

Preparing Dialysis Patients for Coronavirus

Most Important:

- Continue to come to dialysis. It is essential you do NOT miss your treatment. Your Satellite team will continue to take care of you.
- If you have a sore throat, cough, fever, or find it hard to breathe, call or tell your care team right away.
- When not at your treatment, stay home and 6 feet away from others as much as possible.

Kidney-friendly Foods For Your Pantry

Here is a list of groceries to have on hand to avoid getting sick if an outbreak happens in your area. Try grocery delivery so you do not have to go out in public.

Canned fruits

(1/2 cup serving, limit to 2-3 servings per day)

- Applesauce
- Fruit cocktail, peaches, or pears
- Pineapple or mandarin oranges

Juices

Cranberry, apple, or grape
Lemonade, limeade,
or fruit punch

Shelf-stable milk or milk alternative

(limit 1/2 cup per day)

Canned vegetables with no salt added

(1/2 cup serving, limit to 2-3 servings per day)

- Green beans, corn, or mixed vegetables
- Bamboo shoots or water chestnuts

Low-sodium proteins

(1/2 cup serving, limit to 2-3 servings)

- Canned tuna, salmon, turkey or chicken
- Shelf-stable tofu
- No-salt added canned beans (1/4 cup serving)
- Unsalted nut butter (1 tablespoon serving)

Fats

(1 teaspoon serving, 6 or more servings per)

- Unsalted butter or margarine
- Olive oil, canola oil, or mayonnaise

Sweets

- Animal crackers or vanilla wafers
- Hard candies or jelly beans
- Honey, jam, jelly, or sugar

Grains

(limit 2-4 servings per day)

- White or sourdough bread
- Rice, corn, or oat cereal (1 cup serving)
- Cream of rice or wheat; oats; grits (1/2 cup serving)
- Pasta or rice (1/2 cup serving)
- Unsalted crackers

Keep Yourself Healthy:

- Come to dialysis appointments
- Follow your dialysis diet
- Take your medications
- Wash your hands
- Stay home except for medical appointments

Preparación de los pacientes que reciben diálisis para el brote de coronavirus

Lo más importante:

- Siga acudiendo a su centro de diálisis. Es esencial que NO falte a su tratamiento. Su equipo de Satellite seguirá atendiéndolo.
- Si tiene dolor de garganta, tos, fiebre o dificultad para respirar, llame o dígaselo de inmediato a su equipo de atención médica.
- Cuando no esté recibiendo su tratamiento, permanezca en la casa y cuando sea posible a 6 pies de distancia de otras personas.

Alimentos sanos para su riñón

La siguiente es una lista de alimentos que se recomienda tener en casa para evitar enfermarse si se produce un brote en su área. Procure que le lleven la compra a la casa para no tener que salir a lugares públicos.

Fruta enlatada

(porción de 1/2 taza, máximo 2 o 3 porciones al día)

- Compota de manzana
- Ensalada de fruta, duraznos o peras
- Piña o mandarinas

Jugos

De arándanos, manzana o uva
Limonada de limón o lima o ponche de frutas

Leche o sustitutos de leche que no requieran refrigeración

(no tomar más de 1/2 taza al día)

Verdura enlatada sin sal agregada

(porción de 1/2 taza, máximo 2 o 3 porciones al día)

- Ejotes, maíz o mezcla de verduras
- Brotes de bambú o castañas de agua

Alimentos proteínicos con poco sodio

(porción de 1/2 taza, máximo 2 o 3 porciones al día)

- Atún, salmón, pavo o pollo enlatados
- Tofu que no requiera refrigeración
- Frijoles enlatados sin sal agregada (porción de 1/4 de taza)
- Mantequilla de frutos de cáscara rígida, sin sal (porción de 1 cucharada)

Grasas

(porción de 1 cucharadita, al menos 6 porciones al día)

- Mantequilla o margarina sin sal
- Aceite de oliva, aceite de canola o mayonesa

Dulces

- Galletas de animalitos o de vainilla
- Dulces duros o jelly beans
- Miel, mermelada, jalea o azúcar

Cereales

(máximo 2 a 4 porciones al día)

- Pan blanco o de masa agria
- Cereal de arroz, maíz o avena (porción de 1 taza)
- Crema de arroz o trigo; avena; sémola (porción de 1/2 taza)
- Pasta o arroz (porción de 1/2 taza)
- Galletas de soda sin sal

Manténgase saludable:

- Acuda a sus citas de diálisis
- Siga su dieta como paciente de diálisis
- Tome sus medicamentos
- Lávese las manos
- Permanezca en la casa salvo para acudir a sus citas médicas