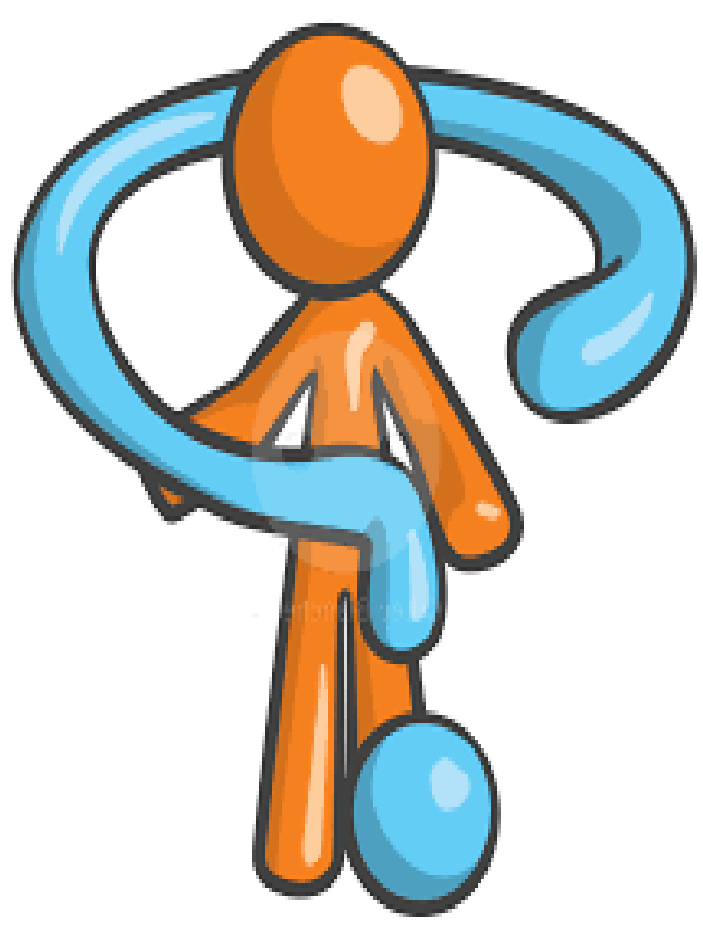




برای مراقبت از کلیه فرزندم چه چیزهایی باید بدانم؟



مرکز پزشکی فوق تخصصی کودکان سرور
بیمارستان دکتر شیخ

- ✓ احساس سوزش زمان دفع ادرار و بدبو شدن ادرار، زور ردن هنگام ادرار
- ✓ تغییر رنگ ادرار به قرمز یا قهوه ای یا به رنگ چای
- ✓ کم شدن حجم ادرار یا زیاد شدن حجم ادرار
- ✓ ورم کردن اطراف چشم ها و پاها
- ✓ شب ادراری و یا چکه کردن ادرار در روز
- ✓ کم اشتها، تهوع و استفراغ طولانی و بدون اسهال، رنگ پریدگی
- ✓ تب، درد پهلوها، لرز، درد زیر شکم و ادرار کردن مکرر
- ✓ کاهش رشد و عدم وزن گیری مناسب
- ✓ وجود ورم در کلیه های جنین در دوران بارداری مادر

علائم مختصری از وجود بیماری کلیه



چگونه بیماری کلیوی در کودکان تشخیص داده می شود؟

- ۱- آزمایش ادرار از نظر وجود پروتئین یا خون در ادرار
- ۲- آزمایش خون برای محاسبه سرعت پاک شدن خون توسط کلیه ها
- ۳- بررسی سونوگرافی و تصویر برداری (بررسی تعداد، شکل و اندازه کلیه)

- ۱- نوشیدن آب و آب میوه طبیعی، مصرف حبوبات و سبزیجات
- ۲- استفاده کمتر از غذاهایی که فست فود گفته می شود.
- ۳- نخوردن غذاهایی که نمک زیاد دارند.
- ۴- فراهم کردن برنامه ورزشی مناسب، منظم و مداوم برای کودک
- ۵- پرهیز از نشستن طولانی مدت بدون داشتن فعالیت بدنی
- ۶- رعایت تناسب در مواد نشاسته ای (برنج، ماکارونی، سیب زمینی، نان و غلات)، پروتئین (گوشت، مرغ، ماهی، تخم مرغ، لبنیات و...) و چربی غذا
- ۷- اطلاع به پزشک خانواده در مورد وجود سابقه فامیلی بیماریهای فشارخون بالا، دیابت، کلسترول بالا و سکتة های قلبی-مغزی

برای حفظ سلامت کلیه فرزندم چه نکاتی را رعایت کنم؟



به خاطر داشته باشید که:

در صورتی که تشخیص یک مشکل کلیوی برای کودک داده شد حتماً با پزشک با تجربه در تشخیص و درمان بیماری کلیوی کودکان که **فوق تخصص نفرولوژی کودکان** نامیده می شوند مشورت کنید و توصیه های ایشان را جدی بگیرید.

با مشاهده علائم بیماری های کلیه به پزشک مراجعه کنید و از مصرف داروهای خودانتخابی و تجویز شده به وسیله افراد غیر پزشک پرهیز کنید.