

آیا بیماران کلیوی مجاز به روزه‌داری هستند؟

23 فروردین 1401

بیماری‌های کلیوی یکی از حساس‌ترین انواع بیماری‌هاست؛ به گونه‌ای که همواره مبتلایان به این نوع از بیماری با دردسرهای فراوانی برای دارو و درمان مواجه هستند. از سوی دیگر شیوه غلط زندگی کم تحرکی، پرخوری استرس و سوء تغذیه موجب شده تا آمار افراد مبتلا به بیماری‌های کلیوی در کشورمان هر روز بیشتر از دیروز شود. شاید یکی از مهمترین گروه‌های روزه ممنوع، در بین بیماران کلیوی دسته بندی شوند. با وجود این آغاز ماه مبارک رمضان و پیچیدن عطر روزه داری در تمامی کوچه پس کوچه های شهر و دیارمان، حتی بیماران کلیوی این خواسته را دارند تا در زمره روزه داران قرار بگیرند. جدا از احکام فقهی و دستورات اکید دین مبین و جامع نگر اسلام در خصوص جایز نبودن روزه برای بیماران، برای بررسی وضعیت بیماران کلیوی در ماه رمضان و دریافت توصیه‌هایی درباره باید ها و نبایدهای روزه‌داری این بیماران به سراغ **دکتر بهزاد عین‌اللهی**، فوق تخصص بیماریهای کلیه می‌رویم تا برخی از سوالات بیماران کلیوی در **ماه رمضان** را از زبان وی پاسخگو باشیم.

روزه‌داری برای مبتلایان به نارسایی کلیه

نارسایی کلیه به معنی کاهش شدید عملکرد **کلیه** است. کلیه نقش مهمی در دفع مواد زائد و تعادل آب و الکترولیت‌ها در بدن دارد بنابراین نارسایی کلیه موجب باقی ماندن مواد دفعی در بدن (خون) می‌شود و اغلب در افرادی با نارسایی کلیه افزایش سطح کراتینین و اوره خون را شاهدیم. نارسایی کلیه می‌تواند حاد یا مزمن باشد. **دیابت** و پرفشاری خون از مهم‌ترین علل بروز نارسایی مزمن کلیوی هستند. عفونت‌های مکرر، خودایمنی و... نیز می‌تواند موجب نارسایی کلیه شود. مسمومیت‌های دارویی و سم مار از علل نارسایی حاد کلیه هستند. کنترل نکردن این بیماری به از بین رفتن کامل عملکرد کلیه‌ها منجر می‌شود که در این شرایط، انجام دیالیز یا پیوند کلیه برای ادامه حیات بیمار ضروری خواهد بود.

مشورت با پزشک در اولویت است

دکتر عین‌اللهی معتقد است در صورت وجود نارسایی متوسط تا شدید کلیه، روزه گرفتن ممکن است با عوارضی همراه گردد پس از لحاظ پزشکی در این بیماران روزه داری منع شده است. در موارد نارسایی خفیف کلیه نیز خطر تشدید نارسایی کلیه در اثر کم آبی بدن در طی روزه داری وجود دارد بنابراین همواره توصیه میشود این بیماران اگر میخواهند روزه بگیرند با پزشک خود مشورت کنند. به گفته وی تعداد قابل توجهی از بیماران مبتلا به نارسایی کلیه، فشار خون بالایی دارند و مبتلایان به افزایش فشار خون در ساعات نزدیک به افطار با افزایش بسیار زیاد فشار خون مواجه میشوند که این مسئله مانع روزه‌داری آنهاست. همچنین افراد با فشارخون بالا که با چند نوبت دارو و در طول روز فشار خونشان را کنترل می‌کنند نیز نباید روزه بگیرند. این متخصص کلیه درباره افراد مجاز به روزه داری میگوید: «افرادی که با یک نوبت دارو فشار خونشان را کنترل می‌کنند نارسایی کلیه خفیف دارند در صورت احتراز از کم آبی بدن، می‌توانند با کنترل دقیق و مداوم فشار خون و اندازه گیری غلظت کراتینین خون در طی ماه مبارک رمضان روزه بگیرند.»

