحہ 9
گردے - وہ کس طرح کام کرتے ہیں، وہ کیا کام کرتے ہیں؟	صفہ 10
آپ کیا کر سکتے ہیں؟	صفحہ 11
قلت دم کا نظم و نسق	صفحہ 12
علاج کے اختیارات	صفحہ 13
گردے کا ٹرانسپلانٹ	صفحہ 13
ہیموڈائلیسس	صفحہ 16
پیریٹونیل ڈائلیسس	صفحہ 23
قدامت پسند نگہداشت	صفحہ 27
گردے کے مریض کا نظریہ	صفحہ 31
مزید معلومات - مفید ویب سائٹیں	صفحہ 32
آپ کی معلومات کا کیا ہوتا ہے؟	صفحہ 33

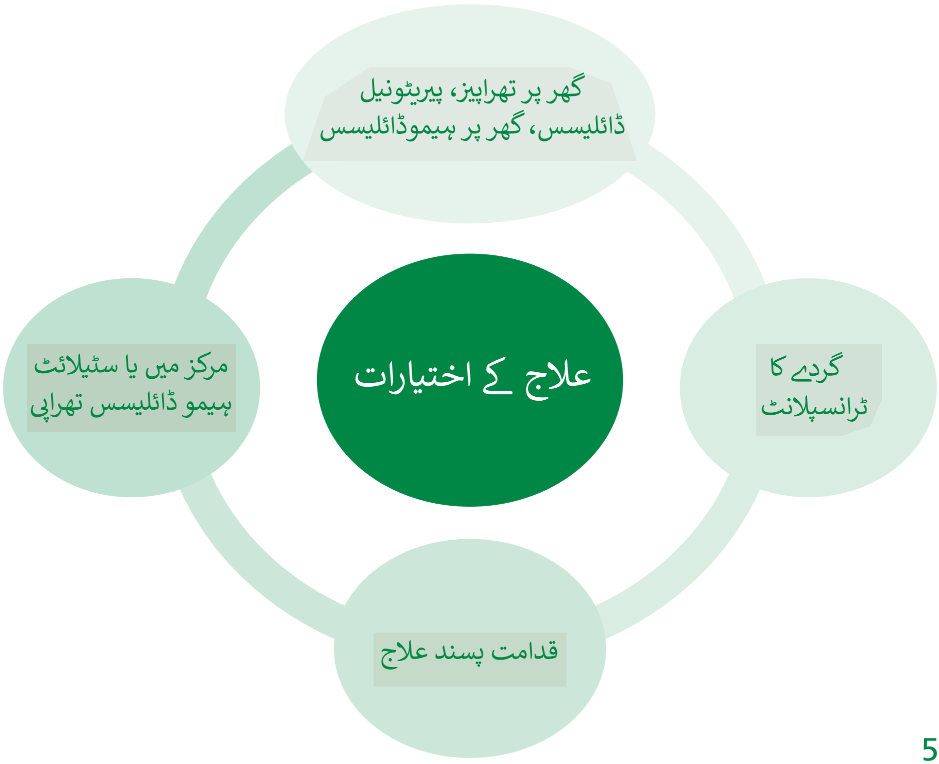
تعارف

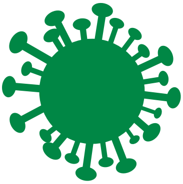
منسلک معلومات آپ کے گردے کا عمل بگڑنے اور آپ کی علامات تبدیل ہونے پر آپ کے علاج کے بارے میں باخبر فیصلہ کرنے میں آپ کی مدد کرنے کے لیے ہیں۔

مقصد یہ ہے کہ ان معلومات کی مدد سے آپ اپنی انفرادی ضروریات کے مطابق بہترین فیصلہ کرنےپر قادر ہوں گے۔

ایک ٹیم کی حیثیت سے آپ جو فیصلہ کرتے ہیں اس کی تائید کرنے کے لیے ہم حاضر ہیں اور آپ کے پورے علاج کے دوران کسی سوال کا جواب دینے کے لیے دستیاب ہیں۔

اگر آپ لو کلیئرنس کلینک میں جاتے ہیں لیکن لیڈز ٹیچنگ ہاسپٹلز رینل یونٹ کے ذریعے محیط علاقے میں رہتے ہیں یا اس علاقے سے باہر جانے کا ارادہ ہے تو، آپ کے منتخب کردہ کسی رینل ریپلیسمنٹ تھراپی کے مدنظر آپ کے مقامی سنٹر پر آپ کو بھیجا جائے گا۔





کورونا وائرس Covid-19

موجودہ Covid-19 کی عالمگیر وبا کے سبب ہمیں اپنی خدمات کو ایڈجسٹ کرنے اور کام کرنے کے نئے طریقوں پر نگاہ ڈالنے کی ضرورت پڑی۔

ہمارا اصل مقصد ایسی خدمت مہیا کرنا ہے جس سے ہمارے مریضوں کی ضرورت پوری ہوتی رہیں، جبکہ آپ اور عملہ ممکن حد تک محفوظ رہیں۔

اس کام میں مدد کے لیے اگر آپ کسی رو بہ رو اپائنٹمنٹ میں جانے والے ہیں تو براہ کرم اپائنٹمنٹ سے پہلے 0113 206 6719 پر ہم سے رابطہ کریں اگر آپ کو یا آپ کے گھرانے میں کسی کو

- تیز درجۂ حرارت ہو
- نئی، مسلسل کھانسی ہو
- بو یا ذائقے کے آپ کا شعور کا فقدان یا اس میں تبدیلی ہو

اگر ہمارا عملہ دستیاب نہ ہو تو براہ کرم جواب دینے والے فون پر پیغام چھوڑیں اور عملہ آپ سے رابطہ کرے گا۔ جو کوئی دیگر کارروائی مطلوب ہو اس پر عملہ گفتگو کرے گا۔

