

# Tej Kev Xaiv Rau Kev Kho Mob rau Kev Mob Raum Ntev Mus

*Kev Hloov Raum, Lim Ntshav, Lim Khoom Liam Sij ntawm Plab, Kev Tu Mob Kom Xis Nyob thiab Kev Tu Mob Thaum Yuav Tas Sim Neej*



For “Treatment Options for Chronic Kidney Disease” in English, see [renal-ah-78529](#).

# To Taub Kev Mob Raum Ntev Mus

## Koj lub Raum

Koj ob lub raum muaj ntsis zoo li noob taum. Ob lub raum luaj li yus lub nrig xwb.

Koj ob lub raum ua tej yam tseem ceeb. Ob lub raum lim ntshav thiab tshem cov dej thiab khoom liam sij ntawm koj cov roj ntshav thiaj ua tau cov kua zis.

Koj ob lub raum yeej tsim ib co keeb roj ntshav uas pab tswj kav seb koj ntshav hov siab, tsim cov ntshav liab tshiab, pab koj cov pob txha muaj zog thiab tswj kav koj cov khoom hauv roj ntshav uas lawv hu ua electrolytes.

## Kev Mob Raum Ntev Mus

Thaum kev mob raum ntev mus huam loj tuaj koj ob lub raum pib tsis muaj cuab kav lim ntshav zoo. Feem ntau kev mob raum yuav huam loj zuj zus mus thiab thaum kawg ob lub raum yuav tsis ua hauj lwm kiag li.

Yuav kuaj ntshav seb koj ob lub raum ua hauj lwm zoo npaum li cas. Txoj kev ntsuas seb lim ntshav li cas (GFR) yog qho zoo tshaj plaws thiab yog txoj kev kuaj uas feem ntau lawv yuav kuaj seb koj ob lub raum ua hauj lwm zoo npaum li cas. Qhov GFR yog pab txiav txim seb koj mob raum loj npaum li cas.

Tib neeg uas muaj kev mob raum ntev mus uas tau huam loj heev lawm nyob ntawm theem hu ua 4 thiab 5:

- **Theem 4: GFR nyob li 15 mus txog 29**
- **Theem 5: GFR yeej qis tshaj 15.**

Thaum koj txoj kev mob raum ntev mus huam loj tuaj, ces lawv yuav siv tej yam tshuaj pab khiav tej hauj lwm uas tiag tiag koj ob lub raum yuav tsum ua. Tej zaum muaj ib co tshuaj uas pab kom kev mob raum yuav huam loj qeeb me ntsis tiam sis cov no yeej kho tsis tau tus mob no.

## Kev Mob Raum Thaum Kawg

Muaj ntau yam kev mob raum uas lawv kho tsis tau. Kev mob raum thaum kawg yog lo lus uas lawv siv thaum hais txog theem 5 vim mob raum heev. Nws yog ib yam mob uas txo tau yus txoj sia.

Muaj tau tej kev mob xws li ntshav siab, nkees heev, mob plab (xeev siab), ntuav, thiab yus tso zis tsis tau li yus ib txwm tso zis. Kev mob raum thaum kawg yog lo lus uas lawv siv thaum hais txog theem 5 vim mob raum heev uas muaj ntau yam kev mob.

Tej kev kho kev mob raum thaum kawg li no muaj tau li no:

- hloov lub raum
- lim ntshav
- lim khoom liam sij ntawm plab
- kev tu mob kom xis nyob
- kev tu mob thaum yuav tas sim neej.

# Tej Kev Xaiv Rau Kev Kho Mob

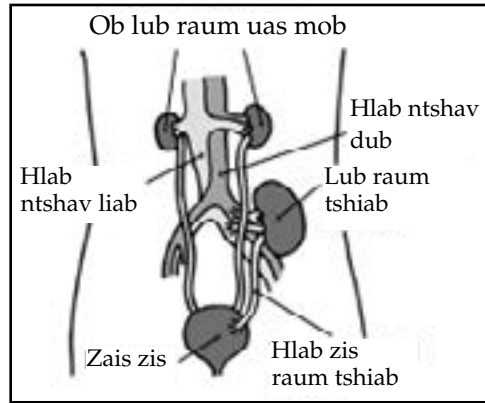
## Hloov lub Raum

Txoj kev hloov lub raum yog thaum muaj lwm tus neeg ib lub raum uas noj qab nyob zoo tso rau hauv yus lub cev.

