

نارسایی کلیه در خفا جان می گیرد!

معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، روند افزایش بیماران کلیوی و افراد نیازمند به دیالیز در کشور را نگران کننده ذکر کرد و گفت: در صورت ادامه این وضعیت طی 10 سال آینده، باید حدود یک سوم تخت‌های بیمارستانی به دیالیزی‌ها اختصاص یابد.



معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، روند افزایش بیماران کلیوی و افراد نیازمند به دیالیز در کشور را نگران کننده ذکر کرد و گفت: در صورت ادامه این وضعیت طی 10 سال آینده، باید حدود یک سوم تخت‌های بیمارستانی به دیالیزی‌ها اختصاص یابد.

تنها با کمی تامل به گفته این مقام مسئول وزارت بهداشت، عمق فاجعه را درک خواهید کرد؛ این در حالی است که تنها با دادن یک آزمایش خون ساده و انجام هر 6 ماه یکبار سونوگرافی می‌توان از بروز این بیماری در دناک و کشنده پیشگیری کرد.

یکی از بیماری‌هایی که افراد بسیاری در نقاط مختلف جهان با آن دست و پنجه نرم می‌کنند، «بیماری کلیوی» است. افراد از زمان بروز این بیماری، باید به‌طور مرتب و مداوم تحت درمان قرار بگیرند و آن‌گاه که دیگر هیچ دارویی برای آن کارگر نیفتد، پیوند کلیه تنها گزینه باقی مانده برای ادامه حیات پیش روی آنان قرار می‌گیرد. آری، مرگ و زندگی فرد، تنها بستگی به عضوی به نام «کلیه» دارد در حالی که با یک آزمایش خون به راحتی می‌توان مسیر زندگی خود را قبل از گرفتار شدن در چنگال دیالیز تغییر داد.

نرخ مرگ و میر سالانه بیماران دیالیزی در کشورهای پیشرفته بالای 20 درصد است، در حالی که این رقم در ایران کمتر از 16 درصد است که دلیل اصلی آن، بالا بودن سن گیرندگان دیالیز در آن کشورهاست. همچنین در کشور ما بقای 3 ساله پیوند کلیه 85 درصد است و بقای یک ساله پیوند، 92 درصد. از سوی دیگر در ایران رقم پیوند کلیه 24 مورد به ازای هر یک میلیون نفر است که این رقم در کشورهای در حال توسعه 1 تا 5 مورد و در کشورهای پیشرفته 20 تا 40 مورد است و علت اصلی بالا بودن آمار ایران در زمینه پیوند کلیه، مجاز بودن پیوند از فرد زنده است که 80 درصد را شامل می‌شود در حالی که در کشورهای دیگر جایز نیست.

علائم هشداردهنده

افراد در مراحل اولیه ابتلا به بیماری کلیوی به هیچ‌وجه احساس مریضی نمی‌کنند. چنانچه وضعیت بیماری آنها وخیم‌تر شود، باید بیش از همیشه ادرار کنند. آنها ممکن است احساس خستگی بکنند. شاید اشتهای خود را از دست بدهند و دچار استفراغ و التهاب در شکم شوند. دست و پاهایشان امکان ورم یا بی‌حسی دارد. ممکن است احساس خواب‌آلودگی کنند یا تمرکز برایشان مشکل شود. بیماران کلیوی پوستشان تیره شده و ماهیچه‌هایشان منقبض می‌شوند.

دکتر سیمین وحیدی، دارای برد تخصصی کلیه و مجاری ادراری در گفت‌وگو با همشهری اظهار داشت: در تمامی افراد و در همه سنین انجام سونوگرافی هر 6 ماه یکبار با مثانه پر و خالی ضروری است که با مراجعه به یک پزشک عمومی و انجام یک آزمایش ادرار ساده می‌توان این غربالگری را انجام داد که در صورت مشاهده موردی مشکوک، بیمار به متخصص مجاری ادرار و کلیه ارجاع داده می‌شود تا بدین طریق از بروز بیماری‌های خطرناک در آینده جلوگیری شود و همچنین مانع از آسیب‌های جدی به کلیه‌ها شد.

به گفته وی، علامت‌های هشداردهنده ابتلا به بیمار کلیوی عبارتند از: تورم در اطراف چشم‌ها، درد در قسمت پهلوها و زیر دنده‌ها، بالا بودن فشار خون و تکرار ادرار مخصوصاً در شب. اکثر بیماران دیالیزی به علت عدم‌آشنایی با علائم و نشانه‌های بیماری کلیه و عدم‌درمان بموقع، متحمل رنج و به‌وجود آمدن عوارض روانی و اجتماعی می‌شوند. کنترل به‌موقع فشار خون، متعادل نگه داشتن وزن بدن، پرهیز از خوردن غذاهای مانده، پرچرب و پرنمک و خودداری کردن از مصرف هرگونه دارو بدون تجویز پزشک باعث جلوگیری و پیشگیری از بیماری کلیه می‌شود.

