



وقتی کلیه ها نارسا می شوند

در نارسایی مزمن کلیه تا زمانی که بخش عمده‌ای از قدرت تصفیه کلیه‌ها از دست نرفته، ممکن است فرد علامتی نداشته باشد. زمانی بیمار دچار علائم آن می‌شود که دیگر کار از کار گذشته است و عملکرد کلیه‌ها به مقدار زیادی مختل شده است.

در نارسایی مزمن کلیه تا زمانی که بخش عمده‌ای از قدرت تصفیه کلیه‌ها از دست نرفته، ممکن است فرد علامتی نداشته باشد. زمانی بیمار دچار علائم آن می‌شود که دیگر کار از کار گذشته است و عملکرد کلیه‌ها به مقدار زیادی مختل شده است.

کلیه‌ها دو عضوی هستند که در طرفین ستون مهره‌ها و در زیر قفسه سینه قرار گرفته اند.

کار اصلی کلیه ها حفظ تعادل شیمیایی بدن است.

آنها مواد زاید و مایع اضافی را از خون تصفیه کرده و به صورت ادرار دفع می‌کنند.

کلیه ها همچنین در کنترل فشارخون و تولید گلبول های قرمز خون نقش دارند.

بیماری های کلیوی شامل طیف وسیعی از بیماری ها از جمله عفونت های دستگاه ادراری، سنگ های کلیه و نارسایی کلیوی است.

انواع نارسایی کلیه

کلیه‌ها به دو صورت عملکرد خود را از دست می‌دهند.

در صورتی که کلیه‌ها به صورت ناگهانی از کار بیافتند به نارسایی حاد مبتلا شده اند، ولی در نارسایی مزمن همانطور که از نام آن پیدا است، عملکرد طبیعی کلیه‌ها به تدریج با اشکال مواجه می‌شود.

علل نارسایی کلیه

امروزه چاقی در بین جوامع بشری شیوع زیادی یافته و در نتیجه موجب شده 10 درصد جمعیت جهان به نوعی دچار مشکلات کلیوی شوند.

دیابت، فشار خون و بیماری‌های گلومری (Glomerular) از علل بروز این بیماری هستند.

به نظر می‌آید هرچه جامعه‌ای رو به سوی چاقی و مسن شدن می‌رود، نارسایی کلیه در آن بیشتر مشهود است.

علائم نارسایی کلیه

کلیه‌ها نمی‌توانند به خوبی آب اضافی و سایر مواد زاید را از خون جذب و از طریق ادرار دفع کنند. بنابراین آب اضافی در بافت‌های بدن تجمع پیدا می‌کند و منجر به ورم اندام‌ها، پف کردن صورت و اطراف چشم‌ها به خصوص هنگام صبح می‌شود.

بیحالی، خواب‌آلودگی و تنگی نفس که در اثر تجمع آب در ریه‌ها به وجود می‌آید، بیمار را آزار می‌دهد.

فشار خون بالا، بوی بد تنفس، خارش پوست، کرحتی و گزگز ساق پا از دیگر علایم نارسایی کلیه است.

تجمع موادی مانند اوره در خون باعث بروز علایمی چون تهوع، استفراغ و علایم عصبی می‌شود.

کلیه‌های ناتوان، قادر به فعال کردن ویتامین D نیستند، در نتیجه کلسیم نیز کمتر جذب بدن شده و در نهایت فرد در معرض خطر پوکی استخوان قرار می‌گیرد.

کم‌خون شدن بیمار که به علت عدم ساخته شدن اریتروپویتین است، از دیگر مشکلات نارسایی کلیه است.

تشخیص نارسایی کلیه توسط پزشک

نارسایی کلیه در اغلب موارد کاملاً بی‌سر و صدا ایجاد می‌شود و به آرامی پیشرفت می‌کند.

در نارسایی مزمن کلیه تا زمانی که بخش عمده‌ای از قدرت تصفیه کلیه‌ها از دست نرفته، ممکن است فرد علامتی نداشته باشد. زمانی بیمار دچار علایم آن می‌شود که دیگر کار از کار گذشته است و عملکرد کلیه‌ها به مقدار زیادی مختل شده است.