Txoj kev hloov lub raum yog ib txoj kev kho mob xwb, nws tsis yog kev kho kom zoo tag nrho. Koj tseem yuav tau ib sij mus ntsib coob tug kws kho mob, nov kuj hais txog tus kws kho lub raum uas koj mus ntsib. Thiab koj yuav tsum noj tej yam tshuaj txhua txhua hnuv xwv kom koj lub cev yuav tsis muab lub raum ntawd xyeej pov tseg.

Feem ntau mas kev hloov raum yog txoj kev kho mob zoo tshaj plaws yog hais tias koj twb ua raws li tej kev cai zoo li koj muaj hnuv nyoog txaus los sis lwm yam kev mob nkees.

Yog tias tsis muaj ib tug neeg uas muaj sia nyob uas kam muab lawv lub raum pub rau yus, ces tej zaum koj yuav tau tos li 5 mus txog 7 xyoos mam li muaj ib tug neeg uas tuag lawm uas pub tau lawv lub raum. Tej zaum tsim nyog rau koj mus rau qhov chaw hloov raum thaum ntxov. Koj tus kws kho lub raum yuav xa koj mus rau qhov chaw hloov raum yog tias kev hloov raum yog ib yam zoo rau koj.



Tau qhov twg los: National Institute of Health

**Lub raum uas lawv hloov ntawd yuav muab txuas rau ntawm koj txoj hlab ntshav liab thiab hlab ntshav dub tib si.**

## Kev Lim Ntshav

Txoj kev lim ntshav yog txoj kev tshem cov khoom liam sij thiab dej tawm ntawm koj cov ntshav.

Cov neeg feem coob uas mob raum thaum kawg li no yuav tsum mus lim ntshav, thiab ib txhia neeg uas tab tom tos yuav hloov lub raum yuav lim ntshav thiab.

Tseem ceeb heev kom koj tsis txhob pib lim ntshav thaum koj tseem muaj ib txoj yas IV. Qhov no yuav pab kom koj tsis tshua muaj feem raug kab mob. Qhov no txhais tau hais tias tej zaum yuav tsum tso ib txoj hlab ntshav loj uas lawv hu ua ib txoj shunt rau hauv koj txhais caj npab ntau lub hlis ua ntej koj yuav pib mus lim ntshav. Nov yog ib yam uas koj yuav tau nrog koj tus kws kho mob raum tham txog.

Muaj tau ob txoj kev lim ntshav:

- lim ntshav
- lim khoom liam sij ntawm lub plab.

# Tej Kev Xaiv Rau Kev Kho Mob (txuas ntxiv mus)

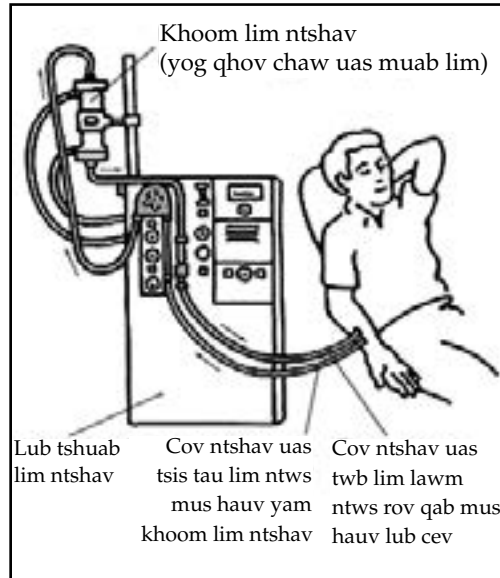
## Kev Lim Ntshav

Kev lim ntshav yog qhov uas lawv tshem cov ntshav tawm ntawm koj lub cev, es xa mus dhau plaws ib lub tshuab lim thiab mam li xa cov ntshav rov qab mus rau hauv koj lub cev. Feem ntau yuav siv li 3 mus rau 5 xuab moos thiab yuav ua li no 3 zaug tauj ib lim piam.