کلیه‌ها، ماشین‌های تخصصی تصفیه‌اند، بیشتر بیماری‌های کلیوی به نفرون‌ها، بخش‌های کوچک تصفیه‌کننده در کلیه‌ها، حمله می‌کنند و قدرت تصفیه را از آنها سلب می‌کند. ویژگی نفرون‌ها این است که در نتیجه جراحی یا مسمومیت به سرعت آسیب می‌بینند. حال آنکه بیشتر بیماری‌های کلیوی، نفرون‌ها را به آرامی و در سکوت از بین می‌برند و پس از سال‌ها و حتی دهه‌ها خود را آشکار می‌کنند، در حالی که در هر 2 کلیه پیش رفته‌اند. دیابت و فشار خون بالا، 2 دلیل عمده و شایع بیماری‌های کلیوی هستند، پس اگر در خانواده فردی پیشینه مشکلات کلیوی داشته باشد، ممکن است در معرض خطر بیماری کلیوی قرار گیرد.

بیماری‌های کلیوی موروثی و مادرزادی

برخی بیماری‌های کلیوی ناشی از مسائل ژنتیک است. از طرفی برخی مشکلات کلیوی نیز ممکن است هنگامی بروز کنند که نوزاد هنوز در رحم مادر است. به هر روی از نخستین نشانه‌های مشکل کلیوی می‌تواند فشار خون بالا، کمبود گلبول قرمز خون و وجود خون یا پروتئین در ادرار باشد. دیگر دلایل ابتلا به بیماری‌های کلیوی (مسموم شدن و جراحی) هم می‌توانند منجر به بیماری کلیوی شوند. برخی از داروهایی که به راحتی در دسترس قرار دارند، اگر به‌طور مداوم برای مدت طولانی استفاده شوند، می‌توانند برای کلیه‌ها مضر باشند. موادی که آسپرین، استامینوفن و دیگر داروها، چون ایبوپروفن را در خود دارند، خطرناک‌ترین عامل بیماری برای کلیه‌ها به شمار می‌روند و استفاده مداوم از آرامبخش‌ها به کلیه‌ها آسیب جدی می‌رساند.

از کارافتادگی آنی کلیه

وقفه‌های ناگهانی در کارکرد کلیه را $\#171$ ؛ از کار افتادگی آنی کلیه» می‌گویند که تصادف، از دست دادن مقدار زیادی خون یا برخی داروها یا سموم، نمونه‌هایی از علت‌های مبتلا به آن است. این نوع بیماری می‌تواند در بلندمدت به از کار افتادگی کامل کلیه ختم شود.

بیشتر مشکلات کلیوی به آرامی رخ می‌دهند و ممکن است فرد برای سال‌ها مبتلا به بیماری کلیوی خاموش باشد. از کار افتادن تدریجی کلیه بیماری کلیوی مزمن (CKD) یا نارسایی مزمن کلیوی شناخته می‌شود و افرادی که مبتلا به آن هستند، ممکن است دچار از کارافتادگی کلیوی دائم شوند. در این نوع بیماری کلیه، درصد بالایی از خطر مرگ بر اثر سکته یا حمله قلبی پیش‌بینی می‌شود.

مشکل دیگری که ممکن است با از کار افتادگی کلیوی در جریان باشد خوردن زیاد کلسترول است که از رژیم‌های غذایی و پرچرب ناشی می‌شود. کلسترول می‌تواند در جداره رگ‌ها انباشته شود و گردش خون در آنها را دشوارتر کند و منجر به حمله و سکته قلبی شود. سیگار کشیدن، نه تنها خطر بیماری کلیوی را افزایش می‌دهد، بلکه به مرگ‌های ناشی از سکته قلبی افراد مبتلا به بیماری کلیوی مزمن دامن می‌زند.

کم خونی وضعیتی است که در آن خون فاقد گلبول‌های قرمز کافی است. این گلبول‌ها از آنجا که حامل اکسیژن در سر تا سر بدن‌اند، مهم هستند.

اگر فردی مبتلا به کم خونی باشد، احساس خستگی می‌کند و رنگ پریده است، کلیه‌های سالم هورمون اریتروپویتین را ترشح می‌کنند که استخوان را در ساخت گلبول‌های قرمز خون فعال می‌کند. کلیه‌های بیمار ممکن است نتوانند این هورمون را به اندازه کافی ترشح کنند که در این صورت نیاز به تزریق نوع انسان‌ساز آن است.

متأسفانه بیماری کلیوی مزمن اغلب قابل درمان نیست، اما اگر فرد در مراحل ابتدایی بیماری کلیوی باشد، ممکن است بتواند با انجام کارهایی خاص، کاری کند که کلیه‌هایش برای مدت بیشتری دوام بیاورند. اگر فردی مبتلا به دیابت است باید به دقت مراقب گلوکز خون خود باشد تا آن را تحت کنترل داشته باشد. از قرص‌های آرامبخش که می‌توانند بیماری کلیوی فرد را بدتر کنند، پرهیزد. افرادی که دچار نارسایی کلیوی هستند، باید فشار خون خود را کنترل کنند. افراد دچار نارسایی کلیوی باید بدانند که بخشی از رژیم غذایی معمولی آنها ممکن است به از کار افتادگی کلیه‌های آنها سرعت بخشد.