



**FRESENIUS  
MEDICAL CARE**

THE RENAL COMPANY

PROGRAMA DE INFORMACIÓN AL  
PACIENTE



# Hemodiálisis

Recomendaciones y cuidados para pacientes



**FRESENIUS  
MEDICAL CARE**

THE RENAL COMPANY

PROGRAMA DE INFORMACIÓN AL  
PACIENTE

## **CUIDADOS DE SU ACCESO VASCULAR PARA HEMODIÁLISIS**

### **¿Qué es un acceso vascular para Hemodiálisis?**

El acceso vascular es el medio para conducir la sangre y así poder llevar a cabo su Hemodiálisis. Para permitir que la sangre fluya desde usted hacía el dializador y de regreso nuevamente a usted ya procesada, es necesario contar con un vaso sanguíneo grande y con buen flujo de sangre. Para esto, se construye y/o instala un Acceso Vascular mediante una cirugía en su brazo, pierna o cuello. La elección del acceso vasculares una decisión que tanto usted como su médico deberán tomar al comienzo del tratamiento.

### **Existen 2 tipos de accesos vasculares:**

- Temporales: catéteres
- Permanentes: Fístula AV o injerto

El catéter generalmente es instalado en la vena yugular en el cuello. La fístula AV o injerto se instalan en el brazo o pierna.

### **¿Qué es una fístula AV?**

Una fístula arteriovenosa (FAV) es una conexión quirúrgica entre una arteria y una vena, generalmente en el brazo. La sangre arterial fluye a través de las venas y hace que éstas se vuelvan más grandes.

### **¿Qué es un injerto arteriovenoso?**

El injerto se crea por debajo de la piel para conectar una arteria a la vena a través de una vena sintética (artificial), por lo general en el brazo.

### **¿Qué es un catéter venoso central?**

El catéter venoso central se inserta dentro de una vena de su cuello, tórax o raras veces en la pierna (cerca de la ingle). Posee dos tubos que permiten que la sangre fluya para su hemodiálisis. Las líneas que conducen su sangre al dializador o filtro son conectadas al catéter. Los catéteres requieren una protección para cubrirlos. Es importante mantener limpia y seca la zona todo el tiempo. Esto significa que está permitido bañarse en regadera siempre y cuando se proteja la zona del catéter con algo impermeable al agua para que no se moje.



**FRESENIUS  
MEDICAL CARE**

THE RENAL COMPANY

PROGRAMA DE INFORMACIÓN AL  
**PACIENTE**

### **¿Qué cuidados debo tener con mi fístula AV o injerto?**

- Vigile su fístula AV o injerto todos los días. Asegúrese de que no está enrojecido, hinchado o con pus. Un drenaje en la zona de su acceso significa que hay infección. Avise al médico y enfermera de la unidad en caso de notar algún drenaje. En ese caso, se podría tomar una muestra o cultivo de este drenaje para verificar si usted tiene o no infección. Preste atención al color de la piel cerca de su fístula AV o injerto; no debería ser rojizo o muy pálido, azul o ennegrecido.
- Sienta su fístula AV o injerto todos los días colocando sus dedos sobre la piel. Debería haber una sensación de vibración. Si usted deja de sentir esta vibración, avise de inmediato a su equipo de cuidados de salud porque su fístula AV o injerto podría estar coagulado.
- La piel alrededor de su acceso debe estar tibia y nunca caliente o fría. Si está caliente, podría significar que su fístula AV o injerto está infectado; si esta fría quiere decir que hay poco suministro de sangre en el área del acceso.
- Su fístula AV o injerto no debería doler. Si el miembro donde se localiza su acceso (brazo, pierna, mano) está entumecido, puede significar que la sangre no está fluyendo como debería hacerlo. Informe esta situación a su equipo de la salud.
- No use nada que pueda apretar su fístula AV o injerto, como un reloj muy ajustado o ropa con elástico, y evite cargar cosas pesadas con ese brazo. El brazo donde está su fístula NUNCA deberá ser empleado para toma de presión arterial o para la obtención de muestras de sangre por punción.

### **¿Qué cuidados debo de tener con mi catéter?**

La mayoría de los catéteres para hemodiálisis se colocan en el cuello o el pecho. Usted tendrá un parche en la parte externa (donde el catéter sale de la piel). No olvide vigilar la zona de salida del catéter y tomar en cuenta que:

- Si hay drenaje o secreción en el parche, puede significar que hay una infección. Avise de inmediato a su médico o enfermera.
- No debería haber enrojecimiento alrededor del parche en la zona de salida pues esto podría ser un signo de infección. Explique esta situación a su médico o enfermera lo más pronto posible.
- No debería sentir dolor cerca de la zona de salida.
- Siempre debe asegurarse de que las pinzas de su catéter están cerradas. Aunque usted tenga tapados los extremos del catéter, las pinzas deben cerrarse para prevenir infecciones y pérdida de sangre.
- Debe informar al equipo de cuidados de salud sobre cualquier hinchazón en su brazo.