اضافی مشورہ NSH کی ویب سائٹ پر مل سکتا ہے:

www.nhs.uk/coronavirus

لو کلیئرنس کلینک

لو کلیئرنس کلینک ان مریضوں کے لیے آؤٹ پیشنٹ کلینک ہے جن کے گردے کا عمل زائل ہو کر 18% یا اس سے کم سطح پر آ گیا ہے۔

گردے کے عمل کا فیصد خون کا نمونہ لے کر اور GFR - (گلومیرولر فلٹریشن ریٹ، (Glomerular Filtration Rate - کے بطور معرف ٹیسٹ کر کے پتہ لگایا جاتا ہے۔

یہ کلینک درج ذیل کی طرف سے سپورٹ پیش کرتا ہے -

رینل، پالیئیٹو، کیئر آف ایلڈرلی اینڈ میڈیسن کنسلٹنٹ ڈاکٹرز، پری ڈائلیسس نرسز، کلینکل نرس اسپیشلسٹ، ڈائٹیشینز، ٹرانسپلانٹ کوآرڈینیٹرز، سائیکولوجسٹس اور سوشل ورکرز۔

ممکن ہے آپ کو کلینک میں اس وجہ سے بھیجا گیا ہو کہ

- نیفرولوجی کلینک میں جاتے ہوئے بھی آپ کے گردے کا عمل بتدریج بگڑ گیا
- آپ کا ناکام ٹرانسپلانٹ ہوا ہے
- آپ کے GP یا دوسرے ڈاکٹر کے ساتھ ایک حالیہ

اپائنٹمنٹ کے دوران، انہیں پتہ چلا ہے کہ آپ کے گردے کا فعل تیزی سے ناکام ہو رہا ہے۔

پری ڈائلیسس نرسز

پری ڈائلیسس نرسز کلینک میں آپ کو دی گئی معلومات کو سمجھنے میں آپ کی مدد کے لیے حاضر ہیں۔

ہم آپ کے آئندہ کے اختیارات کی وضاحت کرنے، اور جو علاج آپ منتخب کر سکتے ہیں اس بارے میں آپ کے فیصلے میں آپ کا اور آپ کی فیملی کا تعاون کرنے پر قادر ہیں۔

پری ڈائلیسس نرسنگ کے عملہ کے ساتھ انفرادی سیشنز کا انتظام کیا جاتا ہے تاکہ آپ کو اپنے علاج کے بارے میں باخبر انتخاب کرنے کا وقت ملے۔

معلوماتی سیشنز کا اہتمام ہسپتال میں یا آپ کے اپنے گھر پر ہو سکتا ہے۔ کوئی فیملی ممبر یا دوست آپ کے ساتھ رہنے کی تجویز کی جاتی ہے، کیونکہ ڈھیر ساری معلومات ہو سکتی ہیں، اور آپ کے ڈھیروں سوالات ہو سکتے ہیں۔

پری ڈائلیسس نرسز لو کلیئرنس کلینکس میں جاتی ہیں، اور اپائنٹمنٹس کے بیچ فون پر استفسارات کو بخوشی نمٹاتی بھی ہیں۔

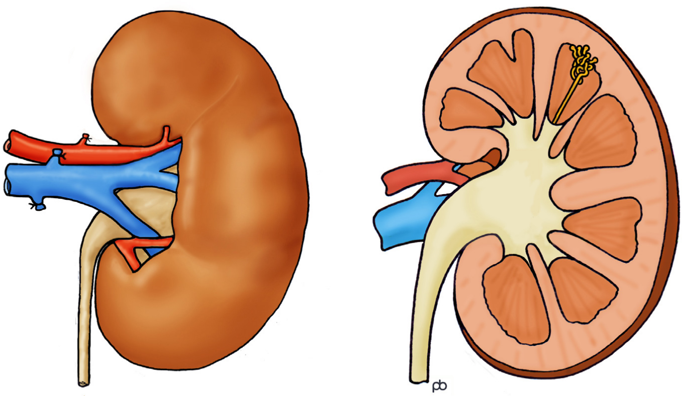
گردے - وہ کس طرح کام کرتے ہیں، وہ کیا کام کرتے ہیں؟

بیشتر لوگوں میں 2 گردے، پھلی کی شکل کے اعضاء جو لگ بھگ 12 سنٹی میٹر لمبے، 6 سنٹی میٹر چوڑے اور 3 انچ موٹے اور لگ بھگ 150 گرام (60 اونس) وزن کے- مٹھی کے سائز کے لگ بھگ ہوتے ہیں۔ ہر گردے کا وزن لگ بھگ 150 گرام ہوتا ہے اور جسم کے اندر گہرائی میں ہوتا ہے اور پشت پر نچلی پسلی کے نیچے بیٹھا ہوتا ہے۔

جسم کے دائیں طرف جگر کے بڑے سائز کی وجہ سے بایاں گردہ دائیں گردے سے تھوڑا سا زیادہ اوپر کی طرف واقع ہوتا ہے۔

نارمل صحت مند گردے:

- خون سے فالتو پروڈکٹس کو صاف کرتے ہیں (غذا اور دواؤں سے)
- زائد مائع کو خارج کرتے ہیں
- فشار خون کو کنٹرول کرنے میں مدد کرتے ہیں
- سرخ دموی خلیے بنانے میں مدد کرتے ہیں
- صحت مند مضبوط ہڈیوں کے لیے وٹامن D پیدا کرتے ہیں
- خون میں کیمیائی توازن کو برقرار رکھتے ہوئے۔



آپ کیا کر سکتے ہیں؟

آپ سے جب تک ممکن ہو آپ کی کوشش کی حد تک صحت مند محسوس کرنے میں آپ کی مدد کے لیے آپ کو مشورہ دیا جائے گا۔

علاج انفرادی اور آپ کی ضروریات کے ساتھ مخصوص ہیں، ان میں سے کچھ میں شامل ہیں:

