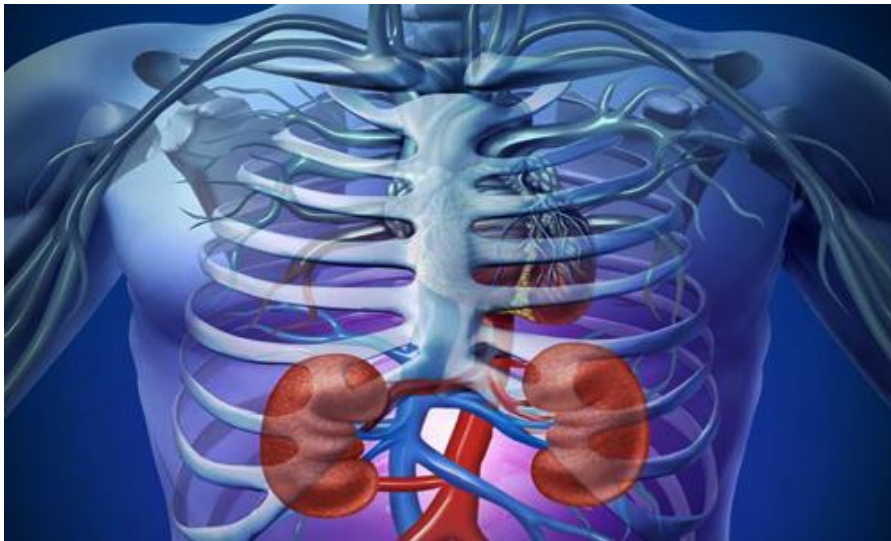


نارسایی کلیوی در یک نگاه کلی



بسیاری از افرادی با بیماری مزمن کلیوی و همچنین نارسایی کلیوی زندگی می کنند، بدون اینکه از بیماری خود مطلع باشند. با وجود اینکه پیشرفت بیماری های کلیوی و رسیدن به مرحله ی پیشرفته تا حدودی بیصدا پیش می رود، اما در هر حال در مراحل اولیه نیز علائمی وجود دارد. خوشبختانه شناسایی این علائم کمک زیادی به بیمار و پزشک معالج در جهت مقابله با بیماری خواهد کرد. در این مطلب چند علامت رایج نارسایی کلیوی را عنوان می کنیم.

نارسایی کلیوی و کمردرد و پادرد

درد پاها و بالای کمر یعنی نزدیک به جایی که کلیه ها قرار دارد، می تواند یکی از علائم نارسایی مزمن کلیوی باشد. در حالت کلی، درد صرفاً در ناحیه کلیه ی مبتلا احساس می شود.

این درد به قدری شدید و غیرقابل تحمل است که اغلب به درد زایمان شباهت دارد. بنابراین اگر در پاها و بالای کمرتان احساس درد شدیدی داشتید، حتماً به پزشک مراجعه کنید.

نارسایی کلیوی و نیاز زیاد به دفع ادرار

کلیه ها مسئول تولید ادرار هستند تا به این ترتیب مایعات اضافی را از بدن دفع کنند. زمانی که کلیه ها دچار مشکلی می شوند، فرد به طور مکرر و بخصوص در خواب شب، نیاز به دستشویی رفتن و دفع ادرار پیدا می کند. در این صورت بیمار بیش از حد معمول و با فشار بیشتری ادرار می کند.

افرادی که دچار مشکلات کلیوی می شوند ادراری رقیق تر و کم رنگ تر دفع می کنند. علاوه بر این فشار وارده به مثانه به قدری زیاد است که فرد احساس می کند، کنترلی روی ادرار خود ندارد و باید هر چه سریع تر خود را به دستشویی برساند. توجه داشته باشید که افزایش حجم ادرار باعث افزایش تشنگی فرد نیز می شود.

با مشاهده ی این علائم و همچنین مشاهده ی خون در ادرار وقت را تلف نکرده و فوراً به پزشک متخصص مراجعه کنید. انجام آزمایش خون و ادرار برای بررسی سلامت کلیه ها لازم است.

