

# Comprender cómo me hace sentir la diálisis y cómo tú me puedes ayudar

La diálisis es un tratamiento médico que hace algunas de las tareas de las que los riñones sanos se suelen encargar. El tratamiento puede realizarse en un centro de diálisis o en el hogar. Durante el tratamiento, el/la paciente se conecta a una máquina de diálisis. La máquina extrae la sangre del cuerpo, la limpia y devuelve la sangre purificada al organismo. Este proceso puede demorar de 3 a 5 horas. Se realiza al menos 3 veces por semana.

El tratamiento puede dejar al/a la paciente sumamente cansado/a. Puede que el/la paciente necesite descansar o ayuda para hacer las cosas que normalmente podría hacer sin problemas. Si usted es cuidador/a, familiar o amigo/a de alguien que recibe tratamiento de diálisis, le explicamos varias maneras en que puede ayudar a esa persona.

## Cómo me siento después del tratamiento de diálisis

## Cómo me puedes ayudar

Siento cansancio después del tratamiento.



Déjame dormir. Quizás sea por una hora. Quizás sea por 3 horas. Mi cuerpo necesita tiempo para recuperarse.

Tengo malestar en el estómago o siento ganas de vomitar.



Déjame que me acueste. Ofréceme galletitas saladas o un poco de ginger ale.

Me pica la piel.



Recuérdame que mantenga mi piel hidratada. Puede que también necesite ayuda para encontrar alimentos con menos fósforo.

Tengo hambre.



Ayúdame a cocinar para comer.

No tengo ganas de comer.



Asegúrate de que coma algo. Ofréceme algún refrigerio en vez de una comida abundante.

Tengo la boca seca.



Ofréceme un caramelo duro, uvas congeladas o un limón para chupar, o bien un enjuague bucal para aliviar la sensación. No me des agua.

Siento mareos o tengo la visión borrosa.



Deja que me sienta de 15 a 30 minutos.

Tengo espasmos musculares.



Ayúdame a hablar con el equipo de diálisis sobre mi plan de tratamiento.

Me siento sobrepasado/a.



Sugíereme escuchar música, escribir mis sentimientos, tomar un baño caliente o salir a pasear.

Me bajó la presión arterial.



Ayúdame a hablar con el equipo de diálisis sobre mi plan de tratamiento.

Tengo temblores.



Deja que me acueste al llegar a casa y cúbreme con una cobija.

Estoy de mal humor.



Dame tiempo para estar a solas. No me preguntes continuamente qué me pasa.



Este material fue preparado por el contratista del Centro de Coordinación Nacional de la enfermedad renal en etapa terminal (ESRD NCC, por sus siglas en inglés), en virtud de un contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), un organismo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. El contenido no refleja necesariamente la política de los CMS ni implica el aval del gobierno estadounidense. NW-ESRD NCC-NC2PFE-04102023-03