- آپ کو مدر بول دوائیں تجویز کی جا سکتی ہیں (پانی والے ٹیبلٹ)۔ یہ پیشاب تیار کرنے میں آپ کے گردوں سے سخت محنت کرواتے ہیں، جس میں مائع کی برقراریت (سوجن) میں مدد ملے گی۔
- آپ کے خون میں کیمیائی عدم توازن ٹھیک کرنے کے لیے دوائیں تجویز کی جا سکتی ہیں۔
- اگر آپ کو بیش فشار خون ہے تو، اپنی تجویز کردہ فشار خون کی دوا حسب تجویز لیں، کیونکہ یہ آپ کے فشار خون پر اچھا کنٹرول رکھنے کے لیے ضروری ہے۔ بیش فشار خون گردوں کو خراب کر سکتا ہے۔
- قلت دم کا نظم و نسق - آپ پر نگاہ رکھی جائے گی اور حسب ضرورت علاج کیا جائے گا (قلت دم والا سیکشن دیکھیں)۔
- اگر آپ کی سطحیں کم ہیں تو آپ کا ڈاکٹر وٹامن D کا ٹیبلٹ تجویز کر سکتا ہے۔
- اگر آپ ذیابیطس کے مریض ہیں تو، اپنے بلڈ شوگر کی سطحوں پر اچھا کنٹرول برقرار رکھیں۔
- صحت بخش، کم نمک والی خوراک کھائیں۔ ماہر تغذیہ آپ کے خوراک کی مقدار سے متعلق مشورہ دے گا۔
- صحت بخش طرز زندگی برقرار رکھیں۔ باقاعدگی سے ورزش کریں۔ سگریٹ نوشی بند کریں، اور صرف معتدل انداز میں پیئیں۔
- اپنے GP پریکٹس میں سالانہ فلو کا انجیکشن لگوائیں
- رینل کلینک میں ہیپاٹائٹس B کی ٹیکہ کاری کا کورس مکمل کریں۔

قلت دم کا نظم و نسق

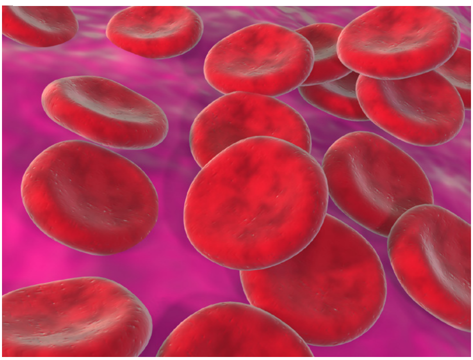
ریوی قلت دم تب ہوتا ہے جب ناقص طریقے سے عمل کرنے والے گردے ہارمون ایتھروپایوٹین (EPO) کافی مقدار میں بنانے سے قاصر ہوتے ہیں جوآپ کی جانب سے پیداکیے جانے والے سرخ دموی خلیوں کی تعداد بڑھانے کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔ لو کلیئرنس کلینک میں داخل جن مریضوں کے گردے کا فعل کم ہو گیا ہے ان کے لیے قلت دم کے مدنظر علاج کا تقاضا کرنا کافی عام ہے۔

قلت دم کی وجہ سے تھکان اور کاہلی کی علامات پیدا ہو سکتی ہیں، لہذا علاج مددگار ہوتا ہے۔ رینل ٹیم باقاعدگی سے آپ کے خون کے نتائج کا جائزہ لے گی، اور اگر آپ کا ہیموگلوبین 100 g/L سے کم ہو تو علاج کی تجویز کی جائے گی۔

آپ کو تجویز کیا جا سکتا ہے:

- ریپلیسمنٹ ایتھروپایوٹین - اسے عموماً ارینیسپ کہا جاتا ہے، اور باقاعدگی سے انجیکشن کے بطور گھر پر دیا جاتا ہے
- درون ورید فولاد - ہسپتال میں، آؤٹ پیشنٹس کے بطور دیا جاتا ہے

عملہ آپ کے خون کے نتائج پر نگاہ ڈال سکتا ہے اور آپ کی انفرادی ضروریات کے اعتبار سے ایڈجسٹمنٹس کیے جائیں گے۔ پری ڈائلیسس نرسنگ ٹیم تبدیلیاں کیے جانے پر گھر پر آپ سے رابطہ کرے گی اور ارینیسپ کی مطلوبہ خوراک کی ڈیلیوری کا انتظام کرے گی۔ اگر آپ کو درون ورید فولاد لینے کی ضرورت پڑتی ہے تو اسے موصول کرنے کے لیے وہ کلینک میں آپ کے آنے کی ایک تاریخ کا انتظام کریں گے۔



تصویر استعمال کی گئی بہ اجازت https://www.flickr.com/photos/kingdesmond/2872482711

علاج کے اختیارات

آپ کے گردے کا عمل خراب ہو جانے پر، ہم مستقبل کا منصوبہ بنانے میں آپ کی مدد کے لیے معلومات دیں گے کیونکہ مزید علاج کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

اس میں چار اختیارات ہیں:

- پیریٹونیل ڈائلیسس
- قدامت پسند نظم و نسق
- گردے کا ٹرانسپلانٹ
- ہیموڈائلیسس

یہ کتابچہ ان اختیارات کا ایک تعارف فراہم کرتا ہے۔ پری ڈائلیسس ٹیم معلومات پر آپ سے مزید تفصیلی گفتگو کر سکتی ہے تا کہ آپ کی پسند کا علاج آپ کو ملنے کو یقینی بنایا جائے، اور آپ کو درکار کسی طریقہ کار کا منصوبہ بنانے میں ہمیں سہولت ملے۔

گردے کا ٹرانسپلانٹ

گردے کا ٹرانسپلانٹ ایک فرد (عطیہ کنندہ) سے گردے کو نکالنے اور دوسرے فرد (وصول کنندہ) کو امپلانٹ کرنے کے لیے ایک آپریشن ہوتا ہے۔

