

Patient information

النظام الغذائي منخفض البوتاسيوم

العلاجات - قسم التغذية والنظم الغذائية

الاسم:

التاريخ:

اختصاصي التغذية

مقدمة

ما المقصود بالبوتاسيوم؟
البوتاسيوم هو أحد المعادن الموجودة في الدم. وهو مهم لضمان الأداء الوظيفي الصحي للعضلات، بما في ذلك عضلة القلب. ويوجد بشكل طبيعي في العديد من الأطعمة والمشروبات.

لماذا كمية البوتاسيوم في دمي مرتفعة للغاية؟
عندما لا تعمل الكليتان كما ينبغي، يتعذر عليهما التخلص من البوتاسيوم الزائد من الجسم عن طريق البول.

هل ارتفاع مستوى البوتاسيوم في دمي خطير؟
من الوارد أن يكون كذلك. إذا كان المستوى مرتفعاً جداً، فقد يتسبب ذلك في حدوث تغيرات خطيرة في قلبك.

ماذا عليّ أن أفعل للسيطرة على مستوى البوتاسيوم في دمي؟
تحتاج إلى اتباع نظام غذائي منخفض البوتاسيوم في جميع الأوقات للحفاظ على مستوى البوتاسيوم في الدم عند مستوى آمن.

سيقم اختصاصي التغذية بنظامك الغذائي ويخبرك بالأطعمة التي يجب تجنبها أو الحد منها. وسيساعد أيضاً في تخطيط وجبات الطعام بناءً على الأطعمة التي يمكنك تناولها.

نصائح للطهي

البطاطس والخضروات غنية بالبوتاسيوم. وتؤثر طريقة طهيها على محتواها من البوتاسيوم. عندما يتم طهي البطاطس والخضروات في الماء، فإنها تفقد كمية كبيرة من البوتاسيوم.

من المهم أن يتم طهيها دائمًا على النحو التالي:

- قشر الثمرة وقطعها إلى قطع صغيرة قبل الطهي.
- قم بغليها مرة واحدة فقط في كمية كبيرة من الماء. تخلص من ماء الطهي. ولا تستخدمه لصنع المرق أو الصلصات أو الحساء.
- لا ينبغي استخدام الميكروويف أو أواني الطهي بالضغط أو الطهي بالبخار أو القلي السريع لطهي البطاطس والخضروات النيئة ولكن يمكن استخدامها لإعادة تسخين الطعام.
- اسلق البطاطس لمدة عشر دقائق قبل صنع رقائق البطاطس أو قليها.
- تناول البطاطس في وجبة واحدة فقط في اليوم. الحصة الغذائية هي أربع - خمس ثمرات بطاطس طازجة أو الحجم المكافئ لذلك كل وجبة. يحتوي الأرز والمعكرونة على نسبة منخفضة من البوتاسيوم ويمكن استخدامها بدلاً منها.
- يمكن استخدام الأطعمة النشوية الأخرى المشابهة للبطاطس مثل البطاطا واليام. أحجام الحصة الغذائية عبارة عن ثمرة بطاطا متوسطة الحجم أو ثمرة بطاطا واحدة بحجم ثمرة بطاطس متوسطة.
- تجنب منتجات البطاطس التي لم يتم طهيها على النحو الموضح سابقًا على سبيل المثال
 - البطاطس المهروسة سريعة التحضير والوجبات الجاهزة مثل فطيرة الصياد أو فطيرة الكوخ
 - رقائق الشيبسي
 - رقائق البطاطس المشوية في الفرن/المقلية (التي يتم شراؤها من المتجر)
 - البطاطس المطهية بقتشرها
 - كروكيت/وافل البطاطس
 - رقائق البطاطس المقرمشة
 - كاري/حساء/سلطة البطاطس