نارسایی کلیوی و احساس خستگی

کلیه های سالم به میزان کافی هورمونی به نام اریتروپویتین تولید می کنند. این هورمون فرمان حمل اکسیژن توسط گلبول های قرمز به منظور فعال کردن عضلات و مغز را صادر می کند.

چنانچه میزان اریتروپویتین کافی نباشد (به دلیل نارسایی کلیوی)، بدن و مغز به سرعت احساس خستگی می کند و فرد به خواب بیشتری نیاز پیدا می کند.

در نتیجه اگر تصور می کنید که بدون دلیل، مدام احساس خستگی و کسالت می کنید بهتر است آزمایش خون دهید تا خیالتان راحت شود.

نارسایی کلیوی و ورم قسمت های انتهایی بدن

زمانی که کلیه ها به تدریج رو به تخریب و بیماری می روند، کندتر کار می کنند و به این ترتیب نمی توانند با سرعت مازاد مایعات بدن را دفع کنند.

در نتیجه مایعات اضافی به سمت انتهای بدن می روند و باعث ایجاد ورم دست ها، انگشت ها، مچ پا و پاها می شوند. تا جایی که قادر به پوشیدن کفش ها و یا در آوردن انگشتر از انگشت تان نمی شوید.

نارسایی کلیوی و حساسیت و خارش پوست

این نوع حساسیت و خارش پوست شبیه خارش ناشی از آکنه و ضایعات پوستی است. این ضایعات و تحریکات پوستی در اثر مواد زاید بروز می کنند که به طور آزادانه در سلول های بدن شناور هستند. در نتیجه باعث بروز مشکلات پوستی می شوند.

نارسایی کلیوی و حالت تهوع

مواد زایدی که باید از طریق ادرار دفع می شدند، اما به دلیل مشکلات کلیوی در بدن تجمع پیدا کرده اند اغلب باعث بروز حالت تهوع به همراه بی اشتها و کاهش وزن می شوند.

در موارد جدی تر و حادثر بیمار دچار استفراغ می شود که در عین حال باعث تشدید مشکل سوءتغذیه فرد می شود.

نارسایی کلیوی و احساس مزه ی فلز در دهان

در صورت ابتلا به نارسایی مزمن کلیوی بیمار اغلب از احساس مزه ی فلز در دهان گلایه می کند. معمولاً این احساس ناخوشایند هفته و ماه ها ادامه پیدا می کند. احساس طعم فلز در دهان نتیجه مستقیم ازدیاد اوره (ماده زاید موجود در خون) محسوب می شود.

در صورت مشاهده ی چنین علائم بهتر است هر چه زودتر به پزشک متخصص کلیه مراجعه کرده و سلامت کلیه هایتان را بررسی کنید.

چه افرادی بیشتر در معرض خطر قرار دارند؟

اکثر افرادی که دچار مشکلات کلیوی هستند، در ظاهر افراد سالمی به نظر می رسند. اما در برخی موارد افرادی که دچار بیماری هایی مانند فشار خون و یا دیابت هستند، بیشتر در معرض مشکلات کلیوی قرار می گیرند. متأسفانه این دو بیماری به سلامت کلیه ها آسیب می زنند.

در حالت کلی افرادی بالای ۶۰ سال بیشتر در معرض بیماری های کلیوی قرار دارند. علاوه بر این افراد دارای زمینه ی ژنتیکی و همچنین مبتلایان به عفونت باکتریایی کلیه و مبتلایان به انسداد مجاری ادراری بیشتر در خطر ابتلا به نارسایی مزمن کلیوی قرار دارند.

برای داشتن کلیه های سالم لازم است که سبک زندگی سالمی داشته باشید. فراموش نکنید که مصرف خودسرانه و بی رویه ی برخی داروها مانند ادویل و غیره نیز به کلیه ها آسیب می زنند.

توصیه می کنیم با مشاهده ی علائم ذکر شده هوشیارتر باشید و به پزشک مراجعه کنید. هر نوع بیماری که در مراحل اولیه تشخیص داده شود، به مراتب روند درمانی ساده تری خواهد داشت.

فاطمه مهدی پور