



أمراض الكلى المزمنة

حالة مزمنة تتوقف فيها الكلى عن العمل بشكل كامل أو لا تعمل بشكل طبيعي والتي غالباً ما ترتبط بالإصابة بأمراض مزمنة أو التقدم بالعمر.

أعراض أمراض الكلى المزمنة في المراحل الأولية

عادةً ما يكون جسم الإنسان قادر على التعامل مع الانخفاض الكبير في وظائف الكلى فلا تظهر الأعراض في البداية، ولكن يمكن اكتشافها بفحوصات الدم والبول من قبل الفريق الطبي.

أعراض أمراض الكلى المزمنة في المراحل المتقدمة

فقدان الوزن وضعف الشهية
ضيق في التنفس
دم في البول
تورم الكاحلين أو القدمين أو اليدين
- نتيجة احتباس الماء (وذمة)
التعب والإرهاق
زيادة الحاجة إلى التبول،
خاصة في الليل

عوامل الإصابة بأمراض الكلى المزمنة

- ارتفاع ضغط الدم
- السكري
- الإصابة بحصوات الكلى
- السمنة
- أمراض القلب والأوعية الدموية
- التهابات المسالك البولية المتكررة لفترات طويلة مع الإهمال في علاج المسبب لها

طرق الوقاية من أمراض الكلى المزمنة

- المحافظة على الوزن المثالي
- تناول الغذاء الصحي
- الفحوصات الدورية لوظائف الكلى
- الإقلاع عن التدخين
- التقليل من تناول الملح
- ممارسة الرياضة لمدة ٣٠ دقيقة يوميًا