

КОГДА ПОЧКИ ПРОСЯТ О ПОМОЩИ

Наши почки служат фильтром для организма и работают без усталости, сна и отдыха. Они выводят лишнюю жидкость и продукты распада – шлаки и токсины. Есть у этого парного органа и другие, не менее важные функции. Почки регулируют артериальное давление, концентрацию солей и микроэлементов, участвуют в образовании красных кровяных телец и витамина D. Не всегда легко понять, что с почками что-то не так, но есть признаки, которые указывают на это.

СКУДНЫЙ ОБЪЕМ МОЧИ

Объем суточной мочи (диурез) у здорового человека колеблется в пределах 1500-2000 мл. Он может зависеть от различных факторов: обильного питья, охлаждения, волнения и прочих. Но в целом количество выделяемой за сутки мочи должно соответствовать объему потребляемой жидкости.

При различных патологиях – например, мочекаменная болезнь, тромбоз почечных сосудов, токсические отравления, сепсис – диурез существенно снижается вплоть до полного отсутствия мочи. При этом человек не ощущает никаких болей и позывов на мочеиспускание и думает, что с ним все в порядке. Однако это обманчивое состояние. Уже через 2-3 дня в организме нарастает количество продуктов распада его жизнедеятельности, и происходит мощнейшая интоксикация с ухудшением общего самочувствия. В итоге все это может закончиться потерей сознания и необходимостью госпитализации в реанимационное отделение. Поэтому, если суточный диурез составляет менее 50-100 мл,

необходимо срочно обратиться к врачу.

Кстати говоря, при COVID-19 страдают не только легкие, но и почечные клубочки. Это может привести пациентов к почечной недостаточности со всеми вытекающими последствиями, поэтому будьте внимательны!

БОЛЬ В ПОЯСНИЦЕ – НЕ ВСЕГДА ОСТЕОХОНДРОЗ

Боль в поясничной области не всегда стоит списывать на остеохондроз. Очень часто это почки сообщают вам, что у них не все в порядке.

Не все знают, что почки болят не непосредственно над тазом, а в верхнем отделе поясницы – ведь они располагаются прямо под самыми нижними ребрами. Почечная боль чаще всего носит односторонний характер. Она может быть тянущей, ноющей, режущей, тупой. В отличие от остеохондроза она постоянная и может сопровождаться тошнотой, а иногда и однократной рвотой. При воспалении или инфекции (например, при пиелонефрите) боль обычно бывает ноющая, преследующая человека постоянно. А при продвижении камней она острая,

терпеть которую зачастую просто нет сил.

В любом случае при появлении боли в поясничной области не стоит заниматься самолечением. Необходимо как можно скорее обратиться к врачу. Наиболее простыми и доступными методами диагностики почек являются общий анализ мочи и УЗИ органов мочеполовой системы, которые на сегодняшний день широко доступны и могут быть выполнены в любой поликлинике по месту жительства.

ПОЧЕЧНЫЕ ОТЕКИ

Отеки могут появляться вследствие заболеваний сердца, печени или почек. Почечные отеки возникают как результат снижения содержания белка и задержки ионов натрия в тканях организма и имеют характерные черты:

- ✓ обычно они возникают с утра;
- ✓ в отличие от сердечных они часто меняют локализацию в течение дня. Вначале они появляются на лице (например, под глазами), далее распространяются на руки и только потом на нижние конечности;
- ✓ на ощупь они мягкие, теплые и подвижные.

Почечные отеки являются признаком хронической и острой почечной недостаточности, результатом хронической болезни почек. Лечат их, применяя различные мочегонные препараты (**фуросемид, верошпирон**), которые направлены на улучшение и ускорение фильтрационной функции

почек. Во время лечения четко контролируются объем выпитой и выделенной организмом жидкости, вес пациента, а также диета: исключаются продукты, богатые натрием (например соль) и высоким содержанием белка (красное мясо, икра и другие). При неконтролируемом увеличении отеков и снижении суточного диуреза необходима срочная госпитализация в нефрологическое отделение с решением вопроса о проведении почечного диализа.

КРОВЬ – ГРОЗНЫЙ СИМПТОМ

Появление крови в моче (гематурия) – всегда грозный симптом в урологии. Это может говорить как о болезнях почек, так и о заболеваниях соседних урологических органов (мочеточников, мочевого пузыря, простаты, уретры). Почки также могут выделять кровь при мочекаменной болезни, инфекционном воспалении почечной ткани, гломерулонефритах и, конечно же, при злокачественных новообразованиях – раке почки. Поэтому при появлении крови в моче необходимо сразу же обратиться к урологу по месту жительства для определения тактики лечения.

Однако не всегда окрашивание мочи в красный цвет говорит о наличии в ней крови. Например, при употреблении красящих продуктов, таких как свекла, цвет мочи может изменяться. Употребление различных лекарственных препаратов

также иногда меняет цвет мочи.

Чтобы подтвердить или исключить гематурию, достаточно сдать мочу на общий анализ, который сразу же покажет наличие или отсутствие в ней кровяных телец.