الأطعمة التي يجب تجنبها - غنية بالبوتاسيوم	الأطعمة المسموح بها - منخفضة البوتاسيوم
<p>الحبوب/الخبز</p> <p>نخالة اوول بران، بران فليكس، الموسلي، ريدي بريك، ريزين سبليت، نخالة سلطانة، ميني بيكس وجميع الحبوب مع الشوكولاتة والكاكاو وجوز الهند والفواكه المجففة أو المكسرات. البسكويت المحتوي على المكسرات والشوكولاتة، كرواسون كيما وبيشوارى نان، كرواسون بين او شوكليت، أو كرواسون بين او ريزين رقائق بوبادومس، الرافيولي المحشوة والتورتيليني، السباغيتي المعلبة، الكينوا</p>	<p>الحبوب/الخبز</p> <p>عصيدة الشوفان، حبوب إفطار ويتابيكس، القمح المبشور، حبوب إفطار شريديس، كورن فليكس، رقائق سبيشيال كيه، رقائق رايس كريبيس، رقائق ريسيكس، رقائق فروستيز</p> <p>القطاير، معجنات الكرواسون، القطاير البريطانية، البيكلتيس، خبز بيتا، الخبز الأبيض/البنّي/القمح الكامل/الحبوب، الساغو، التابيوكا، السميد، الدقيق، النان (سادة وبالثوم)، والشباتي.</p> <p>الأرز، المعكرونة، عصيدة دقيق الذرة، الكسكسي، شعرية البيض، شعرية الأرز</p>
<p>منتجات الألبان</p> <p>الحليب المبخر، المكثف ومسحوق الحليب المجفف. حليب جوز الهند.</p>	<p>منتجات الألبان</p> <p>الحليب المسموح به في اليوم - يمكن أن يشمل ذلك حليب أبقار أو اللوز أو الأرز أو الصويا.</p> <p>الزبادي، الجبن، الزبدة، السمن، القشدة، بدائل الحليب، على سبيل المثال القهوة، كوفي ميت، مبيض القهوة</p> <p>البيض</p> <p>كريم فريش</p>
<p>اللحوم والأسماك</p> <p>الوجبات الجاهزة المحتوية على البطاطس، الفاصوليا أو البقول. لحم الغزال، الدراج، الأرنب، الطيهوج، الماعز</p>	<p>اللحوم والأسماك</p> <p>لحم البقر، الضأن، الدجاج، الديك الرومي، الغزال، الضأن، الكنغر، النعام، البط، الإوز</p> <p>سمك القد، الحدوق، البولوك، موسى، النازلي، الرساف الأوروبي، الإسكافي النهري، البوري، السردين، الأنشوجة، الرنجة، القبير، سردين البلشار، اليساريا، السلطعون، القريدس، الروبيان، السلمون المرقط، بلح البحر، المحار، الراهب، جراد البحر، القاروص، تاراماسالاتا، عجينة السمك، بطارخ السمك</p>
<p>المكسرات، البقول وبدائل اللحوم</p> <p>الفاصوليا مثل الفاصوليا المطبوخة، الفاصوليا الحمراء، اللوبياء، فاصوليا اللياما، العدس، البقول، المكسرات والبذور، أي نوع من زبدة الجوز مثل الفول السوداني، الكاجو. جوز الهند الكريمي. الحمص، الطحينة</p>	<p>المكسرات، البقول وبدائل اللحوم</p> <p>الكورن، التوفو. إذا كنت نباتيًا، فربما يمكنك تناول بعض المكسرات والبقول. سيساعدك اختصاصي التغذية في ذلك.</p>
<p>السكريات، الفاكهة المحفوظة والحلويات</p> <p>الشوكولاتة، التوفي، عرق السوس، حلوى الفودج، مرزباني وكريمة الشوكولاتة.</p>	<p>السكريات، الفاكهة المحفوظة والحلويات</p> <p>المربي، العسل، الشربات، مربى البرتقال، خثارة الليمون. السكر، الحلويات مثل الحلويات المسلوقة، النعناع، الخطمي، العلكة، الملين، سكاكر الفاكهة، الجيلي، علكة النبيذ، الفروتيل، علكة تشويتس، حلوى ستاربرست. الحلويات الملطفة للسعال مثل مستحلبات تونز، لوكيتس، سوثرز.</p> <p>المُحلّيات الصناعية</p>