Txoj kev puaj phais tshaj plaws rau kev lim ntshav yog kom muaj ib txoj hlab ntshav loj rau hauv koj txhais caj npab ntau lub hlis ua ntej koj yuav pib mus lim ntshav.

Yog tias lawv tsis tso txoj hlab ntshav loj hauv koj txhais caj npab ua ntej koj pib mus lim ntshav, ces tej zaum lawv yuav tau tso ib txoj yas IV rau koj.

Ua tau txoj kev lim ntshav no tom tsev los sis hauv ib qho chaw lim ntshav los sis tsev kuaj mob.



Tau qhov twg los: National Institute of Health

**Muaj ib lub tshuab uas lim tej khoom liam sij tawm ntawm koj cov ntshav thiab xa cov ntshav huv rov qab mus hauv koj lub cev. Lub tshuab lim ntshav no muaj ib co tshuaj uas ntxuav koj cov ntshav thiab ua kom txhua yam yuav sib npaug zoo.**

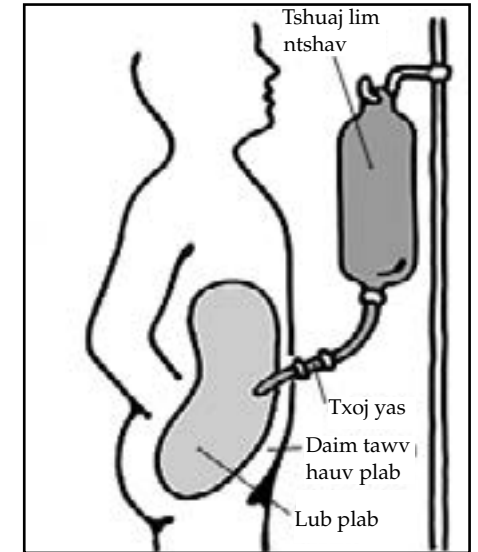
## Lim Khoom Liam Sij ntawm Plab

Kev lim khoom liam sij ntawm plab yog txoj kev tshem cov khoom liam sij thiab dej tawm tsis tas muaj ib lub tshuab.

Kev lim khoom liam sij ntawm lub plab siv sab hauv koj lub plab (plab mog) kom lim koj cov ntshav sab hauv koj lub cev. Tus kws kho mob yuav tso ib txoj yas muag muag sab hauv koj lub plab mog ob peb lim piam ua ntej koj pib txais kev kho mob no.

Yuav tsum ua txoj kev lim khoom liam sij ntawm lub plab txhua txhua hnuv. Koj muaj cuab kav ua li no tom tsev. Cov neeg mob feem coob ua kev lim khoom liam sij ntawm plab thaum yav tsaus ntuj, thaum lawv pw tsaug zog. Ua li no koj thiaj muaj kev ywj siab ua koj tej hauj lwm thaum nruab hnuv.

Coob tug kws kho mob raum yuav hais kom tso ib txoj hlab ntshav loj ntawm koj txhais caj npab tab txawm koj xaiv los ua kev lim khoom liam sij ntawm plab li no.



Tau qhov twg los: National Institute of Health

**Txoj kev tshem thiab ntxiv li no yuav siv li 30 mus rau 40 na this.**

# Tej Kev Xaiv Rau Kev Kho Mob (txuas ntxiv mus)

## Kev Tu Mob Kom Xis Nyob

Kev tu mob kom xis nyob no yog rau leej twg uas muaj ib yam kab mob loj. Koj txais tau kev tu mob kom xis nyob thaum koj tseem mus lim ntshav. Qhov no pab kho koj tej kev mob thiab teeb meem ntawm sab paj hlwb thiab sab ntsuj plig. Cov neeg hauv koj pawg neeg kho mob yuav pab koj ua tej no:

- ua tej kev xaiv rau nyiaj txiag
- nrhiav tej kev pab hauv koog zej zog
- npaj ib daim ntawv uas qhia seb xav tau kev kho mob zoo li cas.

