



دیابت، شایع‌ترین علت نارسایی کلیه

فوق تخصص کلیه با تاکید بر این که دیابت، شایع‌ترین علت نارسایی کلیه است، گفت: مصرف خودسرانه مکمل‌های ورزشی امکان ابتلا به بیماری‌های کلیوی را افزایش می‌دهد.

فوق تخصص کلیه با تاکید بر این که دیابت، شایع‌ترین علت نارسایی کلیه است، گفت: مصرف خودسرانه مکمل‌های ورزشی امکان ابتلا به بیماری‌های کلیوی را افزایش می‌دهد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از رادیو سلامت، دکتر ارکانی فوق تخصص کلیه، با بیان این مطلب افزود: بیماری کلیه به صورت خاموش پیشروی می‌کند تا در مرحله نهایی، درمان جایگزین می‌شود. در واقع بیماری کلیه تجمع مواد سمی در بدن را به دنبال دارد که با دیالیز یاد برای دفع این مواد اقدام شود.

ارکانی ادامه داد: قطعا مصرف غذاهای سالم، تنظیم فشار خون، پرهیز از استفاده هورمون‌ها و مکمل‌های ورزشی که متاسفانه این روزها در سالن‌های ورزشی مد شده است، می‌تواند در حفظ سلامت کلیه‌ها موثر باشد.

وی در پاسخ به سوالی مبنی بر این که عوامل خطر سلامت کلیه کدامند، اظهار داشت: شایع‌ترین علت نارسایی کلیه، دیابت است و در درجه بعد می‌توان به چربی و فشار خون، اضافه وزن، اسید اوریک بالا، سنگ کلیه‌های مکرر اشاره داشت.

ارکانی در رابطه با ارزیابی سلامت کلیه‌ها گفت: اندازه‌گیری فشار خون هر 6 ماه تا یک‌سال یک بار، انجام آزمایش ادرار در افراد با ریسک بالا برای سنجش پروتئین در ادرار که نشان دهنده تحت فشار بودن کلیه‌ها است را می‌توان مورد توجه قرار داد.

این فوق تخصص کلیه در توضیح درمان بیماری بیان داشت: در صورتی که فرد در مرحله 1 و 2 و 3 بیماری باشد، درمان با کاهش فشار خون و رژیم غذایی مناسب امکان‌پذیر است. در مراحل بعدی، تجویز داروهای خون ساز و استخوان ساز ممکن است لازم شود.

مصرف زیاد آب، محدودیت مصرف نمک و رژیم غذایی خاص، راهکارهایی است که اردکانی در پیشگیری از ایجاد سنگ کلیه مورد تاکید قرار داد و گفت: البته داروهای تجاری زیادی در بازار وجود دارد که تاثیر یا عدم فایده آن هنوز مشخص نشده است.

وی در ادامه با اشاره به این که درد کلیه، تب و لرز از نشانه‌های حاد عفونت کلیه‌ها می‌باشد، سوزش و بند آمدن ادرار را از نشانه‌های عفونت متانه برشمرد.

این فوق تخصص کلیه در پایان خاطرنشان کرد: مصرف خوسرانه آنتی بیوتیک‌ها و مسکن‌ها ممنوع است. به عنوان مثال کسی که برای رفع کمردرد یا آرتروز، خودسرانه مسکن مصرف می‌کند، ممکن است دچار آسیب کلیه و یا حتی نیازمند دیالیز شود.