

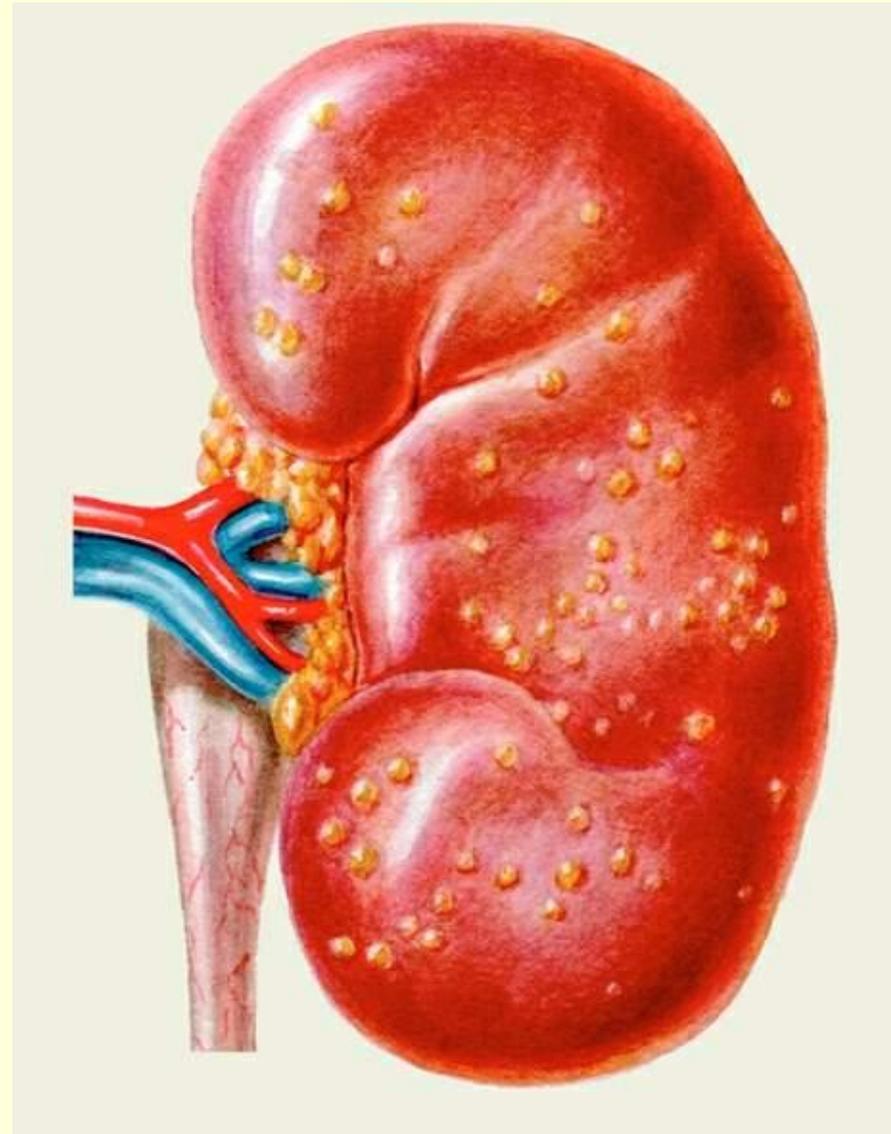
# Заболевание почек, профилактика

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).