Tej zaum kev tu mob kom xis nyob yuav pab kom koj tsis tas pw hauv lub tsev kho mob ntau npaud thiab tej zaum yuav ua rau koj tsis tshua mus txais kev kho mob hauv Chav Kho Mob Thaum Muaj Xwm Txheej.

Feem ntau cov tsev isalas yuav duav tej kev pab tu mob kom xis nyob, nov kuj hais txog Medicare, Medicaid thiab lwm cov tsev isalas.

## Kev Tu Mob Thaum Yuav Tas Sim Neej

Ib txhia neeg tsis tsis xav hloov lub raum los sis lim ntshav. Tej zaum kev lim ntshav yuav tsis ua rau tus neeg mob kom nyob zoo me ntsis. Tej zaum koj tus kws kho mob raum yuav nrog koj tham seb kev tu mob thaum yuav tas sim neej puas yuav zoo rau koj.

Kev tu mob thaum yuav tas sim neej pab kom koj yuav xis nyob thiab muaj lub neej zoo thaum kho koj tej teeb meem ntawm sab cev nqaj daim tawv, sab paj hlwb thiab sab ntsuj plig.

Lawv sim pab kom yus xis nyob thiab muaj lub neej zoo npaum li yus muaj tau lub sij hawm no.

Koj thiab cov neeg uas pab tu koj yuav muaj kev thaj yeeb nyab xeeb thaum paub hais tias yus txais tau kev pab kho mob thaum yuav tas sim neej hauv lwm qhov chaw sab nraum lub tsev kho mob.

# Muab Tej Kev Kuaj No Sib Piv

	Hloov lub Raum	Kev Lim Ntshav
<b>Teem caij</b> — <i>Kuv teem caij yuav tau kev kho mob thaum twg?</i> — <i>Yuav ua txoj kev kho mob rau qhov twg?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj tseem yuav tau ib sij mus ntsib koj tus kws kho mob (ntau zaus hauv ib xyoos) tom qab koj hloov lub raum.</li> <li>■ Koj yuav tsum mus hloov lub raum hauv ib lub tsev kho mob los sis qhov chaw hloov lub raum.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav tau mus txais kev kho mob 3 zaug txhua lim piam uas kav ntev li 3 mus rau 5 xyoos.</li> <li>■ Tej zaum koj yuav lim ntshav tom tsev los sis hauv ib qho chaw lim ntshav.</li> </ul>
<b>Kev lav ris</b> — <i>Kuv muaj kev lav ris ua dab tsi rau kev kho mob no?</i> — <i>Kuv pawg neeg kho mob muaj kev lav ris ua dab tsi rau kev kho mob no?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav tau noj tshuaj txhua txhua hnuv tom qab koj hloov lub raum.</li> <li>■ Tom qab kev hloov raum koj yuav xav tau:               <ul style="list-style-type: none"> <li>— kev pab mus ntsib thiab los tsev tom qab txais kev kho mob</li> <li>— ib tug neeg pab koj zoo mob zoo nkees thaum koj los tsev.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav tsum muaj ib txoj hlab ntshav loj tso rau hauv koj txhais caj npab ua ntej koj pib txais kev kho mob.</li> <li>■ Tej zaum ib tug nais maum yuav pab koj los sis yuav tsum kawm ua txoj kev lim ntshav rau koj tus kheej.</li> </ul>
<b>Txais Kev Kho Mob</b> — <i>Kuv yuav pib tau kev kho mob thaum twg?</i> — <i>Kuv lub tsev isalas puas yuav duav txoj kev kho mob no?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav hloov tau lub raum yog tias koj tsim nyog tau.</li> <li>■ Tej zaum koj yuav tau tos li 5 mus rau 7 xyoos mam li nrhiav tau neeg pub rau koj.</li> <li>■ Hu koj lub tsev isalas seb lawv kam duav tej yam dab tsi thiab nug seb koj tau lav them tej nqi twg.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav pib txais kev kho mob tas sim ntawd.</li> <li>■ Hu koj lub tsev isalas seb lawv kam duav tej yam dab tsi thiab nug seb koj tau lav them tej nqi twg.</li> </ul>
<b>Tej Kev Xwm Txheej</b> — <i>Puas muaj tej kev phiv?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Tej zaum yuav muaj tej kev phiv no:               <ul style="list-style-type: none"> <li>— muab lub raum tshiab xyeej pov tseg</li> <li>— raug kab mob</li> <li>— ntshav siab</li> <li>— piam thaj hauv ntshav siab heev.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Tej zaum yuav muaj tej kev phiv no:               <ul style="list-style-type: none"> <li>— los ntshav</li> <li>— dias taub hau</li> <li>— raug kab mob</li> <li>— ntshav qis heev tu leeg.</li> </ul> </li> </ul>