گردے کے ٹرانسپلانٹ کو ناکام گردوں کے لیے علاج کے اختیارات کا "سنہرا معیار" مانا جاتا ہے۔ گردے کا کامیاب ٹرانسپلانٹ آپ کو بہتر معیار زندگی دے گا۔

اگر آپ گردے کا ٹرانسپلانٹ کروانا چاہتے ہیں تو، تیاری میں اپنی عمومی صحت اور طرز زندگی پر غور کرنا اہم ہے لہذا:

- اگر آپ سگریٹ پیتے ہیں تو، براہ کرم بند کرنے کی کوشش کریں۔ اگر ضرورت ہو تو آپ https://www.nhs.uk/smokefree سے مدد لے سکتے ہیں یا ہمارے عملہ یا اپنے GP سے پوچھ سکتے ہیں
- براہ کرم کوئی بھی ایسی دوا نہ لیں جو طبی یا نرسنگ کے عملہ نے تجویز نہیں کی ہے، کیونکہ کچھ نباتی تدابیر یا تفریح بخش والی دوائیں گردے کے ناقص عمل والے لوگوں کے لیے نقصان دہ ہو سکتی ہیں
- صحت مند وزن قائم رکھنے میں مدد کے لیے صحت مند طرز زندگی، نیز اچھی خوراک اور ورزش برقرار رکھیں
- اچھی ذہنی صحت رکھیں۔

تصویر https://commons.wikimedia.org/wiki/ File:Couple_Walking_in_Nature_Trail.jpg کی
اجازت سے استعمال کی گئی

متعدد مختلف وجوہات سے، ہر کوئی گردے کے ٹرانسپلانٹ کے لیے مناسب نہیں ہوتا ہے۔ ڈاکٹر تشخیص کرے گا کہ آیا آپ ٹرانسپلانٹیشن کے لیے مناسب ہیں، اور پھر آپ کو ٹرانسپلانٹ کوآرڈینیٹر کے پاس بھیجے گا۔

ٹرانسپلانٹ کی دو اقسام ہیں:

1. زندہ عطیہ دہندہ کا ٹرانسپلانٹ۔ صحت مند زندہ عطیہ دہندہ - عموما فیملی ممبر یا دوست کی آپ کو اپنا ایک گردہ دینے کی پیشکش۔

2. متوفی عطیہ دہندہ کا ٹرانسپلانٹ۔ آپ کو نیشنل ٹرانسپلانٹ رجسٹر میں درج کیا جائے گا، تاکہ کسی ایسے فرد سے گردہ موصول ہو
جس کی وفات ہو گئی اور جو دوسروں کی مدد کے لیے اپنا گردہ استعمال کروانے کا خواہشمند ہو۔ اوسط وقت انتظار تین سال ہے، لیکن یہ گردوں کی دستیابی پر، اور اس امر پر منحصر ہوتا ہے کہ آیا یہ آپ کے ساتھ اچھی طرح میل کھاتا ہے۔

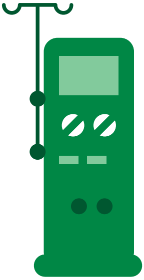
ٹرانسپلانٹ کوآرڈینیٹر مزید معلومات پیش کر سکتا اور کسی سوال کا جواب دے سکتا ہے۔

زندہ عطیہ دہندہ کا ٹرانسپلانٹ کوآرڈینیٹر

ٹیلیفون: 0113 206 6601

گردہ وصول کنندہ کا ٹرانسپلانٹ کوآرڈینیٹر

ٹیلیفون: 0113 206 4930



ہیموڈائلیسس

ہیموڈائلیسس کیا ہے؟

ہیموڈائلیسس زہر اور مائعات کو نکالنے کے لیے خون کو فلٹر کرنے کا ایک طریقہ ہے۔ یہ کا ایک مشین اور مصنوعی گردے/ڈائلیسر کے ذریعہ کیا جاتا ہے۔ اس میں عموماً چار گھنٹے لگتے ہیں، ہفتے میں تین بار ہوتا ہے۔

ہیموڈائلیسس کے لیے کیا چیز مطلوب ہے؟

ہیموڈائلیسس مشین کو مربوط کرنے کے مختلف طریقے ہیں، لیکن سب سے عمومی طور پر کلائی یا کہنی پر ایک فسٹولا بنایا جاتا ہے، جس میں جلد کے نیچے رگ اور شریان کو جوڑنا ہوتا ہے۔ یہ کام عموماً مقامی بے حسی آور کے تحت کیا جاتا ہے جس میں آپ بیدار رہتے ہیں۔

پھر فسٹولا کو ڈائلیسس کے لیے استعمال ہونے کی خاطر تیار ہونے سے قبل 8 - 6 ہفتے لگتے ہیں۔ فسٹولا کا مقصد بازو کی رگوں کو معمول سے زیادہ بڑا اور مضبوط بنانا ہے، تاکہ ڈائلیسس کے لیے دو سوئیاں داخل کی جا سکیں۔

اگر سرجن فسٹولا بنانے سے قاصر ہوں تو وہ ایک مصنوعی پیوند داخل کر سکتے ہیں جو ایک شریان اور ایک رگ سے مربوط ہوتا ہے اور پھر ڈائلیسس والی سوئی پیوند میں داخل کی جا سکتی ہے

بعض اوقات آپ کی گردن کی رگ میں داخل کردہ لائن (لچک دار نلکی) کا استعمال کر کے ڈائلیسس کرنا ضروری ہوتا ہے۔ یہ عام طور پر آپ کا فسٹولا یا پیوند تیار ہونے تک، یا اس میں کوئی مسئلہ پیش آ جانے پر استعمال کیا جاتا ہے۔

