

نظام تصنيف الخطورة للصيام حسب حالة الكلى

طوّر الخبراء العالميون نظام تصنيف علمي لتقييم درجة خطورة الصيام على مرضى الكلى (مبادرة RaK)[2][1]. هذا التصنيف يساعد الأطباء والمرضى على اتخاذ قرار مدروس بناءً على الأدلة العلمية.

المرضى ذوو الخطورة المنخفضة (يمكنهم الصيام بأمان مع المتابعة)

الحالة	المعايير
القصور الكلوي المزمن المراحل 1-2	eGFR أكثر من 60 مل/دقيقة وظائف الكلى مستقرة لا يوجد بروتين في البول أو بكميات قليلة جدًا
الالتهابات الكبدية المستقرة	المرض تحت السيطرة بالعلاج لا توجد نوبات حادة حديثة

جدول 1: معايير الخطورة المنخفضة

التوصية: يمكن الصيام مع المتابعة الدورية والالتزام بتعليمات الطبيب.

المرضى ذوو الخطورة المتوسطة (يمكنهم الصيام بحذر ومتابعة دقيقة)

الحالة	المعايير
القصور الكلوي المزمن المرحلة 3	eGFR بين 30-59 مل/دقيقة وظائف الكلى مستقرة خلال الـ 3 أشهر الماضية ضغط الدم منضبط لا توجد أمراض قلب غير مستقرة
زراعة الكلى (بعد السنة الأولى)	مرت أكثر من سنة على عملية الزراعة وظائف الكلية المزروعة مستقرة (eGFR أكثر من 30) لا توجد نوبات رفض حديثة (خلال 6 أشهر) جرعات الأدوية المثبطة للمناعة ثابتة عدم وجود عدوى نشطة
الغسيل الكلوي مع تجربة صيام ناجحة سابقة	مرضى مستقر طبيًا سبق له الصيام بنجاح في رمضان سابق لا توجد مضاعفات خطيرة

جدول 2: معايير الخطورة المتوسطة

التوصية: يمكن الصيام مع فحوصات متكررة (أسبوعيًا على الأقل) ومراقبة دقيقة للأعراض.

المرضى ذوو الخطورة العالية (يُنصح بعدم الصيام)

الحالة	المعايير
القصور الكلوي المراحل 4-5	eGFR أقل من 30 مل/دقيقة احتمالية عالية لحدوث إصابة كلوية حادة قد يحتاج للغسيل الكلوي قريبًا
الغسيل الكلوي (الدموي أو البريتوني)	مرضى لم يسبق لهم الصيام وجود أمراض مصاحبة متعددة صعوبة ضبط السوائل والأملاح
أمراض قلب وأوعية غير مستقرة	ذبحة صدرية غير مستقرة فشل قلبي حاد احتياج لدخول المستشفى مؤخرًا
ارتفاع ضغط دم غير منضبط	ضغط دم أكثر من 160/100 رغم العلاج يحتاج لعدة أدوية خلال النهار
سكري غير منضبط مع مرض كلوي	HbA1c أكثر من 9% نوبات نقص سكر متكررة

جدول 3: معايير الخطورة العالية

التوصية: يُنصح بشدة بعدم الصيام. إذا أصر المريض، يجب متابعة يومية أو كل 2-3 أيام.

موانع الصيام المطلقة (يجب عدم الصيام)

موانع الصيام المطلقة
السنة الأولى بعد زراعة الكلى (خاصة أول 3-6 أشهر)
نوبة رفض حاد جارية للكلية المزروعة
إصابة كلوية حادة (Acute Kidney Injury)
وظائف الكلى غير مستقرة أو متدهورة بسرعة
عدوى نشطة (فيروس BK، التهابات بكتيرية، فطريات)

دخول المستشفى مؤخرًا بسبب مشاكل في الكلى
جفاف شديد أو اضطرابات خطيرة في الأملاح
الحمل مع أي مرض كلوي
المريض الواهن (Frail) أو كبير السن غير القادر على تحمل الصيام
مرض كلوي مع مرض كبد شديد (تليف كبدي Child-Pugh C)
الطقس الحار الشديد مع عمل بدني شاق
التهابات كبدية نشطة غير مستقرة (نوبات حادة متكررة)

جدول 4: موانع الصيام المطلقة

التوصية: الصيام خطر على الحياة والصحة. يجب الإفطار شرعًا وطبًا.