بنابراین بهترین اقدام برای مبارزه با این بیماری، مراجعه منظم و دوره‌ای به پزشک است.

بیماران نارسایی مزمن کلیه می‌توانند با مراجعه به موقع به پزشک، روند نارسایی خود را آهسته کنند، ولی گاهی آسیب اولیه بر کلیه وارد می‌شود و مقداری از نسج کلیه از بین می‌رود که طی آن به تدریج قسمت‌های باقیمانده کلیه نیز خراب می‌شوند که اگر پزشک بتواند آسیب اولیه را بیاورد، کمک بزرگی به روند درمان شده و مشکل برطرف می‌شود.

پزشک با انجام یک سری آزمایشات، بروز این بیماری را در مراحل اولیه تشخیص داده و از پیشرفت آن جلوگیری می‌کند. آزمون‌های تشخیصی ممکن است شامل شمارش گلبول‌های سفید و قرمز خون، آزمایش ادرار، نوار قلب، سونوگرافی و نمونه‌برداری از کلیه‌ها باشد.

در نارسایی کلیوی، کلیه فرد سه تا شش ماه خوب کار نکرده و با بررسی‌های آزمایشگاهی مثل اندازه‌گیری اوره، کراتینین خون (ماده نیتروژنی است که در نارسایی کلیه همراه با بسیاری از مواد دیگر افزایش پیدا می‌کند) و سایر روش‌های دقیق، کارایی کلیه مشخص می‌شود.

درمان نارسایی کلیه

مهم‌ترین اقدام در درمان نارسایی کلیه، برطرف کردن عاملی است که موجب بیماری شده است تا باقیمانده بافت سالم کلیه حفظ شود و کلیه‌ها بتوانند کار خود را به خوبی انجام دهند، مثلاً دیابت و فشارخون درمان شود.

در مراحل اولیه نارسایی کلیه ممکن است روش‌های مصنوعی تصفیه خون مانند دیالیز لازم نباشد، اما بیماران باید همواره رژیم مایعات و رژیم غذایی خود را تحت نظر پزشک و متخصص تغذیه رعایت کنند. مصرف نمک، پتاسیم و فسفر کنترل شده و محدود می‌شود.

قابل ذکر است عدم مصرف گوشت و پروتئین روند بیماری را کاهش نمی‌دهد، بلکه باید از این مواد به اندازه مناسب مصرف کرد و عدم استفاده از گوشت و پروتئین‌ها نه تنها عمر بیمار را بیشتر نمی‌کند، بلکه خطر مرگ‌ومیر آنها را به دلیل سوء تغذیه افزایش می‌دهد.

در مراحل پیشرفته و نارسایی حاد کلیه که کلیه‌ها نمی‌توانند عمل تصفیه خون را به خوبی انجام دهند، روش‌های مصنوعی تصفیه خون مانند دیالیز و پیوند کلیه در بیمار کمک کننده است.

افرادی که نیاز به دیالیز پیدا می‌کنند، گروهی‌اند که خطر بیماری قلبی در آنها بسیار شایع است و آن دسته‌ای که در ادرارشان پروتئین باشد، از بیماری قلبی در رنج هستند.

انجام دیالیز در شرایطی که فقط یک‌چهارم از کلیه‌ها باقی مانده‌اند جایز است.

جلوگیری از نارسایی کلیه

- نادیده گرفتن و عدم توجه به درمان کامل یک گلودرد چرکی ساده در کودکان می‌تواند به نارسایی کلیه بیانجامد.
- کنترل قند خون در افراد دیابتی مهمترین اقدام برای پیشگیری از ابتلا به نارسایی کلیه است.
- اگر مبتلا به فشارخون هستید، حتما با پزشک مشورت کنید.
- سنگ‌ها و عفونت‌های ادراری را جدی بگیرید.
- در صورت مشاهده علایمی چون سوزش، تکرر و خونی شدن ادرار یا درد پهلو به پزشک مراجعه کنید.
- پیدایش هر گونه توده در پهلو یا شکم کودک خود را جدی بگیرید.
- بدون نسخه پزشک، دارویی را مصرف نکنید.