

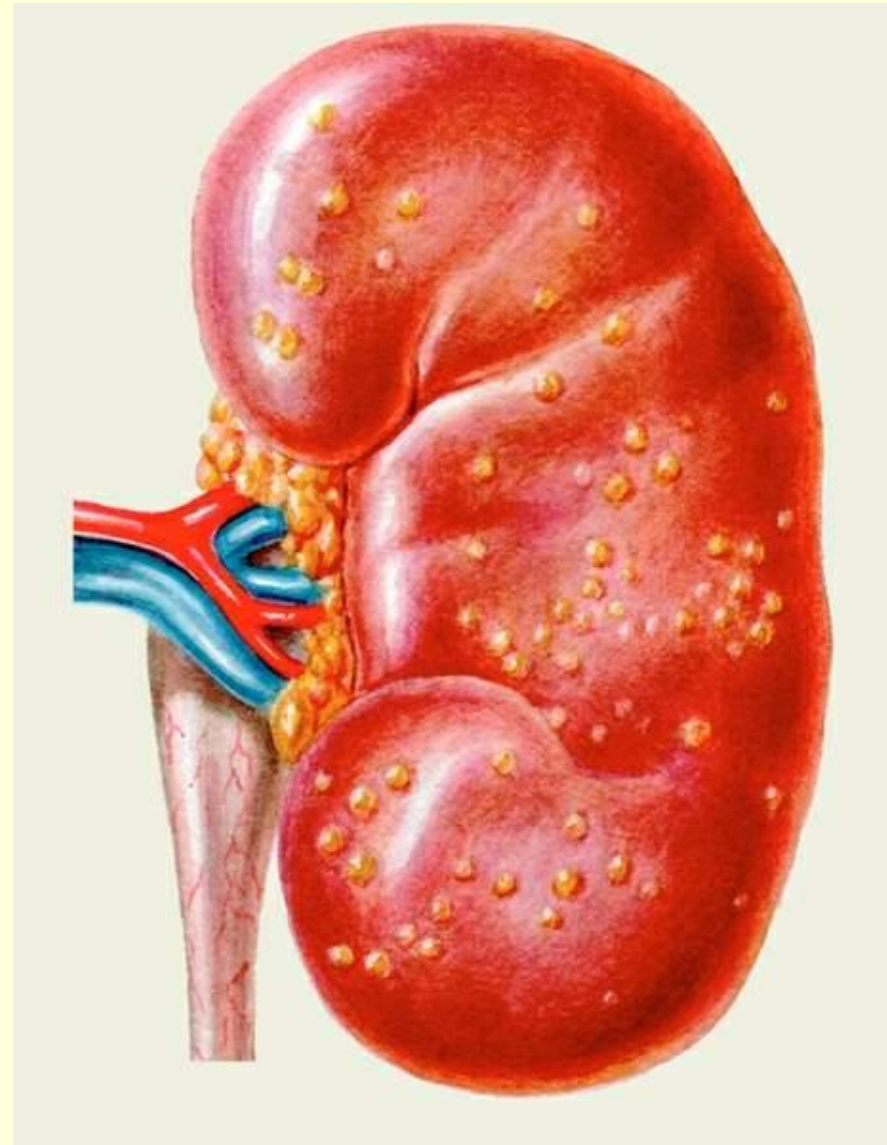
Заболевание почек, профилактика

Они как два больших боба
На связках закрепились.
У позвоночного столба
Уютно разместились.
Фильтруют почки нашу кровь
С невиданным упрямством
Чтобы во внутренней среде
Держалось постоянство.
Нефрон содержит капсулы,
Канальцы и клубочки.
Нефронов целый миллион
Содержан наши почки.
Проходит кровь через нефрон,
Каналец здесь решает,
Чему вернуться в организм,
А что он удаляет.
Мы смолоду должны учесть,
Что нам всего дороже.
Беречь должны не только честь,
Но наши почки тоже.

Зачем и от чего мы должны
беречь наши почки?

Нефриты

Воспалительные заболевания почек, при которых воспаление охватывает почечные клубочки либо полностью и на обеих почках (диффузный нефрит), либо лишь отдельными очагами (очаговый нефрит).