\*Cuidar su acceso vascular a diario e informar sobre cualquier cambio o problema tan pronto como lo perciba son las claves para mantenerse saludable.

\*Muchos de los problemas en los accesos vasculares pueden solucionarse o impedir que se tornen peores si habla con su equipo de cuidados de salud a tiempo.



## **ACCIONES DE SEGURIDAD PARA LOS PACIENTES EN HEMODIÁLISIS**

Las complicaciones más frecuentes durante las Sesiones de Hemodiálisis son (en orden decreciente de frecuencia) las siguientes:

- Hipotensión (20-30%)
- Calambres (5-20%)
- Náuseas y vómitos (5-15%)
- Cefalea (5%)
- Dolor torácico (2-5%)
- Dolor de espalda (2-5%)
- Prurito (5%)
- Fiebre y escalofríos (<1%)

### **Hipotensión**

Se debe principalmente a una extracción rápida o excesiva de líquido durante la Hemodiálisis como son: uso de acetato en líquido de diálisis, líquido de diálisis caliente mayor a 38°C, ingesta de alimentos en diálisis, entre otras...

### **Calambres**

Contracción dolorosa, paroxística, espontánea y prolongada de uno o varios músculos debido a la extracción de volumen por ultrafiltración y cambios osmolares de la sangre durante la Hemodiálisis. Para evitar la presencia de calambres se recomienda seguir los siguientes puntos:

1. Cálculo adecuado del peso
2. Uso de la variación de sodio según prescripción médica

### **Náuseas y Vómitos**

Ocurren frecuentemente durante las sesiones de hemodiálisis. La etiología es multifactorial. En su tratamiento y prevención podemos aplicar las mismas pautas que para las hipotensiones y en ocasiones se utilizan antieméticos.

### **Cefalea**

Es un síntoma frecuente durante la diálisis. Entre las que pueden provocar cefalea están: el síndrome de desequilibrio, el líquido de diálisis con acetato, la alcalosis metabólica, la hipercalcemia, la hipertensión arterial, la hemoconcentración y la complicación orgánica asociada (hemorragia intracraneal).



**FRESENIUS  
MEDICAL CARE**

THE RENAL COMPANY

PROGRAMA DE INFORMACIÓN AL  
**PACIENTE**

## **Dolor torácico y Espalda**

En ocasiones el dolor torácico es expresión de reacciones a componentes de la diálisis. Puede estar relacionado con la activación del complemento, hipertensión pulmonar, hipoxia y dificultad respiratoria. Suelen ser leves y pasajeros.

## **Anemia**

La anemia es uno de los principales factores desencadenantes. Algunos pacientes al inicio de la Hemodiálisis se quejan del dolor intenso en la región lumbosacra que se debe a isquemia y utilizando un flujo sanguíneo reducido.

## **Prurito**

El prurito que aparece durante la sesión podría ser una manifestación de una hipersensibilidad de bajo grado a componentes del dializador o del circuito de sangre, sin embargo, frecuentemente el prurito está en un modo crónico.

## **Fiebre y escalofríos**

En el paciente urémico es frecuente que la temperatura corporal sea inferior a la normal y su respuesta pirética esté disminuida, por lo que el aumento de la temperatura por encima de 37°C suele tener un significado clínico.

La aparición repentina de fiebre durante la hemodiálisis, habitualmente con escalofríos, es frecuente en infecciones de catéteres percutáneos o del acceso vascular. Deben obtenerse hemocultivos e iniciar antibioticoterapia si ésta es la sospecha clínica.

La fiebre también puede deberse a una reacción a pirógenos procedentes de líquidos de diálisis.

## **ESTILO DE VIDA EN HD**

### **Recomendaciones Nutricionales para Pacientes en Hemodiálisis**

Debido a que sus riñones ya no pueden eliminar todos los productos de desecho y el agua, su cuerpo tiene ahora necesidades especiales, por lo que usted deberá limitar cantidad de líquido que toma y cambiar ciertos hábitos de alimentación.

### **Líquidos**

Es muy importante vigilar la cantidad de líquido que toma por día, para evitar que retenga líquidos



**FRESENIUS  
MEDICAL CARE**

THE RENAL COMPANY

PROGRAMA DE INFORMACIÓN AL  
PACIENTE

una ganancia extra de peso entre sus sesiones de hemodiálisis.

