

Tanto la PD como la HD

Hinchazón

Limite la ingesta de líquidos, siga las pautas para el consumo de líquidos y hable con su dietista y médico sobre sus restricciones de líquidos si no está seguro de cuánto debe beber.

Ejercicio

Hable con su médico sobre qué ejercicios puede hacer para ayudar a limitar el aumento de peso.

Postura

Párese erguido. Cuando se encorva, sus hombros se mueven hacia adelante haciéndolo parecer más bajo y provocando la apariencia de tener más peso en el área del abdomen. Piense en que levanta su cuerpo con una cuerda desde el cuello hasta los tobillos. Mírese en un espejo para comprobar su postura. La práctica hace la perfección.



Si tiene dificultades con su imagen corporal, hable con su trabajador social u otros pacientes para obtener un nuevo punto de vista.

Para obtener más información o presentar una queja, comuníquese con:

ESRD Network 10

911 E. 86th St., Ste. 30
Indianapolis, IN 46240
Línea gratuita: 800-456-6919

ESRD Network 12

2300 Main St., Ste. 900
Kansas City, MO 64108
Línea gratuita: 800-444-9965



esrd.qsource.org

Este material fue preparado por Qsource, una red para la atención de Enfermedades Renales en Etapa Terminal (End-Stage Renal Disease, ESRD) por contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (Centers for Medicare & Medicaid Services, CMS), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Health and Human Services, HHS) de EE. UU. Las opiniones expresadas en este material no reflejan necesariamente las opiniones o políticas oficiales de los CMS ni del HHS, y cualquier referencia a un producto o entidad específica en este documento no constituye un respaldo de ese producto o entidad por parte de los CMS ni del HHS. 23.ESRD.06.098sp



¿Cómo se ve a sí mismo?

Consejos para una imagen corporal saludable durante el tratamiento de diálisis



Iniciar la diálisis puede resultar difícil para muchos pacientes. Muchas cosas cambian y afrontar ese cambio puede ser difícil, especialmente cuando se trata de cómo se siente y cómo se ve a sí mismo. Tener una imagen corporal saludable es importante.



Diálisis Peritoneal (PD)

Si gana exceso de líquido con frecuencia, su médico puede recetarle una solución con más azúcar (dextrosa) que puede hacer que aumente de peso.

Un catéter de Diálisis Peritoneal (Peritoneal Dialysis, PD) es delgado y lo más probable es que no se vea debajo de la ropa.



Evite el consumo elevado de sal y el exceso de líquidos.



Es posible que desee utilizar un cinturón de PD para mantener el catéter apartado y protegido.

Hemodiálisis (HD)

Catéter

Si tiene un catéter venoso central para hemodiálisis, tendrá un tubo colgando de su pecho que puede notarse debajo de cierta ropa, como una camisa con cuello en V. Los catéteres no son el acceso ideal para la hemodiálisis y están asociados con muchos riesgos para la salud.

Si se está dializando con un catéter, debe preguntarle a su equipo de atención médica sobre una mejor opción de acceso.

Fístula o injerto arteriovenoso (AV)

Si tiene una fístula o injerto AV, es probable que tenga cicatrices en el brazo debido a la cirugía. A veces, estas cicatrices pueden ser más grandes de lo esperado y algunos pacientes tienen sentimientos negativos sobre el aspecto de su brazo.

Si no cuida adecuadamente su acceso o no alterna los sitios de las agujas, es posible que le salgan bultos en el brazo que podrían requerir más cirugía de restauración.



Hable con su médico sobre cómo cuidar su acceso.

Piense en su acceso como su salvavidas. Es posible que desee utilizarlo como una forma de hablar sobre la enfermedad renal con sus familiares o amigos.



Por lo general, puede cubrir su acceso con la manga de una camisa cuando no esté en tratamiento.