یہ علاج شروع کرنے سےپہلے آپ کو ٹیم سے ملنے کا موقع دے کر ہیموڈائلیسس کی تیاری والے کلینک میں اپائنٹمنٹ پیش کی جائے گی۔

میں ہیموڈائلیسس کب کراؤں گا؟

اصل دن اور اوقات یوں ہیں:

پیر، بدھ، جمعہ - صبح، دوپہر یا شام منگل، جمعرات، سنیچر صبح، دوپہر یا شام

ہر ڈائلیسس علاج میں چار گھنٹے لگتے ہیں حالانکہ یہ بعض اوقات طویل تر یا مختصر تر ہو سکتا ہے۔ آپ کو اپائنٹمنٹ کا ایک وقت بھی مختص کیا جائے گا – اسی دن اور اسی وقت

ہر ہفتے۔ تاہم، ایسے نئے مریضوں کو سہولت مہیا کرنے کے لیے اس میں تبدیلی ہو سکتی ہے جنہیں جان بخش علاج بھی مطلوب ہو۔

میں ہیموڈائلیسس کہاں کروا سکتا ہوں؟

- اصل یونٹ:
  سینٹ جیمز ہاسپٹل (وارڈ J48) لیڈز۔
- **سٹیلائٹ یونٹس:**

لیڈز -
سیکرافٹ ہاسپٹل R&S وارڈ
سیکرافٹ ہاسپٹل B وارڈ بیسٹن
میڈیکل سنٹر

ویسٹ یارکشائر -
ہیلی فیکس ہڈرسفیلڈ
ڈیوزبری پونٹیکرافٹ

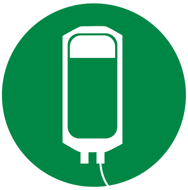
یہ قدرے چھوٹے (سٹیلائٹ) یونٹس گھر کے قریب تر ڈائلیسس کروانے کا موقع پیش کرتے ہیں اور نرس کی زیر ہدایت ہوتے ہیں۔

مشترک نگہداشت

رینل ریپلیسمنٹ تھراپی موصول کرنے والے تمام مریضوں کو ان کے علاج کے کسی بھی پہلو میں شرکت کرنے کی ترغیب دی جاتی ہے۔
اس کا مقصد آپ کے علاج کے اختیارات میں آپ کو زیادہ سے زیادہ شامل ہونے کی ترغیب دینا، اس میں تعاون کرنا اور اس کی تعلیم دینا ہے۔ یہ آپ کو اپنی کیفیت اور علاج کی بہتر سمجھ حاصل کرنے کا اہل بنائے گا، اور اعتماد بڑھانے میں آپ کی مدد کرے گا۔ آپ اپنی ڈائلیسس ٹیم کے تعاون سے، یونٹ میں ڈائلیسس کی اپنی نگہداشت اپنی مرضی کے مطابق جتنا زیادہ یا کم چاہیں اتنی اعانت کر سکتے ہیں۔ اس میں خود کا وزن کرنے سے لے کر، خود کو ڈائلیسس مشین میں رکھنے تک جیسے آسان کام شامل ہو سکتے ہیں۔

خود اپنی مشین کی
پروگرامنگ کرنا

خود اپنی ٹرالی اور
ایکوپمنٹ سیٹ اپ کرنا



خود اپنا فشار خون لینا

خود کی
دیکھ بھال کرنے
والا

شیئر کردہ ہیموڈائلیسس نگہداشت کے درجات

**کلی طور پر
اعانت یافتہ**

"یہ میرے علاج اور بیماری کی بہتر بصیرت دیتا ہے۔ جو
بدلے میں مجھے میرے علاج پر مزید کنٹرول حاصل کرنے کی
قوت دیتا ہے، اور اس کے اثر کی دستک مجھے مزید اعتماد، اور
میری زندگی
جینے کی مزید آزادی دیتی ہے۔"

گھر پر ہیموڈائلیسس

گھر پر ہیموڈائلیسس کا اختیار بھی ہے۔ اس کے لیے آپ کے گھر میں ایک مناسب ایریا مطلوب ہوتا ہے اور مثالی طور پر آپ کی اعانت کرنے کے لیے ایک خدمتگار ہونا چاہیے، لیکن یہ ہمیشہ ضروری نہیں ہے۔ سیکرافٹ ہاسپٹل میں واقع گھر پر ہیموڈائلیسس کے لیے اسپیشلسٹ نرس گھر پر آپ کو ایک بار تربیت اور تعاون فراہم کرے گی۔

تعطیلات بیشتر لوگوں کے لیے اہم ہوتی ہیں اور اسے ممکن اور اس عمل کو ہموار بنانے کے لیے ہمیں اپنی سکت کے مطابق ہر کام کرنے کی امید ہے تاکہ آپ اپنے گھریلو زندگی سے باہر کے وقفے اور یومیہ پیمان عہد کا مزہ لے سکیں۔ ضروری ہے کہ آپ ڈائلیسس پر متعین ہو گئے ہوں اور کسی تعطیل سے پہلے آپ نے اپنے صلاح کار سے اس کا تجزیہ کروا لیا ہو۔

انفیکشن کی وجھوں کے مدنظر، تمام تر منزلوں کا سفر کرنا ممکن نہیں ہو سکتا ہے۔ ڈائلیسس کی ساری یونٹ خود اپنے مریضوں کی ضرورتوں کے سبب 'تعطیل' والے مریضوں کو لینے پر قادر نہیں ہو سکتی ہیں۔

اگر آپ تعطیل کا منصوبہ بنا رہے ہیں تو ہمیں ممکن حد تک زیادہ سے زیادہ نوٹس درکار ہوگا۔ اگر آپ یو کے یا یورپ میں چھٹی کا منصوبہ بنا رہے ہیں تو ہم کم از کم چار ہفتے اور کسی اور جگہ کے لیے آٹھ ہفتے کا نوٹس طلب کریں گے۔ جتنا زیادہ نوٹس ملے گا، آپ کی منزل پر جگہ دستیاب ہونے کا اتنا ہی زیادہ امکان ہوگا۔