El exceso de agua puede afectar su presión arterial y hacer que su corazón trabaje de más, incluso será más difícil eliminar el agua extra durante sus sesión de hemodiálisis.

Cualquier alimento que es líquido a temperatura ambiente contiene agua, estos alimentos son: la gelatina, sopas, leche, helados y nieves. Muchas frutas y verduras contienen grandes cantidades de agua como la sandía, melón, naranjas y uvas; toda esta agua contribuye también a la cantidad de líquido total.

La cantidad de agua que puede tomar depende de la cantidad de orina que elimina al día, si usted no orina, se recomienda tomar entre 700 ml y 1 litro de líquido por día. Por esta razón debe evitar comer consomé, sopas y guisados caldosos, prefiera comidas secas.

## **Sodio**

El sodio se encuentra en la sal y otros alimentos. La mayoría de los alimentos enlatados y congelados contienen grandes cantidades de sodio. El exceso de sodio produce sed, retención de líquidos y aumento en la presión arterial. No agregue sal a sus alimentos en la mesa.

Evite las carnes frías y embutidos, ya que son muy altos en sodio, busque el jamón bajo en sodio. Utilice especias y hierbas para dar sabor a sus comidas, no utilice los sustitutos de sal, ya que contienen potasio.

## **Potasio**

El potasio es un mineral que se encuentra en muchos alimentos pero especialmente en frutas y verduras.

El potasio se acumula entre las sesiones de hemodiálisis y afecta los latidos del corazón. Consumir mucho potasio puede ser muy peligroso para su corazón, puede incluso causar la muerte. Por esta razón debe disminuir el consumo de potasio, evitando sobre todo las frutas y verduras que lo contienen en grandes cantidades.

## **Alimentos altos en potasio**

- Acelga
- Aguacate
- Chabacano
- Espinacas
- Frijoles
- Jitomate
- Jugo de naranja
- Kiwi
- Mango
- Melón
- Naranja
- Nectarina
- Papa
- Papaya
- Pasas
- Plátano
- Tejocote

## THE RENAL COMPANY

Evite tomar refrescos de dieta, ya que son muy altos en potasio. No utilice sustitutos de sal ya que son a base de sales de potasio.

### Proteínas

Su dieta debe ser alta en contenido de proteínas de alto valor biológico, lo que significa que deberá aumentar su consumo de carne de res, pollo, pescado y huevo (especialmente clara de huevo). escoja de preferencia carnes con bajo contenido de grasas, que son también bajas en fósforo. Se recomienda que consuma diariamente alguna fuente de proteína en cada una de las comidas.

### Fósforo

El fósforo es un mineral que se encuentra en muchos alimentos. El exceso de fósforo en la sangre produce la pérdida de calcio en los huesos, provocando que estos se vuelvan más frágiles y propensos a romperse. Cuando el fósforo se eleva en la sangre, le puede producir comezón.

### Alimentos altos en fósforo:

- Leche
- Refrescos de Cola
- Nueces
- Frijoles
- Quesos duros (manchego, chihuahua)
- Yogurt

El paciente en Hemodiálisis se deberá limitar a 4 taza de leche por día. Si desea tomar refresco, prefiera uno de limón o toronja, que tienen mucho menos fósforo que un refresco de cola.

Vitaminas y minerales

El comer una amplia variedad de alimentos le da a su cuerpo las vitaminas y minerales que necesita cada día. La insuficiencia renal y la hemodiálisis cambian la cantidad de vitaminas y minerales que su cuerpo necesita, para lo cual su médico nefrólogo le recetará las que son necesarias. Tome únicamente los suplementos recetados por el médico, ya que algunas vitaminas y minerales pueden ser peligrosos para usted.

### Carbohidratos y grasas

Los carbohidratos y grasas proveen energía a su cuerpo. Algunos pacientes en hemodiálisis necesitan ganar peso, para ello será recomendable tomar calorías extras utilizando grasas vegetales como por ejemplo: aceite de olivo, de canola o soya.



**FRESENIUS  
MEDICAL CARE**

THE RENAL COMPANY

PROGRAMA DE INFORMACIÓN AL  
PACIENTE

Evite las grasas de origen animal, como la mantequilla, manteca de cerdo y las carnes grasosas, ya que estas provocan que sus arterias se tapen.

El azúcar, el piloncillo, la miel y los dulces, son también una fuente de energía pero deberá evitarlos si usted padece diabetes.

UN COMPROMISO DE POR VIDA