

التعايش مع الغسيل الكلوي

في حالة حصول تغيير مفاجئ في حياة الانسان مثل الاصابة بالفشل الكلوي فمن الطبيعي ان يشعر الانسان بالخوف والقلق وعدم الراحة والتفكير بماذا سيجمله المستقبل وكيفية اعادة تخطيط حياته وتنظيم شؤونه والتعامل مع وضع لم يكن في الحسبان .

ان الاصابة بالفشل الكلوي والاعتماد على اجراء عمليات الغسيل الكلوي بشكل متكرر هو تغيير كبير في طبيعة حياة المريض ويحاول الكادر الطبي ان يعاونك في رسم خطة جديدة للتعامل مع المرض والعودة للتعامل بشكل اقرب ما يكون للطبيعي مع الناس والحياة لان الهدف الاساسي للغسيل هو ان تعود لتتعامل بشكل طبيعي مع متطلبات الحياة ويجب ان يكون هدفنا الاسمي هو اجراء الغسيل ليساعدنا على ممارسة الحياة بشكل مناسب وليس العكس .

ان من المهم الاشارة الى ان نوعية الحياة ستتأثر ببعض الاعراض والتي من المهم معرفتها لايجاد الوسائل للتعامل معها :

- 1- القلق وهو يسبب تأثيرا عميقا على ممارسة حياتك اليومية ويؤثر على قدرتك على اتخاذ القرارات ورسم الخطط للتعامل مع المستقبل
- 2- تسارع ضربات القلب او الخفقان وعادة يحصل قبل الوصول الى جلسة الغسيل او اثنائها
- 3- صعوبة او انعدام القابلية على النوم ويتأثر بشكل كبير بالعامل الاول وبطريقة ممارسة الحياة اليومية
- 4- الكابة بدرجاتها المتعددة (البسيطة الى الشديدة) وما تسببه من اعراض الخمول وفقدان الرغبة على المشاركة في الفعاليات الحيوية وتغيير القدرة على التركيز وانخفاض القدرة الذهنية وقلة الشهية وتغيير نظام النوم

ان من الطبيعي ان تشعر بالامثلة السابقة للتغيرات وقد تجد بعض الصعوبة للتعبير عنها او الافصاح عنها وقد تحاول انكار وجودها ونحن ننصحك بضرورة الافصاح عن هذه المشاعر والاعراض لكادرنا الطبي والذي سيساعدك لتخطي هذه المرحلة بما يمتلكه من خبرة واسعة في هذا المجال وسيزودك بالتعليمات والنصائح التي تساعدك على استعادة التوازن والعودة للتعايش بصورة طبيعية والتخلص من هذه الاعراض وتذكر ان مشاركتك لبواعث القلق ستزيل عنك الاعباء وتسمح لك بالتفكير بما هو قادم وليس بما مضى)