(براہ کرم جب تک آپ کو یہ تصدیق نہ مل جائے کہ آپ کے علاج کا کامیابی سے انتظام ہو گیا ہے تب تک اپنی تعطیل بُک نہ کریں)

تعطیل کا منصوبہ بناتے وقت، یو کے میں ہو یا بیرون ملک، ہم آپ کے باہر رہتے ہوئے آپ کے علاج کا نظم کریں گے۔

پیریٹونیل ڈائلیسس (PD)

پیریٹونیل ڈائلیسس کیا ہے؟

پیریٹونیل ڈائلیسس پیریٹونیم نامی پیٹ کے اندر موجود جھلی کا استعمال کر کے آپ کے خون سے زہر کو نکالتا ہے۔

پیریٹونیم میں خون کی اچھی سپلائی ہوتی ہے۔ ڈائلیسس کا مائع آپ کے شکم میں بہایا جاتا ہے، اور پھر جب اس کو باہر بہایا جاتا ہے تو زہر اور پانی کو نکالا جاتا ہے۔

پیریٹونیل ڈائلیسس کے لیے کیا چیز مطلوب ہے؟

ڈائلیسس کی اس شکل میں پیریٹونیل کیتھیٹر یا **PD** ٹیوب مطلوب ہوتا ہے۔ یہ عمومی بے حسی کے تحت آپ کے شکم میں ناف (بیلی بٹن) کے عین نیچے داخل کیا جاتا ہے۔

PD کیتھیٹر ایک نرم پلاسٹک کی نلکی لگ بھگ 20 سنٹی میٹر / 8 انچ لمبی ہوتی ہے۔ ضروری ہے کہ لوگ روزانہ شاور لے کر اور ہاتھ دھونے کی اچھی تکنیک کی مشق کر کے نلکی کی دیکھ بھال کریں۔

میں پیریٹونیل ڈائلیسس کہاں کروا سکتا ہوں؟

PD کہیں بھی انجام دیا جا سکتا ہے، تاوقتیکہ آپ کے پاس صاف کمرہ ہو جو انتشار اور پالتو جانوروں سے پاک ہو، جس میں کام کرنے کی ایک صاف سطح ہو۔ ڈائلیسس کا یہ اختیار عموماً گھر پر یا دفتر میں انجام
دیا جاتا ہے، اور آپ اسے خود سے انجام دے سکتے ہیں، یا آپ کے گھر روزانہ آنے والا تربیت یافتہ عملہ آپ کی اعانت کر سکتا ہے۔

پیریٹونیل ڈائلیسس نرسز کی ٹیم آپ کو تربیت اور تعاون دے گی - اس میں سے کچھ ہسپتال میں اور کچھ گھر پر ہو سکتے ہیں۔ وہ یا تو بذریعہ فون یا گھر پر ملاقاتیں کر کے، آپ سے باقاعدہ طور پر رابطہ کریں گے۔

آپ کی باقاعدہ ہسپتال میں اپائنٹمنٹس ہوں گی۔ یہ علاج شروع کرنے سےپہلے آپ کو ٹیم سے ملنے کا موقع دے کر پری PD کی تیاری والے کلینک میں اپائنٹمنٹ پیش کی جائے گی۔

پیریٹونیل ڈائلیسس کی دو اقسام ہیں -

CAPD (مسلسل ایمبولیٹری پیریٹونیل ڈائلیسس) -

آپ کی PD نلکی ڈائلیسس والے خصوصی تھیلوں سے مربوط کی جاتی ہے۔ آپ کے پیٹ میں پہلے سے موجود مائع کو باہر بہایا جاتا ہے، اور پھر شفاف مائع اندر (لگ بھگ 2-1.5 لیٹر) بہایا جاتا ہے۔

اس میں لگ بھگ 30 منٹ لگتے ہیں، اور روزانہ 4 بار (صبح، دوپہر، شام، سونے کے وقت) انجام دیا جاتا ہے۔

آپ کا ڈائلیسس جتنی اچھی طرح کام کر رہا ہے اس کے لحاظ سے اسے کم کیا جا سکتا ہے۔ اسے "PD کا تبادلہ" کہا جاتا ہے۔

تبادلہ انجام دینے کے لیے آپ کا گھر پر ہونا ضروری نہیں ہے۔ وہ کار میں، دوست کے گھر پر، یا آپ کی جائے کار میں انجام دیے جا سکتے ہیں، تاوقتیکہ آپ کے پاس صاف جگہ ہو۔

APD (آٹومیٹڈ پیریٹونیل ڈائلیسس) -

APD کو HomeChoice نامی مشین کے ذریعے ڈیلیور کیا جاتا ہے۔ مشین رات بھر لگ بھگ آٹھ گھنٹے کام کرتی ہے۔

ڈائلیسس "ادوار" میں آپ کے سوئے ہونے کی حالت میں کیا جاتا ہے۔

ہر دور ایک بھرائی، غور و خوض اور نکاسی پر مشتمل ہوتا ہے۔

APD مشین عموماً آپ کی خوابگاہ میں ہوتی ہے، اور اس کے لیے ایک میز / یونٹ نیز دھلائی کے قابل سطح، لگ بھگ آپ کے بستر جتنی اونچی مطلوب ہوتی ہے۔

PD ڈائلیسس کی دونوں اقسام میں آپ کو مائع اور ایکوپمنٹ اسٹور کرنے کے لیے ایک جگہ رکھنے کی ضرورت ہوگی۔ یہ کوئی سائبان، گیریج، سیلر یا گھر میں کوئی فاضل کمرہ ہو سکتا ہے۔

homechoice مشین کی ابعاد یوں ہیں:

اونچائی - 13 انچ - 33 سنٹی میٹر
چوڑائی - 20 انچ - 51 سنٹی میٹر
گہرائی - 24 انچ - 61 سنٹی میٹر

