

## 13 марта - Всемирный день почки



Всемирный день почки отмечается ежегодно во второй четверг марта, начиная с 2006 года. Это глобальная информационно-просветительская кампания, направленная на повышение осведомленности о значении почки в работе всего организма.

В этот день специалисты призывают всех и каждого к тому, чтобы не только быть осведомленными о болезни, но и к тому, чтобы активно интересоваться своими собственными показателями здоровья почек. Например – ежегодно сдавать анализ мочи с целью ранней диагностики болезней почек, контролировать уровень креатинина,

сахара крови, знать свой уровень артериального давления и то, каковы основные цели лечения.

В Беларуси первичная заболеваемость тубулоинтерстициальными болезнями почек составляет 110 случаев на 100 тыс. населения, а гломерулярными 15 случаев на 100 тыс. населения. Ежегодно около 480 пациентов признаются инвалидами по причине болезней почек, из них 230 трудоспособного возраста.

**Почки** – парный орган, крайне важный для общего здоровья человеческого организма.

Почки играют важную роль в фильтрации плазмы крови и выполняют эндокринные, метаболические и регуляторные функции. Любые патологические изменения в их работе могут вызвать цепную реакцию, приводящую к сбоям в функционировании всего организма.

Основной целью этой международной инициативы является повышение общей осведомленности о важной роли почек в организме человека, освоение принципов здорового питания и здорового образа жизни:

- физические упражнения,
- здоровое питание,
- отказ от алкоголя,
- контроль над употреблением табака.

**Почему важна ранняя диагностика болезней почек?**

Многочисленные факторы, такие как инфекции, интоксикации, переохлаждение, сосудистые поражения,

опухолевые образования, системные заболевания и другие, могут провоцировать патологические изменения в почках. Иногда причины могут быть врожденными.

Болезни почек требуют особого внимания на ранних стадиях для достижения эффективного лечения.

Это подчеркивает необходимость своевременного обследования для выявления заболеваний почек.

**Характерные симптомы почечной патологии** проявляются на острой стадии заболевания, что облегчает его диагностику. Однако хронические формы с невыраженными признаками требуют специальных лабораторных и инструментальных исследований.

**Какие симптомы говорят о проблемах с почками?**

Обращение к врачу-нефрологу или урологу необходимо при выявлении следующих симптомов:

- повышенная температура;
- тошнота и рвота;
- боли в пояснице;
- отечность;
- проблемы с мочеиспусканием, включая болезненное мочеиспускание, задержку мочи или увеличение/сокращение объема выделяемой мочи;
- изменения в цвете, запахе или содержании мочи, включая кровь, слизь, песок или камни.

Также **повышенное артериальное давление** может быть связано с заболеваниями почек, что также является весомой причиной для консультации

специалиста.

Распространенными видами почечной патологии являются пиелоцистит, пиелонефрит, уролитиаз, гломерулонефрит, гидронефроз, почечная недостаточность, нефроз, нефропатия беременных, поликистоз, новообразования в почках, нефросклероз и мочекаменная болезнь.

**Виды диагностики болезней почек.**

Для подтверждения диагноза применяются различные лабораторные и инструментальные методы диагностики.

**Инструментальная диагностика болезней почек:**

- ангиография сосудов и почечных артерий,
- УЗИ почек,
- МРТ почек.

**Лабораторные исследования** включают определение уровня различных веществ, таких как креатинин, мочевины, альбумин, анализ общего крови и мочи, биохимический анализ крови, а также пробы по Нечипоренко и Зимницкому.