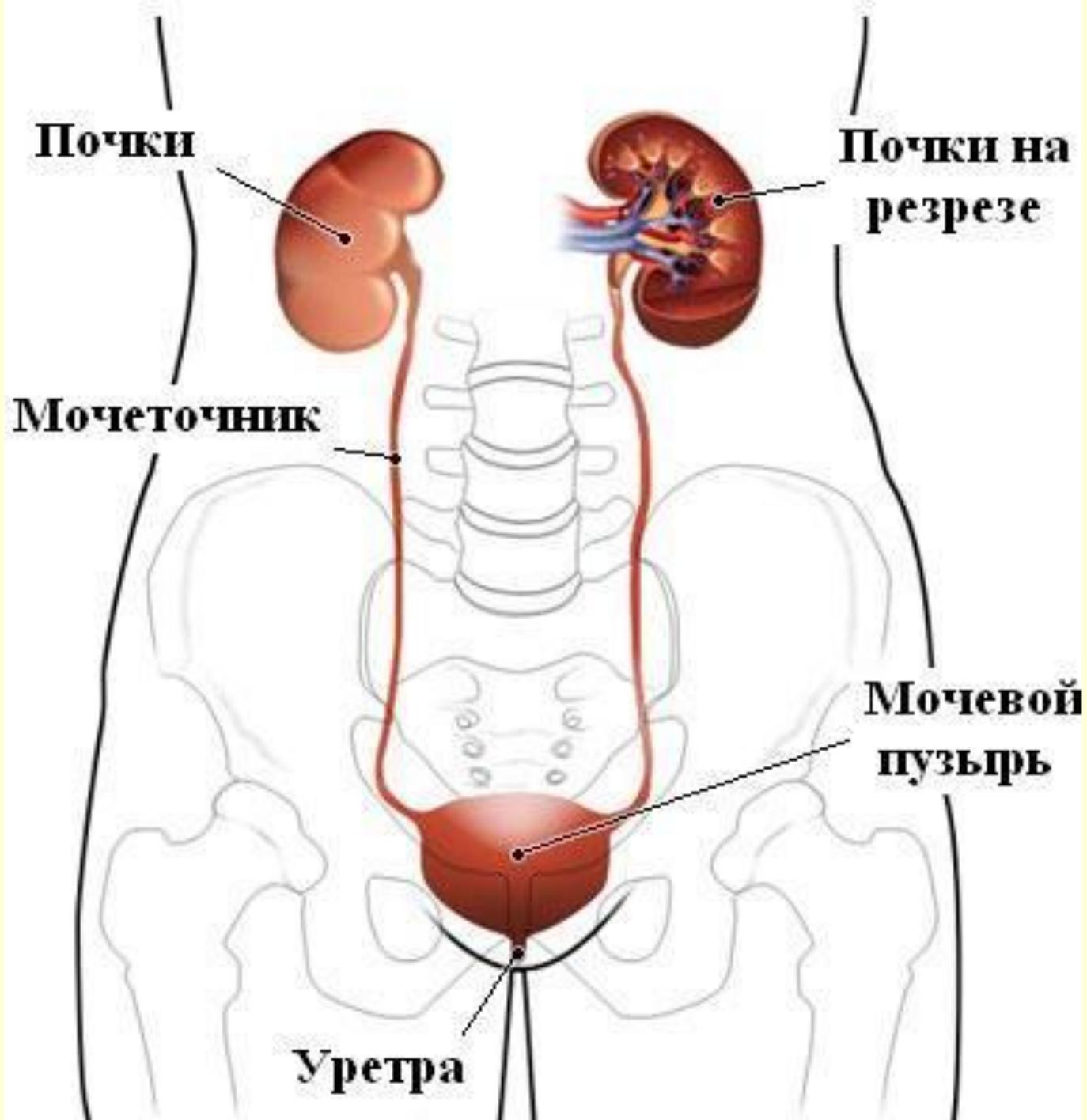


**Пиелонефрит** – это воспаление одной или обеих почек, преимущественно бактериальной природы.

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

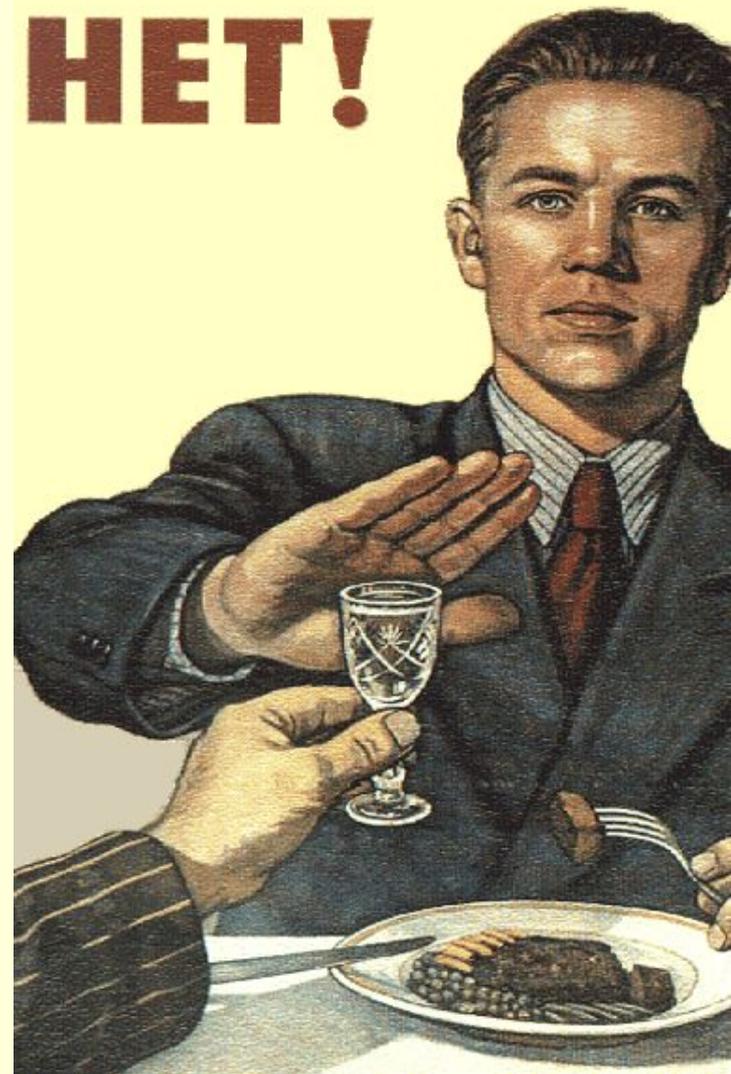


# Профилактика заболеваний выделительной системы

## 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