تعطیلات

PD ڈائلیسس کے ساتھ آسانی سے سفر کرنا ممکن ہے۔ APD مشین کے ساتھ ایک خول آتا ہے، اور یہ آپ کی پرواز کے الاؤنس کا حصہ نہیں ہے۔ مختصر وقفہ پر، آپ درکار تمام ایکوپمنٹ لے جائیں گے۔ طویل تر وقفہ کے لیے، آپ کو صرف مشین لے جانے کی ضرورت ہوگی، کیونکہ مائع آپ کی منزل پر ڈیلیور کیا جائے گا - یہ یو کے میں مبنی یا بیرون ملک (دنیا بھر میں)، کروز شپ، کارواں یا ہوٹل ہو سکتا ہے۔

Palliative Care Team

قدامت پسند نگہداشت کا نظم و نسق

قدامت پسند نگہداشت کیا ہے؟

یہ ڈائلیسس شروع کرنے کا متبادل، "فطرت کو اپنا کام کرنے دینا" ہے۔ اگر آپ عمر دراز یا ناتواں ہیں تو آپ ڈائلیسس شروع نہیں کرنے کا انتخاب کر سکتے ہیں، اور اس کی جگہ گردے کی ناکامی کی علامات کا علاج دواؤں سے، قلت خون پر کنٹرول (ارینسیپ اور فولاد کے انجیکشن) اور خوراک سے کر سکتے ہیں۔

علامات کیسی ہو سکتی ہیں؟

آپ کے گردے کی ناکامی بڑھنے پر آپ کو درج ذیل کا سامنا ہو سکتا ہے:

- حد سے زیادہ مائع کا جمع ہونا (ٹانگوں میں سوجن)
- متلی یا الٹی
- خارش
- تھکان (کاہلی)

آپ کو مطمئن رکھنے کے لیے ان علامات کو دواؤں میں تبدیلیوں، امکانی طور پر آپ کی خوراک میں تبدیلیوں اور کثیر شعبہ جاتی اور کمیونٹی ٹیم کی طرف سے مدد سے کنٹرول کیا جا سکتا ہے۔

اس کے بعد کیا ہوتا ہے؟

رینل ٹیم آپ پر بدستور نگاہ رکھے گی۔ گردے سے متعلق راحت رساں دوا میں تخصص رکھنے والا کنسلٹنٹ ڈاکٹر یا رینل نرس اسپیشلسٹ کلینک میں ہر 3-2 ماہ پر باقاعدگی سے آپ کا جائزہ لیں گے، جہاں وہ آپ کی علامات کا نظم کریں گے، تعاون اور مشورہ دیں گے۔

آپ کے مستقبل پر گفتگو کرنے کے لیے طبی عمر دراز صلاح کار سے ملنے کا موقع بھی پیش کیا جائے گا۔

یہ چیز آپ کے بارے میں آپ کی مہارت اور آپ کے لیے اہمیت رکھنے والی چیز، نیز دستیاب اختیارات کے فوائد اور خطرات کے بارے میں جو کچھ معلوم ہے اس کو ایک ساتھ لاتی ہے۔

منصوبہ برائے **P** تلخیصی **S** تجویز کردہ **Re** ان اپائنمنٹس کے دوران آپ علاج پر گفتگو کر سکتے ہیں۔ **T** نگہداشت اور **C** ہنگامی **E**

آپ ایڈوانسڈ کیئر پلان (ACP) میں اپنی مرضیات واضح کرنے کے بھی خواہشمند ہو سکتے ہیں

کمیونٹی میں آپ کے G.P، سوشل ورکر، کمیونٹی میٹرن اور ڈسٹرکٹ اور میک میلن کی نرسز کی طرف سے بھی تعاون دستیاب ہو سکتا ہے۔

رینل نرس اسپیشلسٹ گھر پر بھی مریضوں سے ملاقات اور تعاون فراہم کر سکتی ہے، جس کا مقصد آپ کو گھر پر، ہسپتال سے دور رکھنا اور آپ کا معیار زندگی برقرار رکھنا ہوتا ہے۔

گردے کا عمل کافی کم ہو جانے پر، آپ کی صحت زوال پذیر (بد تر) ہو جائے گی۔ آپ کی کیفیت تبدیل ہونے پر عملہ آپ کی علامات پر آپ سے گفتگو کرے گا۔ دوائیں آپ کو مطمئن

رکھنے، کسی تکلیف اور مصیبت کو کم سے کم کرنے کے لیے استعمال کی جا سکتی ہیں۔ یہ علامات بالآخر آپ کے فوت ہونے کا سبب بنیں گی۔

وجہ جو بھی ہو ہم یقینی بنانا چاہتے ہیں کہ یہ فیصلہ سازی آپ کی خواہشات اور ترجیحات کی زیر ہدایت ہو۔ ہم تسلیم کرتے ہیں کہ یہ گفتگوئیں مشکل ہوتی ہیں اور جذباتی اور پریشان کن ہوتی ہیں۔ آپ گردے سے متعلق ٹیم سے بات کرنے سے پہلے ان مسائل کے سلسلے میں اپنی فیملی یا دوستوں سے بات کرنے کے خواہاں ہو سکتے ہیں۔ اس فیصلے کے بارے میں آپ کی مذہبی یا روحانی تشویشات ہو سکتی ہیں اور اگر ضرورت ہو تو کسی مذہبی مشیر سے آپ کے ملنے کا ہم انتظام کر سکتے ہیں۔

سوالات

براہ کرم وقت نکال کر اپنے گردے کی ناکامی کے لیے دستیاب علاج کے اختیارات اور آپ کے طرز زندگی کے ساتھ یہ جس طریقے سے فٹ ہوں گے ان کے بارے میں سوچیں۔