الأطعمة المسموح بها - منخفضة البوتاسيوم	الأطعمة التي يجب تجنبها - غنية بالبوتاسيوم
المشروبات فنجان واحد من القهوة يوميًا أو قهوة كامب كوفي، جميع أنواع الشاي، الحليب كحصة غذائية، الشراب المنشط وعصير سكواش، المشروبات الغازية، الصودا، التونيك، المياه المعدنية. الموكتيلات - اختر تلك التي لا تحتوي على عصير فواكه، ولكن تعتمد على الصودا أو عصير الليمون.	المشروبات الكاكاو، المشروبات المملحة مثل هورليكس وأفالتين، شراب الشوكولاتة، كومبلان، بيلد آب، عصير الفاكهة الطازجة، عصير هاي جيو. الموكتيلات المعتمدة على عصير الفاكهة.
الكحوليات تذكر أن بعض الأدوية لا تختلط مع الكحول. استشر الطبيب أو الصيدلي في حالة عدم التأكد. المشروبات الروحية، الشيري، النبيذ الأبيض، النبيذ الفوار مثل الشمبانيا، الكافا، اللامبروسكو، البروسيكو. الكوكتيلات المعتمدة على الصودا أو عصير الليمون.	الكحوليات النبيذ الأحمر، البيرة، الجعة، السيدر، البورت، بيرة ستاوت. الكوكتيلات المعتمدة على عصير الفاكهة
الكعك، البسكويت والوجبات الخفيفة معظمها مناسب بشرط ألا تحتوي على شوكولاتة، كاكاو، فواكه مجففة، جوز هند أو مكسرات. الكعك السادة/بالمربي، كعك ماديرا، كعكة الكرز، مخروط الكريمة، دونات، شريحة التفاح، المعجنات الدنماركية، فطيرة ميرانغ الليمون، كعك ميرانغ، كعك سادة، بسكويت سادة، المخبوز الهش، الفشار غير المملح، أعواد الخبز، كعك الشوفان، كعك الأرز، خبز ميلبا المحمص، البسكويت المائي. بعض الوجبات الخفيفة من الذرة والذرة تحتوي على نسبة منخفضة من البوتاسيوم؛ ومع ذلك، نقترح عليك التحقق من قائمة مكونات المنتج بحثًا عن كمية "البوتاسيوم" لأنه يختلف باختلاف العلامة التجارية وحتى النكهة. انظر قسم إضافات البوتاسيوم لمزيد من التفاصيل	الكعك، البسكويت والوجبات الخفيفة خبز الشعير، رغيف الموز، كعكة الشوكولاتة والبسكويت، كعكة الفاكهة، رغيف النمر والجوز، كعكة جوز الهند، كعكة إكليل، كعكات الفاكهة، كعك تشيلسي، تارت باكويل، جميع رقائق البطاطس التي تشمل أيضًا الكوافيرس، البطاطس المقلية والبومبيرز، التويجلتس. الوجبات الخفيفة من العدس والحمص. الوجبات الخفيفة من الذرة والذرة المحتوية على "البوتاسيوم" ضمن قائمة المكونات
متنوع الثوم، الأعشاب، البهارات، الخل، المايونيز، كريمة السلطة، صلصة تارتار، الفجل، الخردل يجب استخدام كاتشب الطماطم والصلصة البنية وصلصة الشواء بكميات صغيرة على سبيل المثال 1 ملعقة صغيرة حساء اللحوم مثل شعرية الدجاج وذييل الثور والدجاج الميسو. زيوت الطبخ - بما في ذلك زيت جوز الهند	متنوع بدائل الملح مثل لوسولت، سيلورا، بوفريل ومارميت. حساء الخضار أو البقوليات مثل العدس، الفول، الطماطم، عيش الغراب الجواكامولي، الصلصة
الفواكه والخضراوات لمعرفة الفاكهة والخضراوات المناسبة المسموح بها، راجع قائمة الحصص الغذائية في الجزء الخلفي من هذا الكتيب للحصول على التفاصيل الكاملة	الفواكه والخضراوات الموز والبطيخ (المن، الشام، الجاليا)، الفواكه المجففة، الكشمش الأسود، فاكهة شارون، البابايا، الموز، الأفوكادو

إضافات البوتاسيوم

عند اتباع نظام غذائي منخفض البوتاسيوم، من المهم أن تكون على دراية بالمصادر الخفية للبوتاسيوم في طعامك، مثل إضافات البوتاسيوم.

