

نارسايي مزمن کليه

نارسايي مزمن کليه به ناتواني کليه‌ها در دفع مواد زايد بدن اطلاق مي‌شود. پيشگيري از نارسايي مزمن کليه، اهميت فراواني دارد.



جام جم آنلاين: نارسايي مزمن کليه به ناتواني کليه‌ها در دفع مواد زايد بدن اطلاق مي‌شود. پيشگيري از نارسايي مزمن کليه، اهميت فراواني دارد.

درمان فشارخون و ديابت بهترين راه جلوگيري از نارسايي مزمن کليه است. وقتي مدت طولاني قند و فشار خون فرد بالا باشد، در نهايت منجر به عوارض کليوي مي‌شود.

براي اين که دچار نارسايي مزمن کليه نشويد ابتدا بايد بيماري‌هايي که سبب نارسايي مي‌شود را کنترل کنيد. چاقي يکي از مهم‌ترين علل ايجاد اين بيماري است.

افراد چاقي که فشار خون و ديابت دارند، زودتر دچار نارسايي کليه مي‌شوند. در واقع مي‌توان گفت عامل بروز نارسايي کليه، فشار خون و ديابت است.

همچنين رژيم غذايي پُر پروتئين وضعيت کارکرد کليه را وخيم مي‌کند. پس بايد از بروز چاقي با رژيم غذايي مناسب جلوگيري کرد.

گاهي افراد با رژيم‌هاي غذايي نادرست و مصرف پروتئين به قصد لاغري، دچار بيماري نارسايي کليه مي‌شوند؛ پس بايد در کنار بهره‌گيري از رژيم مناسب، بيماري‌هاي اوليه را کنترل کرد تا مشکلات کم‌تري ايجاد و از بروز نارسايي مزمن کليه جلوگيري شود.

همچنين برخي از بيماري‌هاي کليوي با تنظيم مصرف نمک، آب و پروتئين روند کندتري پيدا مي‌کند.