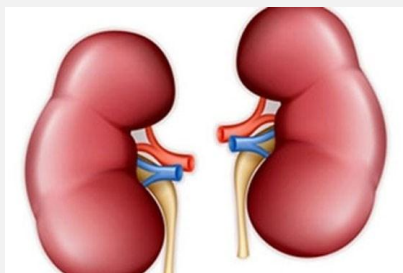


## نشانه‌هایی که از بروز مشکل در کلیه حکایت دارند

افراد بسیاری در نقاط مختلف جهان با بیماری کلیه به زندگی خود ادامه می‌دهند. این در شرایطی است که بسیاری از این افراد ممکن است حتی آگاه نباشند که به این بیماری مبتلا هستند.



افراد بسیاری در نقاط مختلف جهان با بیماری کلیه به زندگی خود ادامه می‌دهند. این در شرایطی است که بسیاری از این افراد ممکن است حتی آگاه نباشند که به این بیماری مبتلا هستند.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از "ریدرز دایجست"، کلیه‌ها به عنوان تصفیه‌خانه‌های بدن نقشی کلیدی در خروج مواد زائد و سمی ایفا می‌کنند. در ادامه با برخی نشانه‌ها که از وجود مشکل در کلیه خبر می‌دهند، بیشتر آشنا می‌شویم.

### راش‌های پوستی غیر معمول یا خارش

عملکرد درست کلیه‌ها به حذف مواد زائد از گردش خون و حفظ تعادل در مواد مغذی و مواد معدنی منجر می‌شود. هر چیزی که در این تعادل اختلال ایجاد کند می‌تواند بر ظاهر و احساس پوست تأثیر گذار باشد. راش‌های پوستی و خارش در نتیجه عملکرد نادرست کلیه‌ها از آن جمله هستند که درمان‌های موضعی نیز ممکن است تأثیر چندانی بر تسکین آنها نداشته باشند.

### طعم فلزی در دهان

افزایش مواد زائد و سموم در جریان خون به واسطه عملکرد نادرست کلیه‌ها می‌تواند به شکل‌گیری طعم فلزی در دهان یا نفس بدبو منجر شود. برخی بیماران از این مساله که مواد غذایی طعمی فلزی یافته‌اند شکایت می‌کنند. برخی دیگر از مصرف گوشت به اندازه‌زمانی که دارای کلیه‌هایی سالم بودند، لذت نمی‌برند.

### تهوع یا استفراغ

افزایش مواد زائد در بدن می‌تواند به شکل‌گیری احساس تهوع یا استفراغ منجر شود. بدن از این طریق قصد دارد سموم اضافی را خارج سازد. حالت تهوع می‌تواند به کاهش اشتها منجر شود، که اگر در بلندمدت ادامه یابد می‌تواند به کاهش وزن غیرطبیعی منجر شود.

### میل غیر ضروری به دفع ادرار

از آنجایی که کلیه‌ها ادرار تولید می‌کنند، گاهی اوقات مراجعه مکرر یا به ندرت به توالت مساله‌ای است که باید توجه ویژه‌ای به آن داشت. برای برخی افراد، بیماری کلیه به شکل‌گیری میل کاذب به دفع ادرار منجر می‌شود، در شرایطی که دیگران مقدار بیش از حد معمول ادرار را گزارش می‌کنند. بسیاری از بیماران به این نکته اشاره دارند که این نیاز غیرطبیعی برای دفع ادرار موجب بیدار شدن آنها از خواب شبانه می‌شود.

### تغییرات در ادرار

افزون بر نیاز بیشتر یا کمتر به دفع ادرار، شما ممکن است تغییراتی در خود ادرار را نیز شاهد باشید. از جمله اختلالات شایع می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

#### مشاهده خون در ادرار

رنگ روشن‌تر یا تیره‌تر؛ زWNJ&تر از حد معمول ادرار

ادرار کف‌آلود یا پر حباب

## تورم در پاها یا صورت

یکی دیگر از عملکردهای کلیه ها حذف مایع اضافی از بدن است. اگر اختلالی در این عملکرد ایجاد شود، تجمع مایع به ویژه در اندام های انتهایی مانند پاها و دست ها موجب شکل گیری تورم می شود.

## خستگی

بدون عملکرد درست کلیه ها برای نظارت بر تعداد گلبول های قرمز خون، افراد مبتلا به بیماری کلیه ممکن است کم خونی خفیف تا شدید را تجربه کنند که اغلب به خستگی مزمن منجر می شود. از دیگر نشانه ها می توان به احساس سرمای غیر منتظره، سرگیجه، یا کمبود نفس اشاره کرد.