ما المقصود بإضافات البوتاسيوم؟
إضافات البوتاسيوم هي مواد كيميائية تضاف إلى عدد كبير من الأطعمة الجاهزة أثناء التصنيع. تشمل هذه الأطعمة المعكرونة سريعة التحضير والوجبات الخفيفة المملحة من الذرة.
يمكن أن تزيد إضافات البوتاسيوم من كمية البوتاسيوم التي تتناولها.

كيف أعرف الأطعمة المحتوية على إضافات البوتاسيوم؟

من المهم إلقاء نظرة على الملصق الغذائي للأطعمة الجاهزة. ستجد في قائمة المكونات المدونة على العبوة أسماء الإضافات سواءً بالاسم أو الرمز؛ قارن بين المنتجات، وحيثما أمكن، اختر تلك التي لا تحتوي على إضافات البوتاسيوم.

إضافات البوتاسيوم الشائعة هي

- سوربات البوتاسيوم (E202)
- بنزوات البوتاسيوم (E212)
- ميتابيسلفيت البوتاسيوم (E224)
- نيتريت البوتاسيوم (E249)
- نترات البوتاسيوم (E252)
- بروبيونات البوتاسيوم (E283)
- ألجينات البوتاسيوم (E402)
- أسيتات البوتاسيوم (E261)
- لاكتات البوتاسيوم (E326)
- سترات البوتاسيوم (E332)
- طرترات البوتاسيوم (E336)
- فوسفات البوتاسيوم (E340)
- جلوكونات البوتاسيوم (E577)
- مالات البوتاسيوم (E351)
- أدبيات البوتاسيوم (E357)
- كربونات البوتاسيوم (E501)
- كلوريد البوتاسيوم (E508)
- هيدروكسيد البوتاسيوم (E525)
- فيروسيانيد البوتاسيوم (E538)

حصص الفاكهة والخضروات

تحتوي الفواكه والخضروات على محتويات مختلفة من البوتاسيوم. توضح القوائم التالية بالتفصيل أحجام الحصص الغذائية، والتي توفر نفس الكمية من البوتاسيوم لكل نوع فاكهة وخضروات.

لمساعدتك على ضبط الكمية التي تتناولها، يجب أن تستهدف بحد أقصى حصص غذائية في اليوم. سيساعدك اختصاصي التغذية على ضبط ذلك من خلال تحديد الحصص الملائمة لك.

_____ حصص فاكهة في اليوم (انظر الجدول)

_____ حصص خضروات/سلطة في اليوم (انظر الجدول)

لا يتم تضمين البطاطس في أحجام الحصص الغذائية هذه. يمكنك تناول حصة واحدة من البطاطس يوميًا (انظر قسم إرشادات الطهي).

تحضير العصير/العصارات

تعد العصائر طريقة سهلة لتناول الفاكهة ولكنها قد تحتوي على نسبة عالية من البوتاسيوم. استخدم أحجام الحصص كدليل ولا تتجاوز الحد المسموح به من الفاكهة والخضروات على النحو المذكور أعلاه. الزبادي أو الماء أو العصائر عبارة عن سوائل منخفضة البوتاسيوم يمكن استخدامها لتخفيف العصير بدلاً من عصير الفاكهة الطازج.

حصص الفاكهة - يمكن تناول كل أنواع الفاكهة نيئة ما لم يُنص على خلاف ذلك. يجب تجفيف الفاكهة المعلبة من العصير.

