

## چگونه متوجه شویم که بیماری کلیه مبتلا هستیم؟

با توجه به اینکه بیماری کلیه حتی در مراحل پیشرفته می تواند بدون علامت باشد لذا انجام سه آزمایش ساده برای پی بردن به بیماری کلیه توصیه می شود.

۱- چک فشار خون

۲- آزمایش ادرار

۳- چک کراتینین سرم



۱- چک فشار خون:

فشار خون بالا دومین علت ایجاد بیماری کلیه است. فشار خون بیش از ۱۴۰/۹۰ میلی مترجیوه بعنوان فشار خون بالا قلمداد می شود. اگر شما بیماری دیابت یا بیماری کلیه دارید توصیه می شود فشار خونتان به کمتر از ۱۳۰/۸۰ میلی مترجیوه رسانده شود. کنترل فشار خون ریسک بیماری کلیه، قلب و عروق و حوادث عروقی مغز را کاهش می دهد.



۲- آزمایش ادرار:

ادرار بایستی از نظر وجود پروتئین و خون بررسی شود. وجود پروتئین در ادرار می تواند یکی از نشانه های زود رس بیماری کلیه بخصوص در افراد دیابتی باشد.

۳- تعیین کارکرد کلیه:

که از طریق چک کراتینین سرم حاصل می شود و نشان دهنده این است که چقدر کلیه ها مواد زاید را از خون برداشت می کنند.

کارکرد کلیه بر اساس کراتینین سرم، جنس و سن محاسبه می شود.

کارکرد کلیه با افزایش سن کاهش پیدا می کند. بنابراین با افزایش سن بایستی بیشتر مراقبت رژیم غذایی خود باشیم و از مصرف پروتئین های حیوانی بکاهیم.



چگونه متوجه شویم که به بیماری کلیه مبتلا هستیم؟

تهیه و تنظیم: دکتر مژگان مرتضوی

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

براساس توصیه های

**National Kidney Foundation**

[www.kidney.org](http://www.kidney.org)

[www.ikrc.mui.ac.ir](http://www.ikrc.mui.ac.ir)



“پس یادمان باشد که تشخیص و درمان زود و به موقع بیماری کلیه

می تواند از پیشرفت آن جلوگیری کند”

در چه افرادی بایستی این ۳ آزمایش بطور روتین انجام

شود و با چه فاصله ای؟

در افرادی که در معرض خطر بیماری کلیه هستند

یعنی:

۱- افراد مبتلا به دیابت

۲- افراد مبتلا به فشار خون بالا

۳- افرادی که سابقه نارسایی کلیه در گذشته به هر

علتی داشته اند.

۴- افرادی که سابقه پر فشاری خون و یا دیابت و یا

بیماری کلیه در فامیل آنها وجود دارد.

در صورتیکه نتیجه آزمایشات طبیعی باشد باید

حداقل سالی یک بار این سه آزمایش تکرار شود، و

در صورتیکه بیماری کلیه در فرد مشخص شد

حتی در مراحل ابتدایی بایستی درمان شروع شود.