

Prise de poids entre les séances

Après quelques semaines de dialyse :

- ✓ Vous urinerez de moins en moins
- ✓ Vous devez **surveiller votre poids, diminuer la quantité de liquide** que vous boirez par jour (eau, thé, café, vin, potage, jus de fruits,...)
- ✓ Pensez aussi que **certains aliments cachent de grandes quantités d'eau** (orange, melon, pastèque,...)



Une prise de poids inconsideré pourra entraîner

- ✓ **Entre les séances** : de la fatigue, de l'hypertension, des difficultés à respirer
- ✓ **Pendant les séances** : une chute de tension artérielle, des vomissements, des crampes

Afin de vous aider et en fonction de votre état, des conseils personnels vous seront donnés



Accès au service :

L'entrée est réglementée. Si besoin, une sonnette est à votre disposition pour avertir le personnel de votre présence.

Visites : Ne sont autorisées qu'exceptionnellement et après accord des responsables infirmiers.

Accès aux salles de traitement :

Pour des raisons d'hygiène et de confidentialité, l'accès est réservé exclusivement aux personnels soignants et aux patients.



Un vestiaire est mis à votre disposition. Veuillez vous munir d'une pièce de 1€.

Le maximum de vos effets doit y être déposé. Ne gardez que le strict minimum nécessaire à votre confort (revues, radio, baladeur, ...). A votre départ, veuillez libérer le vestiaire et reprendre votre pièce pour la prochaine séance.

Votre confort en dialyse et dans votre vie de tous les jours dépend du respect de l'ensemble de ces pratiques

Le personnel soignant est à votre disposition pour tout complément d'information

Plaquette proposée par le CLIN (Comité de Lutte contre les Infections Nosocomiales)

D'après la plaquette
du Centre de la Fonderie de Mulhouse

Juin 2013

Conseils aux hémodialysés



ENTRAINEMENT A L'HEMODIALYSE
HEMODIALYSE A DOMICILE
AUTODIALYSE
AUTODIALYSE MEDICALISEE
DIALYSE PERITONEALE

Rue Saint-André
57645 NOUILLY
Tél. secrétariat : 03.55.15.15

Hygiène

L'hygiène ?

C'est l'ensemble des pratiques quotidiennes à suivre pour rester en bonne santé



Comment ?

- ✓ Garder entre les séances de dialyse l'avant-bras ou le bras dans un état de propreté parfaite
- ✓ Prendre un bain ou une douche une fois par jour et si possible avant la dialyse
- ✓ Changer régulièrement de vêtements et tous les jours de sous vêtements

Pour la séance de dialyse

- ✓ **Tenue confortable** à manches courtes et larges
- ✓ **Réservée** à la dialyse
- ✓ **Changée** systématiquement toutes les semaines



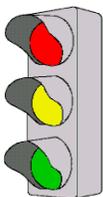
Avant la séance de dialyse

- ✓ **Se laver les mains** et les bras avec du savon antiseptique



En fin de séance de dialyse

- ✓ Pour comprimer le point de ponction, porter un **gant** pour votre protection



Une porte fermée témoigne de la réalisation d'un soin. Veuillez patienter.

Surveillance du bras de fistule



- ✓ **Éviter de gratter** la peau du bras et de l'avant-bras (les ongles contiennent beaucoup de germes)
- ✓ Ne pas dormir en **s'appuyant sur le bras** de la fistule
- ✓ **Au moindre changement au niveau de la peau ou de la vibration : contacter le centre de dialyse**
- ✓ S'habiller de façon à n'avoir **aucune compression** au niveau du bras
- ✓ Ne pas porter de **charges trop lourdes**
- ✓ Ne porter **ni montre, ni bijou** au bras de la fistule
- ✓ Être prudent lors de **travaux** nécessitant l'utilisation de matériaux dangereux (bricolage, jardinage,...)
- ✓ Éviter **l'exposition solaire**
- ✓ Enlever les **pansements** sur les points de ponction après 4 heures

Hygiène alimentaire



Continuer à bien manger pour éviter des complications graves tout en respectant certaines règles

Avoir une alimentation riche en protéines et pauvre en potassium et sel

Consommez à chaque repas

- ✓ **des protéines** trouvées dans les viandes, volailles, poissons, œufs,
- ✓ **Des produits laitiers** sous forme de fromage mais surtout de desserts lactés (yaourts...)



Soyez prudents avec

- ✓ le chocolat, les fruits et légumes secs, les bananes, oranges, kiwis, abricots...
- ✓ les **graisses** apportées par la charcuterie,
- ✓ les **plats cuisinés** industriels, contenant beaucoup de sel et de potassium
- ✓ **l'alcool**,
- ✓ **les boissons gazeuses**, qui peuvent être riches en sel



Demandez une liste de ces aliments au personnel soignant ainsi que des conseils de cuisson

Une diététicienne peut vous conseiller