التفاح	1 ثمرة متوسطة الحجم	المانجو	½ ثمرة صغيرة الحجم
التفاح	3 ملاعق كبيرة، مطهو	النكتارين	½ ثمرة، طازج
المشمش	1 ثمرة متوسطة الحجم	البرتقال	1 ثمرة صغيرة الحجم
التوت الأسود	20 ثمرة	الماراكويبا	5 ثمرات
التوت الأزرق	1 كوب	الخوخ	1 ثمرة متوسطة الحجم
الكليمنتين، اليوسفي، المندرين، الساتسوما	2 ثمرة متوسطة الحجم	الخوخ	3 ملاعق كبيرة
الكرز	20 ثمرة	الكمثرى	1 ثمرة صغيرة الحجم
الدامسون	4 ثمار، مطهو	الكمثرى	3 أنصاف ثمرة، معلب
التين	½ ثمرة	الأناناس	1 شريحة، طازج
حشوة فطيرة الفاكهة	2 فطيرة صغيرة لشخص واحد أو الحجم المكافئ من الفطيرة الكبيرة	الأناناس	5 حلقات، معلب
كوكتيل الفواكه	4 ملاعق كبيرة	البرقوق	2 ثمرة صغيرة الحجم
الحرنكش	2 ملعقة كبيرة، نيء	الرمان	75 غم أو ½ ثمرة
الحرنكش	3 ملاعق كبيرة، مطهو	القراصيا	12 ثمرة، معلب
الجريب فروت	½ ثمرة، طازج	التوت الأحمر	20 ثمرة
الجريب فروت	6 ملاعق كبيرة، معلب	الراوند	2 ملعقة كبيرة، مطهو
العنب	15 ثمرة	الراوند	4 ملاعق كبيرة، معلب
الجوافة	1 ثمرة صغيرة الحجم	الفراولة	8 ثمار
الكوي	1 ثمرة صغيرة الحجم	الفراولة	5 ملاعق كبيرة، معلب
اللتشية	14 ثمرة	البطيخ	1 شريحة صغيرة
المندرين	5 ملاعق كبيرة، معلب		

1 ملعقة كبيرة = تقريباً 40 غم

حصص الخضار - مسلوقة ما لم يذكر خلاف ذلك

الهليون	3 سيقان (60 غم)	الكوسة	4 ملاعق كبيرة (140 غم)
الباذنجان	6 شرائح/1/3 مقلي (90 غم)	بازلاء الثلج	3 ملاعق كبيرة (95 غم)
الشمندر	8 شرائح، مخال (80 غم)	سلطة خضروات	3 ملاعق كبيرة (130 غم)
براعم الفاصوليا	10 ملاعق كبيرة، مقلي	عيش الغراب	8 ثمار صغيرة الحجم، نيء (40 غم)
الفول الأخضر	11/2 ملعقة كبيرة (80 غم)	الزيتون	15 ثمرة (170 غم)
البروكلي	2 زهيرة (75 غم)	البصل	1 ثمرة صغيرة الحجم (نيء)
ملفوف الكرنب	4	البامية	6 أصابع (35 غم)
القرع الجوزي	11/2 ملعقة كبيرة (مقعد) (55 غم)	بوك تشوي	50 غ - مقلي أو مطهو على البخار
الكرنب (الأخضر)	2 ملعقة كبيرة (85 غم)	الجزر الأبيض	1 ملعقة كبيرة (45 غم)
الكرنب (الأحمر)	3 ملاعق كبيرة (120 غم)	الفلفل	1/2 ثمرة فلفل (نيء أو مطهو)
الجزر	3 ملاعق كبيرة (95 غم)	البازلاء (الخضراء)	2 ملعقة كبيرة (70 غم)
الجزر	1 ثمرة صغيرة الحجم، نيء	البازلاء (المهروسة)	3 ملاعق كبيرة (90 غم) معلب
القرنبيط	7 زهيرات (75 غم)	البازلاء (صغيرة البذور)	4 ملاعق كبيرة (120 غم)
الكرفس	2 عود (70 غم)	القرع	4 ملاعق كبيرة (185 غم)
الكوسة	2 ملعقة كبيرة (75 غم)	الجرجير البري	50 غ - طازج
الرشاد	لا توجد أية قيود	الفجل	8 (65 غم)
الخيار	16 شريحة رقيقة/2 بوصة للقطعة (100 غم)	الفاصوليا القرمزية	3 ملاعق كبيرة (135 غم)
الكرنب الأجد	3 ملاعق كبيرة (100 غم)	السبانخ (الناضجة)	2 ملعقة كبيرة (70 غم)
كوز الذرة	1 ثمرة صغيرة الحجم	الذرة الحلوة	3 ملاعق كبيرة (90 غم)
الذرة (الصغيرة)	8 ثمار ذرة صغيرة (90 غم)	البصل الأخضر	6 جذوع (60 غم)
سلطة الكرنب	2 ملعقة كبيرة (100 غم)	اللفت الأصفر	5 ملاعق كبيرة (180 غم)
الشمندر	1 ملعقة كبيرة، نيء (35 غم)	الطماطم	1 ثمرة صغيرة الحجم أو 4 ثمار كرز
الفاصوليا الخضراء	1 ملعقة كبيرة (50 غم)	الطماطم	1 ثمرة كبيرة، مهروس أو 2 ملعقة كبيرة، معلب
الكراث	1 جذع/3 ملاعق كبيرة (105 غم)	اللفت	2 ملعقة كبيرة (80 غم)
الحس الأبيض	لا توجد أية قيود	الجرجير (نيء)	2 ملعقة كبيرة (70 غم)