# Muab Tej Kev Kuaj No Sib Piv (txuas ntxiv mus)

	Lim Khoom Liam Sij ntawm Plab	Kev Tu Mob Kom Xis Nyob	Kev Tu Mob Thaum Yuav Tas Sim Neej
<b>Teem caij</b> — <i>Kuv teem caij yuav tau kev kho mob thaum twg?</i> — <i>Yuav ua txoj kev kho mob rau qhov twg?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav tau txais 6 txoj kev pauv tauj ib hnub los sis 3 mus rau 5 txoj kev pauv thaum hmo ntuj.</li> <li>■ Koj yuav tsum ua tej kev pauv no hauv ib qho chaw uas huv.</li> </ul>	Koj yuav tau kev kho mob tom tsev, hauv lub tsev kuaj mob, tsev kho mob los sis lwm qhov chaw tu mob.	Koj yuav tau kev kho mob tom tsev los sis hauv lwm qhov chaw tu mob.
<b>Kev lav ris</b> — <i>Kuv muaj kev lav ris ua dab tsi rau kev kho mob no?</i> — <i>Kuv pawg neeg kho mob muaj kev lav ris ua dab tsi rau kev kho mob no?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav tau mus kawm ob peb zaug koj thiaj yuav paub ua ib txoj kev pauv no rau koj tus kheej.</li> <li>■ Koj yuav tsum muaj ib qho chaw ntim cov hnab lim kua no.</li> </ul>	Cov neeg hauv koj pawg neeg kho mob yuav pab koj ntaus tswv yim rau kev kho mob uas cia koj muaj kev ywj siab ntau npaum li muaj tau.	Cov neeg hauv koj pawg neeg kho mob yuav pab kho koj tej teeb meem ntawm sab cev nqaij daim tawv, sab paj hlwb thiab sab ntsuj plig.
<b>Txais Kev Kho Mob</b> — <i>Kuv yuav pib tau kev kho mob thaum twg?</i> — <i>Kuv lub tsev isalas puas yuav duav txoj kev kho mob no?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav pib txais kev kho mob tas sim ntawd.</li> <li>■ Hu koj lub tsev isalas seb lawv kam duav tej yam dab tsi thiab nug seb koj tau lav them tej nqi twg.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav ua neej nyob li 2 xyoos los sis tsawg tshaj ntawd.</li> <li>■ Hu koj lub tsev isalas seb lawv kam duav tej yam dab tsi thiab nug seb koj tau lav them tej nqi twg.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Koj yuav ua neej nyob li 6 lub hli los sis tsawg tshaj ntawd.</li> <li>■ Koj yuav pib txais kev kho mob tas sim ntawd.</li> <li>■ Hu koj lub tsev isalas seb lawv kam duav tej yam dab tsi thiab nug seb koj tau lav them tej nqi twg.</li> </ul>
<b>Tej Kev Xwm Txheej</b> — <i>Puas muaj tej kev phiv?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Tej zaum yuav muaj tej kev phiv no:               <ul style="list-style-type: none"> <li>— raug kab mob</li> <li>— dias taub hau</li> <li>— ntshav qis heev</li> <li>— tu leeg.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kev tu mob kom xis nyob yuav pab kom koj tsis tshua mus rau lub tsev kho mob.</li> <li>■ Koj tseem muaj cai txais kev kho mob es hloov lub raum thiab lim ntshav.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Kev tu mob thaum yuav tas sim neej yuav pab kom koj xis nyob thiab muaj lub neej zoo npaum li zoo tau.</li> <li>■ Koj yuav tsis muaj cai tau kev lim ntshav lawm.</li> </ul>

