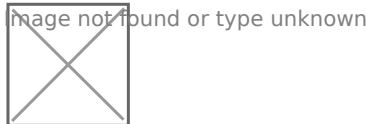


Όταν το σώμα σε προειδοποιεί! Τρεις Ενδείξεις πως τα νεφρά σου έχουν Πρόβλημα!..

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[tazz412](#) Τα νεφρά χρησιμεύουν ως ένα φίλτρο του σώματος... Βοηθούν στην απομάκρυνση ανεπιθύμητων υλικών και αποβλήτων, ενώ ρυθμίζουν την ισορροπία των ηλεκτρολυτών και της αρτηριακής πίεσης.

Επίσης φτιάχνουν ερυθροποιητίνη, που χρησιμοποιείται για να διεγείρει την παραγωγή των ερυθρών αιμοσφαιρίων. Τα νεφρά είναι ένα ζωτικό όργανο του σώματος και η ζημιά που μπορεί να υποστούν μπορεί να είναι επιζήμια για τη γενικότερη λειτουργία του σώματος.

Μειωμένη παραγωγή ούρων

Ενα από τα πρώτα σημάδια ότι υπάρχει κάποια νεφρική βλάβη είναι η μειωμένη παραγωγή ούρων. Ενώ τα ούρα μειώνονται, υπάρχει μια αυξημένη συχνότητα ούρησης. Η περιεκτικότητα των ούρων μπορεί επίσης να τα κάνει να φαίνονται σκούρα κίτρινα, κάτι που δείχνει πως συμπυκνώνονται ή μπορεί να έχουν ροζ ή κόκκινο χρώμα, κάτι που υποδηλώνει παρουσία ερυθρών αιμοσφαιρίων. Περαιτέρω ανάλυση των ούρων μπορεί να γίνει από έναν γιατρό για να δείξει τυχόν άλλα χημικά περιεχόμενα στα ούρα που θα επιτρέψουν την διάγνωση της νόσου. Περίσσεια πρωτεΐνης στα ούρα, δείχνει πως οι δυνατότητες φιλτραρίσματος των νεφρών έχουν καταστραφεί.

Αύξηση κοιλιακού βάρους, αυξημένη αρτηριακή πίεση και καρδιακός ρυθμός

Με τη συσσώρευση της παραγωγής αποβλήτων στο σώμα, υπάρχει μια εμφανής αύξηση του σωματικού βάρους, ειδικά στην κοιλιακή χώρα, που οφείλεται στην περίσσεια υγρού. Υπάρχει, επίσης, ορατή διόγκωση στα χέρια, τα πόδια και γύρω από τα μάτια. Υπάρχει πόνος αισθητός στην κοιλιά, στην περιοχή του πλευρού. Υπάρχει ακόμα μια συσσώρευση περιεκτικότητας σε νάτριο, που τραβά το νερό και αυξάνει την αρτηριακή πίεση.

Ένα άτομο με νεφρική βλάβη αναπτύσσει μέτρια έως σοβαρή υπέρταση που σημαίνει πάνω από 130/80.

Το σώμα διασπά τις πρωτεΐνες για να σχηματίσουν ουρία που κανονικά τα νεφρά την φιλτράρουν προς τα έξω κι έτσι η βλάβη στο νεφρό θα οδηγήσει σε συσσώρευση ουρίας που μετατρέπεται σε αμμωνία. Αυξημένα επίπεδα αμμωνίας είναι τοξικά για το κεντρικό νευρικό σύστημα και προκαλούν υπνηλία. Αυτό μπορεί να οδηγήσει ακόμα και σε κώμα.

Λόγω της υπερβολικής συσσώρευσης υγρού στο αίμα, η καρδιά καλείται να δουλέψει παραπάνω με αποτέλεσμα να αυξηθεί ο καρδιακός ρυθμός. Ένα άτομο με νεφρική βλάβη θα παρατηρήσει πως η καρδιά του χτυπάει πιο γρήγορα από το κανονικό.

Αναιμία και ανεπάρκεια βιταμίνης D

Η αρχική νεφρική βλάβη μπορεί να περάσει απαρατήρητη μέχρις ότου τα συμπτώματα γίνουν εμφανή στα χρόνια στάδια. Η ερυθροποιητίνη που γίνεται στα νεφρά είναι μια ορμόνη που διεγείρει την παραγωγή ερυθρών αιμοσφαιρίων. Η χρόνια βλάβη των νεφρών θα μειώσει τελικά την παραγωγή των ερυθρών αιμοσφαιρίων και θα οδηγήσει σε αναιμία. Αυτό προκαλεί έναν κιτρινωπό αποχρωματισμό στα μάτια και μια χλωμή εμφάνιση του δέρματος.

Δεδομένου ότι τα νεφρά ασχολούνται επίσης με την παραγωγή βιταμίνης D, με την πάροδο του χρόνου υπάρχει μια αξιοσημείωτη ανεπάρκεια σε βιταμίνη D και οι ασθενείς θα πρέπει να λαμβάνουν συμπληρώματα.

Από Κατερίνα Καλλίδη

Πηγή: neashmera.com