أفكار للسلطة

يمكن اعتبار كل من الوصفات التالية كحصّة غذائية واحدة من حصص الفاكهة والخضروات المخصصة لك.

السلطة المختلطة - أوراق خس ونصف ثمرة طماطم أو ثمرتان من الطماطم وثلاث شرائح من الخيار وشريحة واحدة من الشمندر أو البصل.

سلطة الكرنب - ملعقتان كبيرتان من الكرنب المبشور النيء، وملعقتان كبيرتان من الجزر المبشور النيء، وشريحة واحدة من البصل وكمية صغيرة من المايونيز للخلط.

السلطة الحمراء - ثلاث شرائح من جذر الشمندر، وملعقة كبيرة من البازلاء أو الذرة الحلوة، وملعقتان كبيرتان من الجزر المبشور.

السلطة الخضراء - أوراق الخس، ثلاث حلقات فلفل أخضر، ثمرة واحدة بصل أخضر ويخلط مع صلصة فرنسية.

نقاط المناقشة:

يمكن استخدام هذه الصفحة للمساعدة في اقتراحات الوجبات أو توثيق التغييرات الغذائية التي ناقشتها مع اختصاصي التغذية خلال موعدك.

يرجى ملاحظة ما يلي:

يجب على الأشخاص الذين يعانون اضطرابات الكلى تجنب تناول ثمار الكارامبولا (الفاكهة النجمية). فمن المعروف أنها تسبب، عند تناولها، اضطرابات عصبية لدى الأشخاص المصابين بقصور في وظائف الكلى.

إذا كنت مصاباً بمرض السكري، فقد لا تكون بعض الأطعمة المذكورة في ورقة النظام الغذائي هذه مناسبة لك بسبب ارتفاع نسبة السكر فيها. يرجى مناقشة الأمر مع اختصاصي التغذية الخاص بك.

الدعم والموارد الإضافية

لدعمك في إجراء التغييرات الغذائية الخاصة بك، تتوفر معلومات غذائية إضافية. يرجى سؤال اختصاصي التغذية الخاص بك عما إذا كنت ترغب في أي من الموارد التالية.

- دليل تناول الطعام خارج المنزل لمريض الكلى المزمن
- أساطير غذائية
- كتاب الطهي لمرضى الكلى
- بناء نفسك بنفسك
- أطعمة الأعياد

موقع - PatientView www.patientview.org

يعرض موقع PatientView أحدث نتائج الاختبارات والرسائل والأدوية، بالإضافة إلى معلومات حول التشخيص والعلاج. قم بإعداد التنبيهات ومراقبة الأعراض وتنزيل سجلاتك. يمكنك تصفح موقع PatientView من أي مكان تريده ومشاركة معلوماتك مع أي شخص تريده. يمكنك أن تطلب من أي إخصائي رعاية صحية للكلى في العيادة مساعدتك في التسجيل في هذه الخدمة.