# Kuv Nyiam Li Cas

Lus nug	Kuv Tej Kev Xav
Thaum koj xav txog tej kev muaj feem raug xwm txheej, koj muaj tej kev ntshai los sis kev txhawb xeeb li cas?	
Thaum xav txog koj tej kev xaiv, koj muaj kev cia siab thiab cov hom phiaj zoo li cas?	
Koj puas to taub zoo txog tej kev pab thiab tej kev xwm txheej rau txhua txoj kev kho mob ntawd? Dab tsi tseem ceeb tshaj rau koj?	
Lub sij hawm no, thaum xav txog tej kev xaiv no, koj xav tias qhov twg thiaj yuav pab tau koj tej hom phiaj rau kev kho mob?	
Puas muaj ib yam dab tsi uas yuav thaiv koj kev tsis pub ua li no?	
Koj puas xav tias koj tau kev txhawb pab thiab xov xwm ntau txaus?	

## Tas Sim No Kuv Nyiam Ua Li Cas

- hloov raum
- lim ntshav
- lim khoom liam sij ntawm plab
- kev tu mob kom xis nyob
- kev tu mob thaum yuav tas sim neej



# Yuav Ua Lwm Yam

## Tej Lus Nug rau Koj Tus Kws Kho Mob

1. Txoj kev kho mob twg thiaj zoo tshaj rau kuv?
2. Kuv yuav ua li cas thiaj paub tias kuv twb npaj tawm ntawm lub tsev kho mob?
3. Kuv puas xav tau kev pab teem caij, caij tsheb thiab them cov nqi kho mob?
4. Kuv yuav tau kev pab ntau npaum li cas thaum ua qhov uas kuv xav ua?
5. Tej qhov chaw twg muab qhov uas kuv xav ua?
6. Kuv yuav tsum xyuas seb muaj tej chij liab twg vim muaj tau xwm txheej?
7. Tej qhov chaw ntawd puas muab kev kho mob txawv dua lwm cov?
8. Tej qhov chaw ntawd puas saib xyuas tej kev kho mob txawv dua lwm cov?
9. Kuv yuav xav tau kev qoj tes taw li cas?
10. Tom ntej kuv yuav ua dab tsi?

11. Lwm cov lus nug thiab lus cim? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# Yuav Ua Lwm Yam

## Cov Lus Nug rau Koj Tsev Isalas

Tseem ceeb heev kom koj to taub koj yuav txais kev pab kho mob li cas thaum koj txiav txim txog kev kho mob no.

Hu koj lub tsev isalas thiab nug seb lawv kam duav thiab tsis kam duav tej kev kuaj xyuas twg, thiab koj yuav tau lav them tej nqi dab tsi. Nrhiav tus naj npawb xov tooj hauv koj daim npav ua mej zeej.

1. Yuav duav tej chaw twg?
2. Puas muaj tej chaw uas nyob hauv kuv pawg kho mob no?
3. Puas muaj tej yam los sis tej kev cai rau kuv tej kev kho mob uas kuv yuav tsum ua kom thiaj tau qhov uas kuv xaiv?
4. Yuav duav kev pab qoj tes taw pes tsawg zaus?
5. Yuav duav txoj kev kho mob no ntev npaum li cas?
6. Kuv yuav lav them ntau npaum li cas?
7. Lwm cov lus nug thiab lus cim: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Ntaub Ntawv

- **Allina Health**  
[wellness.allinahealth.org/specialty/241](https://wellness.allinahealth.org/specialty/241)
- **National Kidney Foundation**  
[kidney.org](https://www.kidney.org)

Allina Health complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, gender identity or sex.

Allina Health does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, gender identity or sex.

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-877-506-4595.

Spanish: ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-877-506-4595.

Hmong: LUS CEEV: Yog tias koj hais lus Hmoob, cov kev pab txog lus, muaj kev pab dawb rau koj. Hu rau 1-877-506-4595.



[allinahealth.org](http://allinahealth.org)