روزه‌داری برای بیماران دیالیزی

به گفته دکتر عین اللهی اکثر بیماران کلیوی که تحت درمان دیالیز قرار گرفته‌اند، قادر به روزه گرفتن نیستند و در صورت روزه داری به سختی خواهند افتاد. در این بیماران باید جلسه دیالیز بعد افطار انجام شود و اگر مانند دیگران افطار کنند، ممکن است با دو مشکل مصرف بیش از حد مایعات و بالا رفتن پتاسیم خون مواجه شوند. ضمن آنکه غذاهای رایج افطار مانند آش، حبوبات و مواد قندی به خصوص زولبیا، بامیه، خرما و میوه جات به بالا رفتن پتاسیم خون منجر شده و مصرف بیش از حد مایعات در دسرساز خواهند شد. پس افطار در زمان‌های متناوب و فاصله‌دار توصیه می‌شود.

روزه‌داری برای بیماران پیوند کلیه

« بر اساس تحقیقاتی که ما در بیماران پیوند کلیه انجام داده ایم اگر عملکرد کلیه پیوندی طبیعی باشد و بیماران در معرض محیط گرم نباشند و فشار خون تحت کنترل بوده و آزمایش‌های لازم به طور مکرر در طی ماه مبارک رمضان انجام شود و مشکلی در مصرف داروها در بین افطارتا سحر نداشته باشند، بیماران پیوندی در صورت تمایل به روزه داری، می‌توانند بدون نگرانی از صدمات کلیوی روزه بگیرند.» این فوق تخصص بیماری‌های کلیه توصیه می‌کند بهتر است پیوندی‌ها قبل و بعد از **ماه رمضان** برخی آزمایش‌ها مانند سنجش میزان ادرار، وزن بدن، فشار خون در حالت ایستاده و خوابیده و همچنین آزمایش‌های لازم انجام شود. در ضمن این بیماران برای روزه داری باید به طور مرتب با پزشک خود در ارتباط باشند.

روزه‌داری در بیماران دارای سابقه سنگ کلیه

آخرین گروه بیماران مورد بررسی در این مطلب بیماران با سابقه **سنگ کلیه** هستند. گروهی که دکتر عین اللهی معتقد است هنوز مطالعات کافی در این زمینه صورت نگرفته و نمی‌توان در باره اینکه ممکن است در افرادی که آب کم می‌نوشند، سنگ کلیه ایجاد شود نظر قطعی داد، اگرچه مصرف زیاد مایعات برای جلوگیری از تشکیل سنگ ضروری است. بنا به تاکید این متخصص کلیه با توجه به اینکه در ماه مبارک رمضان، افراد در معرض کم آبی شدید قرار می‌گیرند و ادرار با غلظت بالای املاح دفع می‌شود، بنابراین در این ماه برای پیشگیری از تشکیل سنگ‌های کلیه و سیستم ادراری، افراد با سابقه سنگ کلیه باید در فاصله افطار تا سحر به مصرف مایعات بیشتری مبادرت ورزند. همچنین، افرادی که سابقه تشکیل بیش از دو سنگ ادراری دارند و یا هم اکنون دارای سنگ ادراری هستند، بهتر است موارد احتیاط را در زمینه مصرف مایعات رعایت نمایند. به توصیه دکتر عین اللهی روزه‌دارانی که فقط یک نوبت سنگ ادراری درمان شده داشته‌اند، شاید بتوانند به شرط مصرف مایعات فراوان بین افطار تا سحر، روزه بگیرند، هر چند این افراد نیز باید تحت نظر پزشک باشند.

****ایرنا / زهرا چیزی**