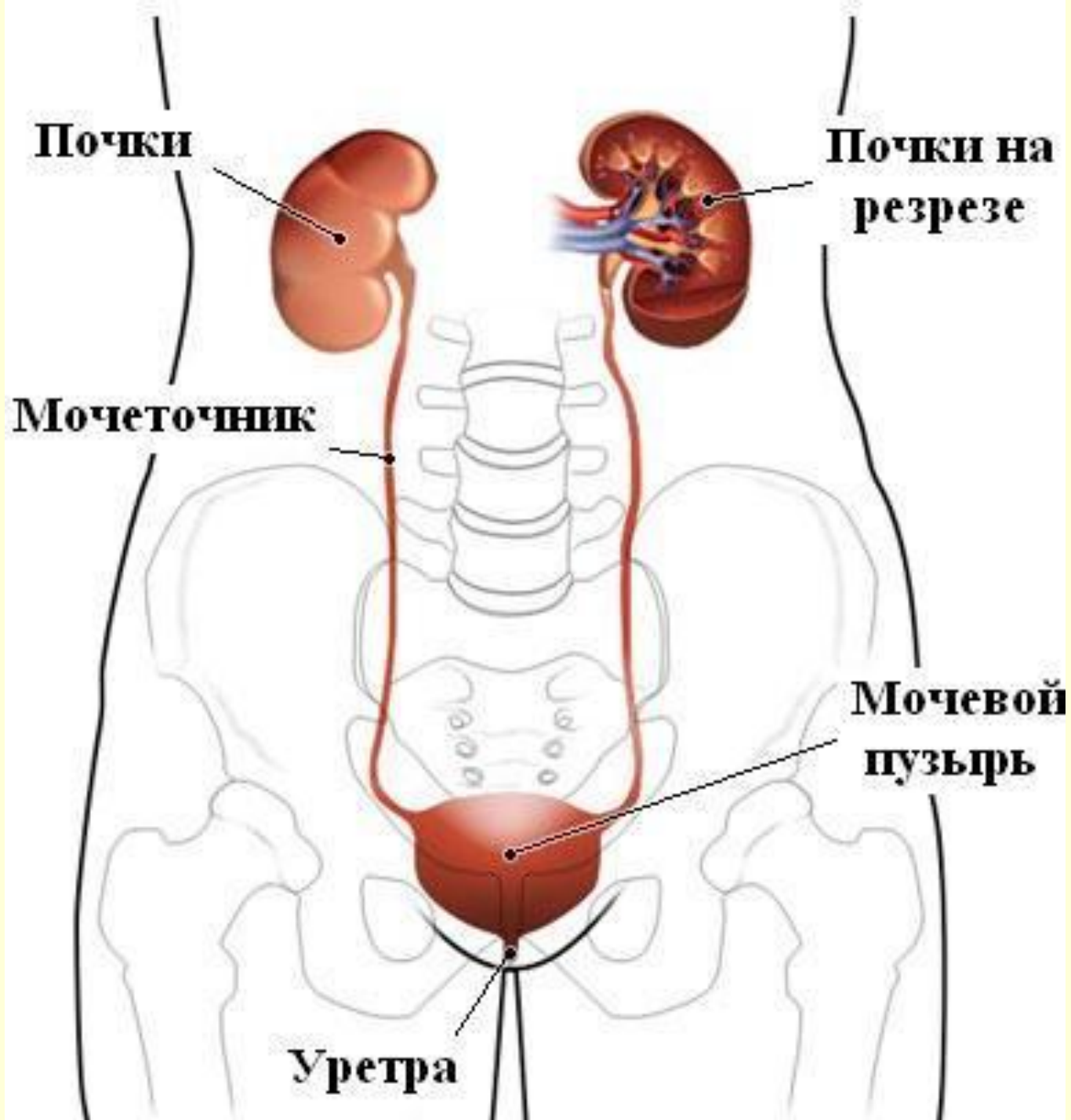


Пиелонефрит – это воспаление одной или обеих почек, преимущественно бактериальной природы.

Микроорганизмы попадают в почки или с током крови из очага инфекции

Симптомы: Тяжесть в нижней части спины и сильные боли в поясничной области





Цистит - инфекционно-воспалительный процесс в стенке мочевого пузыря (преимущественно в слизистой оболочке)

Симптомы:
учащение
мочеиспускания.



Мочекаменная болезнь связана с образованием в почках солевых «камней» - уратов, оксалатов, фосфатов. *Причиной* мочекаменной болезни являются нарушения обмена веществ, инфекционные и другие заболевания мочевыделительной системы. Камни могут из почек смещаться в мочеточник, вызывая приступы сильных болей (почечная колика).

Симптомы: Боли в пояснице, почечная колика, боль при мочеиспускании, учащенное мочеиспускание.

Мочекаменная болезнь



Острая почечная недостаточность - синдром, развивающийся в результате тяжелых нарушений почечных процессов, приводящих к расстройству гомеостаза.



Первая и вторая
стадии острой
почечной
недостаточности



Профилактика заболеваний выделительной системы

1. Не переедать



Профилактика заболеваний выделительной системы

2. Не
злоупотреблять
острой и соленой
пищей



Профилактика заболеваний выделительной системы

3. Контролировать качество питьевой воды



Профилактика заболеваний выделительной системы

4. Отказаться от вредных привычек



НЕТ!



Профилактика заболеваний выделительной системы

5. Избегать
переохлаждения,
одеваться по
погоде,
держат ноги и
спину в тепле



Профилактика заболеваний выделительной системы

6. Соблюдать правила личной гигиены



Профилактика заболеваний выделительной системы

7. Своевременно лечить
инфекционные
заболевания



Профилактика заболеваний выделительной системы

8. Закаливание