شبكة - CaMKIN www.kinet.site

شبكة معلومات الكلى في شيشاير وميرسيسايد (CaMKIN) هو مجتمع عبر الإنترنت يديره مرضى الكلى لمرضى الكلى وعائلاتهم ومقدمي الرعاية لهم. يوفر معلومات ومدونات ووصفات وفرصًا للمناسبات الاجتماعية، مع أهداف رئيسية تتمثل في تقليل العزلة وزيادة الدعم لك كشخص مصاب بمرض الكلى. تتوفر أيضاً مجموعة مغلقة على فيسبوك، ابحث بكلمة CaMKIN.

موقع National Kidney Federation (الاتحاد الوطني لمرضى الكلى) - www.kidney.org.uk

موقع Think Kidneys www.thinkkidneys.nhs.uk

موقع Kidney Care (رعاية الكلى) - www.kidneycareuk.org

ملاحظاتك مهمة بالنسبة لنا وتساعدنا على تحسين جوانب الرعاية في المستقبل.

بعد خروجك من المستشفى أو الحضور في موعدك في العيادة الخارجية، سنتلقى رسالة نصية تسألك عما إذا كنت ستوصي بخدمتنا للآخرين. يرجى التمهّل للرد على الرسائل النصية، فلن يتمّ تحصيل رسوم منك مقابل الرسالة ويمكنك إلغاء الاشتراك في أي وقت. إننا نقدر تعاونك معنا بشدة.

معلومات إضافية

اختصاصي التغذية لمرضى الكلى

هاتف: 0151 706 3005

رقم الهاتف النصي: 18001 0151 706 3005

renaldietitians@rlbuht.nhs.uk

يرجى كتابة اسم اختصاصي التغذية الخاص بك في خانة الموضوع بالبريد الإلكتروني

المؤلف: اختصاصيو التغذية لمرضى الكلى، قسم العلاجات

تاريخ المراجعة: نوفمبر/تشرين الثاني 2024

All Trust approved information is available on request in alternative formats, including other languages, easy read, large print, audio, Braille, moon and electronically.

يمكن توفير جميع المعلومات المتعلقة بالمرضى الموافق عليهم من قبل انتمان المستشفى عند الطلب بصيغ أخرى، بما في ذلك لغات أخرى وبطرق تسهل قراءتها وبالحروف الطباعية الكبيرة وبالصوت وبطريقة برايل للمكفوفين وبطريقة مون والكترونياً.

所有經信托基金批准的患者資訊均可以其它格式提供，包括其它語言、易讀閱讀軟件、大字

體、音頻、盲文、穆恩體 (Moon) 盲文和電子格式，敬請索取。

در صورت تمایل میتوانید کلیه اطلاعات تصویب شده توسط اتحادیه در رابطه با بیماران را به اشکال مختلف در دسترس داشته باشید، از جمله به زبانهای دیگر، به زبان ساده، چاپ درشت، صوت، خط مخصوص کوران، مون و بصورت روی خطی موجود است.

زانیاری پیوندیدار بهو نهخوشانهی له لایمن تراستهوه پهمند کراون، نهگمر داوا بکرنیت له فورماتهای تری بردا بریتی له زمانهکانی تر، نیزی رید (هاسان خونندنهوه)، چاپی گهوره، شریتی دهنگ، هیلی موون و نهلیکترونیکی همیه.

所有经信托基金批准的患者信息均可以其它格式提供，包括其它语言、易读阅读软件、大字体、音频、盲文、穆恩体 (Moon) 盲文和电子格式，敬请索取。

Dhammaan warbixinta bukaanleyda ee Ururka ee la oggol yahay waxaa marka la codsado lagu heli karaa nuskhado kale, sida luqado kale, akhris fudud, far waaweyn, dhegeysi, farta braille ee dadka indhaha la', Moon iyo nidaam eletaroonig ah.