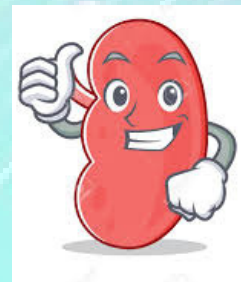


INSUFFISANCE RENALE

CONSEILS AUX PATIENTS HEMODIALYSES POUR LIMITER LA QUANTITE TOTALE DE LIQUIDES ABSORBES (+/-750 ml/JOUR)



J'évite de manger des aliments trop salés
ou sucrés qui favorisent la soif



Je prépare dans une petite
bouteille/gourde ma quantité d'eau à
boire durant la journée ou je bois dans
un verre ou une tasse de petite taille

SI J'AI SOIF :

Je suce des glaçons ou des tranches
d'agrumes givrés

Je bois par petites gorgées



POUR AVOIR UNE SENSATION DE FRAICHEUR :

Je me mouille le visage avec un gant mouillé
J'utilise un brumisateur en cas de fortes chaleurs

Je prends une douche fraîche,
Je porte un chapeau humide



aux liquides "cachés" dans certains fruits et
légumes, les soupes, les sauces, le thé, le café.
Ces liquides sont à comptabiliser, comme l'eau
de la prise des médicaments.

DEFINITIONS

Poids sec : C'est le poids idéal que vous devrez atteindre en
fin de séance de dialyse pour obtenir un volume d'eau et de sel
normalisé. Ce poids sec est un repère permettant d'adapter la
durée de vos séances