اپنے سوالات نیچے لکھیں؛ انہیں یا تو کلینک پر اپنی اگلی ملاقات میں یا پری ڈائلیسس نرسز کے ساتھ اپنے تعلیمی سیشن میں لے کر آئیں۔

آپ کے نوٹس

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

گردے کے مریض کا نظریہ

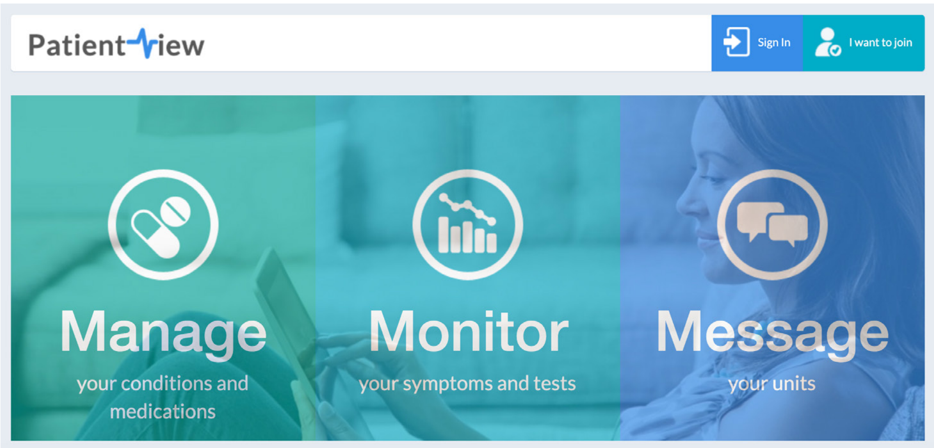
انفرادی مریضوں کے لیے آن لائن معلومات

اگر آپ چاہیں تو -

- اپنے تازہ ترین ٹیسٹ کے نتائج پتہ کریں۔
- اپنے گردے کی کیفیت اور علاج کے بارے میں آن لائن معلومات پڑھیں۔
- رینل یونٹ کی جانب سے آپ کے بارے میں خطوط پڑھیں۔
- گردے سے متعلق خوراکوں کے بارے میں پڑھیں۔
- اپنے ٹرانسپلانٹ کی فہرست کی حالت چیک کریں۔
- گردے کے مرض کے بارے میں کوئی دیگر معلومات پتہ کریں۔

براہ کرم گردے کے مریض کا نظریہ سے متعلق معلوماتی پرچہ مانگیں یا اس پر نگاہ ڈالیں:

www.renalpatientview.org



مزید معلومات - مفید ویب سائٹیں

www.kidneypatientguide.org.uk

www.nhs.uk/conditions/kidney-disease-chronic

www.nhs.uk/conditions/dialysis

www.renal.org

www.Kidneyresearchuk.org/health-information

مریض کی انجمنیں

کڈنی کیئر یو کے
https://www.kidneycareuk.org

یو کے نیشنل کڈنی فیڈریشن
www.kidney.org.uk

آپ کی معلومات کا کیا ہوتا ہے؟

ہم رینل یونٹس اور ہسپتالوں کے نظاموں سے مریضوں کے بارے میں معلومات اکٹھی کرتے ہیں۔ اعداد و شمار سے متعلق یہ معلومات اس سالانہ رپورٹ کا حصہ ہیں جن سے ان لوگوں کو تعلیم دینے میں مدد ملتی ہے جو گردے کے مریضوں کے لیے خدمات کا منصوبہ بناتے، ڈیلیور کرتے اور انہیں استعمال کرتے ہیں؛

- بہترین طرز عمل کے شعبوں کو شناخت کر کے۔
- مریضوں کے فائدے کے لیے تحقیق کا تعاون کر کے۔
- مستقبل کے لیے فیصلے کرنے اور منصوبے بنانے میں مریضوں اور نگہداشت صحت سے متعلق پیشہ ور افراد کی مدد کر کے۔
- ملک کے ان علاقوں کو دریافت کر کے جہاں ممکن ہے علاج دستیاب نہ ہو۔

ہم یہ کام نہیں کرتے ہیں:

- ایسی معلومات شائع کرنا جو آپ کی شناخت کے افشاء کا سبب بن سکیں۔

اگر آپ اپنی معلومات شیئر کرنے سے آپٹ آؤٹ کرنا چاہیں تو براہ کرم رینل یونٹ کے عملہ سے بات کریں یا آپ فون یا ای میل کے ذریعے رینل رجسٹری یونٹ سے بھی رابطہ کر سکتے ہیں:

0117 414 8150 or RenalRegistry@renalregistry.nhs.uk

The UK Renal Registry

پری ڈائلیسس نرس ٹیم

براہ کرم ہم سے اس پر رابطہ کریں:

0113 206 6719

ہم پیر تا جمعہ 8 بجے صبح تا 4 بجے شام حاضر ہیں

آپ فاضل اوقات میں جواب دینے والی ایک مشین پر غیر ہنگامی پیغامات چھوڑ سکتے ہیں۔

اپنی نگہداشت کے بارے میں آپ کا کیا خیال ہے؟ QR کوڈ
اسکین کریں یا ملاحظہ کریں **bit.ly/nhsleedsfft** آپ کے
نظریات اہمیت رکھتے ہیں

LN005538
تاریخ اشاعت 04/2023
جائزہ کی تاریخ 04/2026

© لیڈز ٹیچنگ ہاسپٹلز NHS ٹرسٹ • تیسرا شمارہ (ورژن 1)

تیار کردہ بذریعہ: ژوئے کائم CNS، الیسن ونڈاس CNS، ڈاکٹر اینڈریو مونی کنسلٹنٹ رینل فزیشین، لوئیس کینیڈی RN، پیٹریشیا آفس RN، بلجیت ساہنی ایڈمن

پیش کردہ بذریعہ: میڈیکل الّسٹریشن سروسز • MID کوڈ: 20221220_002/BP