الكلى: المتابعة تكشف ما لا تشعر به

قد تتأثر الكلى دون أعراض مبكرة، لذلك يسأل الفريق عن فحوص الدم والبول المناسبة.

للتثقيف والتنظيم، وليس للتشخيص أو وصف العلاج. اتبع خطة فريقك الطبي. المراجع وتاريخ البحث مرفقان بهذا المقال.

احتفظ بسلسلة النتائج

يساعد فحص كفاءة ترشيح الكلى في الدم وفحص الألبومين في البول على متابعة الصحة الكلوية. يحدد الفريق موعد البدء والتكرار بحسب النوع والعمر ومدة المرض والنتائج. بعض الأدوية تحمي الكلى لدى أشخاص مناسبين، لكن الاختيار يحتاج تقييمًا. لا تبدأ مكملات أو مسكنات بشكل متكرر دون إخبار الطبيب أو الصيدلي، خصوصًا مع الجفاف أو مرض كلوي معروف.

فحص الدم الذي يقدر الترشيح وفحص ألبومين البول يقدمان معلومات مختلفة. اسأل عن المقارنة بالنتائج السابقة وما إذا كانت النتيجة تحتاج إعادة. لا يفسر الموقع نتيجة واحدة أو يصف حمية أو دواء للكلى.

ما الذي أجهزه الآن؟

1. اسأل عن فحص eGFR ونسبة ألبومين البول إلى الكرياتينين UACR.
2. راجع ضغط الدم وأسماء الأدوية مع الفريق.
3. أبلغ عن المكملات والمسكنات والأعشاب.

انتبه إلى هذا الفرق

الاعتقاد أن البول الطبيعي شكلًا ينفي مشكلات الكلى، أو إيقاف دواء حماية بسبب غياب الأعراض.

هل يلزمني تقليل الماء أو البروتين؟

لا تفرض قيودًا بنفسك؛ الاحتياجات تختلف وتُحدّد حسب تقييم الكلى.

متى أطلب المساعدة؟

قلة بول ملحوظة أو تورم جديد أو ضيق نفس أو جفاف شديد يحتاج تقييمًا طبيًا سريعًا.

المصادر وحدود الاستخدام

NIDDK – مرض الكلى السكري

https://www.niddk.nih.gov/health-information/diabetes/overview/preventing-problems/diabetic-kidney-disease