ПОВЫШЕНИЕ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ

Гипертензивный синдром является еще одним

частым признаком болезни почек. Как упоминалось выше, почки участвуют в регуляции артериального давления за счет ренин-ангиотензин-альдостероновой системы, которая высокоактивна в отношении тонуса периферических сосудов. При поражении почек происходит сбой в работе этой системы и как следствие – повышение артериального давления до кризовых цифр

(более 180 мм рт. ст.). Согласно статистике, у 20-30% гипертоников диагностируются те или иные поражения почек. К ним относятся хронический гломерулонефрит, нефросклероз, амилоидоз почек, поликистоз, мочекаменная болезнь и опухоли почек.

Все вышеперечисленные признаки служат сигналом к тому, что необходимо обратиться

к врачу-специалисту с целью проведения необходимого обследования и дальнейшего лечения.

Дмитрий КОРОЛЕВ,
старший научный сотрудник

**Института урологии
и репродуктивного здо-
ровья человека Первого
МГМУ имени И.М.
Сеченова,**
врач-уролог, андролог,
кандидат медицинских наук.

О тзовитесь!

Более десяти лет страдаю от сухого себорейного дерматита волосистой части головы. За эти годы пробовал много разных мазей и настоев, но болезнь не отступает. Можно ли как-то избавиться от этого недуга?

Адрес: Ахметкирееву Равилу Байрамгуловичу, 452107 Башкортостан, Альшеевский р-н, с. Чуракаево, ул. Молодежная, д. 3.

Откликнитесь, кто народными средствами вылечил гастроэзофагеальную рефлюксную болезнь. Беспокоит постоянное ощущение комка в горле. Наблюдаюсь у гастроэнтеролога, но лечение почти не приносит результата. Может быть, кто-то посоветует диету, которая подойдет при такой болезни? А еще у меня отекают ноги. Что предпринять?

Адрес: Гимаевой Раисе Миннимухаматовне, 614060 г. Пермь, ул. Лебедева, д. 43, кв. 11.

Давно мучает аритмия. А несколько лет назад у меня начались такие приступы: появляется шум в голове, перед глазами темнеет, бросает в жар,

и через несколько мгновений все проходит. Бывает, что повторяется через пару минут, а бывает – через несколько часов. Иногда эта напасть месяцами не беспокоит, но затем опять появляется, особенно после эпизода аритмии. Врачи только плечами пожимают. В последнее время приступы стали учащаться, и к ним добавилось ощущение жжения в области выше поясицы и до самой головы. Как справиться с такой напастью?

Адрес: Магуровой Антонида Александровне, 297614 Крым, Белогорский р-н, с. Белая Скала, ул. Садовая, д. 11.

В 2019 году у меня обнаружили рак языка и назначили лучевую терапию. Прошла полный курс лечения. Уже второй год после облучения не ощущаю вкуса пищи, слюны нет, беспокоит сильная сухость во рту, язык горит и щиплет. Рекомендации врачей (полоскать ромашкой, шалфеем, держать во рту оливковое масло) выполняю. Но это не помогает. Говорят, что это из-за лучевой терапии и будет так пожизненно. Онколог

направляет к отоларингологу, а тот – к стоматологу. И все отвечают, что это не их профиль. Может быть, кто-то из зожевцев сталкивался с подобным?

Адрес: Лариной Валентине Александровне, 416410 Астраханская обл., пос. Лиман, ул. Игоря Хлопочкина, д. 7.

Несколько лет назад мне поставили диагноз: красный плоский лишай. Поначалу ничего не беспокоило, просто на коже была сыпь. Врачи прописывали акридерм и карталин. Теперь у меня сыпь только в верхнем отделе спины, но добавились болевые ощущения. Кожу стягивает, как будто я «сгорела» на солнце. Пробовала примочки с облепиховым маслом, мазь Вишневского, цинковую мазь. Недуг не отступает. Что еще предпринять?

Адрес: Квасовой Валентине Ивановне, 671950 Бурятия, г. Закаменск, ул. Ленина, д. 13а, кв. 10.

57-летний сын страдает ишемией нижних конечностей. Прошу отозваться тех, кто лечился препаратом неоваскулген. Есть ли

результаты? Как вы добились, чтобы его вам назначили?

Адрес: Баженовой Валентине Ильиничне, 660100 г. Красноярск, ул. Бабушкина, д. 41, кв. 54.

Двухлетнюю внучку беспокоят аденоиды. Можно ли избавиться от них без хирургического вмешательства?

Адрес: Бубликовой Вере Ивановне, 663700 Красноярский край, с. Дзержинское, ул. Революционная, д. 3, кв. 2.

В желчном пузыре обнаружили камень. Операцию не делают из-за солидного возраста (мне 92 года). Где-то прочитала, что помогает индюшачья желчь. Может быть, зожевцы ею лечились? Врачи говорят, что ничего страшного у меня нет: камень подвижный, желчный пузырь работает. Но камень увеличивается в размере. Если в 2016 году он был 25 мм, то в 2020 году – 28 мм. Размер желчного пузыря – 77х33 см.

Адрес: Бирюлиной Н.А., 607650 Нижегородская обл., г. Кстово, пл. Мира, д. 8, кв. 17.