

بالكلى مثل شرب الكحول وتناول كميات أقل من الملح والبروتين وموازنة مستوى السكر وعلاج ارتفاع ضغط الدم وإيقاف التدخين والمحافظة على الوزن وعدم استخدام الأدوية بدون وصفات طبية.

كما أن هناك علاجات تهدف إلى معالجة مضاعفات المرض بواسطة أدوية لتخفيض ضغط الدم وأدوية علاج ارتفاع نسبة الكوليسترول بالدم ومعالجة فقر الدم وتقوية العظام واتباع نظام غذائي قليل البروتين والملح، وكل ذلك يساعد على تقليل العبء الزائد على الكلى، وفي حال أن الكلى توقفت عن العمل أو ضعف أداؤها حيث تعرض حياة المريض للخطر، فالعلاج هنا يكون بواسطة عملية غسل الكلى بواسطة الأجهزة الطبية الخاصة لذلك، حيث تقوم تلك الأجهزة بتصفية الجسم من السموم وهي عملية معقدة نسبياً، وتستغرق ساعات طويلة ولأكثر من مرة في الأسبوع (بعض الأحيان تكون عملية غسل الكلى مؤقتة أو طارئة، وفي بعض الأحيان تكون مستمرة إلى حين يحصل المريض على متبرع لزراعة الكلى، إن كانت حالته الصحية وعمره يسمحان بذلك).



د. ديبك جاداف

وللوقاية من الفشل الكلوي ننصح د. عبد القادر بـ:

- 1- المحافظة على اللياقة البدنية والمحافظة على الوزن المثالي.
- 2- علاج ارتفاع ضغط الدم وذلك بمراجعة الطبيب بشكل منتظم وتناول الأدوية بانتظام وعدم إهمال ذلك.
- 3- الابتعاد أو التقليل من العادات الغذائية غير الصحية مثل الأغذية الغنية بالدهون أو الأملاح.
- 4- علاج ارتفاع السكر بالدم ومراجعة الطبيب وتناول الأدوية بانتظام.
- 5- وقف التدخين بشكل كلي حيث إن التدخين يسبب انسداد شرايين الكلى ويسبب سرطان الكلى وغيرها من المضاعفات.
- 6- الامتناع عن الأدوية التي تؤخذ بدون الوصفات الطبية من قبل الأطباء المختصين.
- 7- الامتناع عن شرب الكحول والمخدرات لما لهما من تأثير مدمر في الكلى.
- 8- عمل فحوص دورية لدى المراكز الطبية والمستشفيات المنتشرة بالدولة وخاصة هؤلاء الذين لهم سيرة مرضية أو لديهم تاريخ مرضي عائلي بأمراض الكلى والضغط والسكري.
- 9- في حالة حدوث أي أعراض ننصح دائماً باستشارة طبيبك وذلك عن

