



نارسایی مزمن کلیوی

گروه هدف: بیماران کلیوی



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت دکتر عصمت قانعی (متخصص کلیه و مجاری ادرار)

بازبینی زمستان ۱۴۰۱

پیشگیری از بیماری مزمن کلیه

همیشه نمی توان از بیماری مزمن کلیه جلوگیری کرد با این حال، شرایط مانند کنترل فشار خون بالا و دیابت کمک کننده است.

دستورالعمل های مربوط به داروها را دنبال کنید. مصرف بیش از حد بسیاری از داروهای از بین برنده درد، مانند داروهای ضد درد بدون نسخه، نظیر آسپیرین، ایبوپروفن (Advil)، موترین IB و غیره (استامینوفن، تیلنول و غیره) می تواند به آسیب کلیه منجر شود و اگر شما بیماری کلیه دارید به طور کلی باید از خوردن آنها اجتناب شود از پزشک خود در مورد خطر داروها بپرسید.

حفظ وزن سالم - اگر شما در یک وزن سالم هستید توسط فعالیت فیزیکی در بیشتر روزهای هفته، آن وزن را حفظ کنید اگر شما نیاز به از دست دادن وزن دارید با پزشک خود در مورد استراتژی برای کاهش وزن و داشتن وزن سالم صحبت کنید. که اغلب شامل افزایش فعالیت بدنی روزانه و کاهش کالری می باشد. سیگار نکشید - اگر شما یک فرد سیگاری هستید، با دکتر خود در مورد استراتژی برای ترک سیگار صحبت کنید.

منابع:

پایگاه جامع اطلاع رسانی پزشکان ایران

درمان بیماری مزمن کلیه

بسته به علت زمینه ای، بعضی از انواع بیماری های کلیوی می تواند درمان شود. هر چند اغلب بیماریهای مزمن کلیه، درمان ندارد. به طور کلی، درمان شامل اقدامات برای کمک به کنترل علائم و نشانه ها، کاهش عوارض و پیشرفت آهسته این بیماری است. بیماریهای مزمن کلیه، مزمن و برگشت ناپذیر است و لذا درمان برای بهبود بیماری زمینه ای تمرکز دارد. درمان می تواند سبب پیشگیری و درمان عوارض ناشی از CKD مانند (اضافه بار حجم، نارسایی احتقانی قلب، کم خونی، استخوان های شکننده، از دست دادن وزن و عدم تعادل الکترولیتی) شود.

داروهای فشار خون بالا - افراد مبتلا شده به بیماری های کلیوی ممکن است فشار خون بالای آنها بدتر شود پزشک ممکن است داروهایی برای کاهش فشار خون توصیه کند که معمولاً آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین مهار کننده یا مسدود کننده های گیرنده آنژیوتانسین II که برای حفظ عملکرد کلیه است.

سایر داروها هم به تشخیص پزشک متخصص ممکن است استفاده شود.

تشخیص بیماری مزمن کلیه

تشخیص بیماری مزمن کلیوی با یک تاریخچه پزشکی آغاز می شود. تاریخچه خانوادگی از نارسایی کلیه می تواند سوء ظن شما را بالا ببرد. بنابراین می توانید سابقه فشار خون بالا یا دیابت را در نظر داشته باشید با این حال، آزمایش های دیگری برای تایید تشخیص بیماری مزمن کلیوی مورد نیاز است.

شمارش کامل خون - شمارش کامل خون (CBC) می تواند کم خونی را نشان می دهد. کلیه ها تولید اریتروپویتین می کنند این هورمونی است که باعث تحریک مغز استخوان به تولید سلول های قرمز خون می شود هنگامی که کلیه به شدت آسیب دیده باشد توانایی تولید اریتروپویتین کاهش می یابد. این سبب کاهش در سلول های قرمز خون می شود و کم خونی نامیده می شود. الکترولیت ها - بیماری مزمن کلیه می تواند روی سطح الکترولیت شما تاثیر بگذارد پتاسیم ممکن است بالا باشد و سطح بی کربنات ممکن است کم شود. ممکن است سبب افزایش اسید خون شود. کراتینین - در کاهش عملکرد کلیه، کراتینین افزایش می یابد. این پروتئین نیز به توده عضلانی مرتبط است.

فشار خون بالا می تواند به رگ های خونی کلیه ها، قلب و مغز صدمه بزند. به طور کلی، بیماری های رگ های خونی برای کلیه ها خطرناک است. کلیه ها حاوی تعداد زیادی عروق خونی هستند.

بیماری های خود ایمنی مانند لوپوس می تواند به رگ های خونی آسیب برساند و می تواند آنتی بادی بر علیه بافت کلیه ایجاد کند.

علل مختلف دیگر بیماری مزمن کلیوی مانند بیماری کلیه پلی کیستیک یک علت ارثی از بیماری مزمن کلیوی است. گلوومرولونفریت می تواند با لوپوس ایجاد شود. همچنین این بیماری می تواند بعد از یک عفونت استرپتوکوکی ایجاد شود.

عوامل خطر برای بیماری مزمن کلیه

خطر بیماری مزمن کلیوی در سن بالای ۶۵ سال افزایش می یابد. سایر عوامل خطر ساز برای بیماری مزمن کلیه عبارتند از مصرف سیگار، چاقی، کلسترول بالا، دیابت نوع ۱ و ۲، بیماری های خود ایمنی، بیماری کلیه انسدادی، تصلب شریان، سیروز و نارسایی کبد، تصلب عروق خون رسانی به کلیه ها، سرطان کلیه، سرطان مثانه، سنگ کلیه، عفونت کلیه، لوپوس اریتماتوز، اسکلرودرما.

بیماری مزمن کلیوی همچنین نارسایی مزمن کلیوی نیز نامیده می شود و این بیماری سبب تخریب کلیه ها می شود. این بیماری پیشرونده و برگشت ناپذیر است. کلیه های شما یک بخش اساسی از بدن شما هستند. آنها وظایف مانند (کمک به حفظ تعادل مواد معدنی و الکترولیت هایی مانند (کلسیم، سدیم و پتاسیم)، تولید سلول های قرمز خون، حفظ تعادل اسید و باز خون، دفع مواد زائد محلول در آب از بدن) را به عهده دارند.

درمان برای بیماری مزمن کلیه معمولاً با کنترل علت زمینه ای، برای کند کردن روند پیشرفت آسیب کلیوی، تمرکز دارد. بیماری مزمن کلیه می تواند به مرحله نهایی نارسایی کلیه، پیشرفت کرده که بدون فیلتر مصنوعی (دیالیز) یا پیوند کلیه این بیماری کشنده است.

چه عواملی باعث بیماری مزمن کلیه می شود

شایع ترین علل بیماری مزمن کلیوی، فشار خون بالا و دیابت هستند.

هر کلیه حاوی حدود یک میلیون واحد فیلتر بسیار ریز عملکردی بنام نفرون می باشد. هر بیماری که سبب زخم و اسکار این واحد فیلتر شود موجب بیماری کلیه می شود.