ХРОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ ПОЧЕК: ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА.

Эшматова Дурдона Гофуровна
Андижанский техникум общественного здравоохранения имени Абу Али Ибн Сины, Преподаватель

Аннотация: *Хроническая болезнь почек (ХБП) является одной из актуальных проблем современной медицины, характеризующейся постепенным и необратимым снижением функции почек. В статье рассмотрены основные причины развития заболевания, его клинические проявления, а также меры профилактики. Особое внимание уделено факторам риска и важности ранней диагностики для предупреждения прогрессирования болезни и развития осложнений.*

Ключевые слова: *хроническая болезнь почек, почки, нефропатия, почечная недостаточность, диабет, гипертония, профилактика, симптомы, диагностика.*

Хроническая болезнь почек представляет собой длительно протекающее патологическое состояние, при котором происходит постепенное снижение функции почек, сопровождающееся нарушением их фильтрационной, экскреторной и эндокринной функций.

Заболевание характеризуется прогрессирующим течением и нередко приводит к развитию хронической почечной недостаточности, требующей проведения заместительной терапии, такой как гемодиализ или трансплантация почки.

Актуальность проблемы обусловлена высокой распространённостью ХБП во всём мире, увеличением числа пациентов с сахарным диабетом и артериальной гипертензией — основными факторами риска развития заболевания.

Кроме того, хроническая болезнь почек длительное время может протекать бессимптомно, что затрудняет её раннюю диагностику и своевременное начало лечения.

Причины (этиология). Основными причинами развития хронической болезни почек являются:

- сахарный диабет (диабетическая нефропатия);
- артериальная гипертензия;
- хронические воспалительные заболевания почек (гломерулонефрит, пиелонефрит);
- наследственные заболевания (поликистоз почек);

- токсическое воздействие лекарственных препаратов и химических веществ;
- аутоиммунные заболевания;
- нарушения оттока мочи (мочекаменная болезнь, опухоли).

Патогенез. В основе развития ХБП лежит постепенная гибель нефронов — структурных единиц почек.

Это приводит к снижению скорости клубочковой фильтрации, накоплению в организме токсических продуктов обмена веществ и нарушению водно-электролитного баланса.

Со временем развивается хроническая почечная недостаточность.

Клинические проявления (симптомы).

На ранних стадиях заболевание может протекать бессимптомно. По мере прогрессирования появляются следующие симптомы:

- общая слабость и быстрая утомляемость;
- отёки (чаще на лице и нижних конечностях);
- повышение артериального давления;
- изменения мочеиспускания (учащение или уменьшение объёма мочи);
- тошнота, снижение аппетита;
- кожный зуд;
- анемия.

В тяжёлых случаях развивается уремия — состояние интоксикации организма.

Диагностика. Для диагностики ХБП используются:

- общий анализ мочи (протеинурия);
- биохимический анализ крови (креатинин, мочевина);
- расчёт скорости клубочковой фильтрации (СКФ);
- ультразвуковое исследование почек;
- при необходимости — биопсия почки.

Профилактика. Профилактика хронической болезни почек включает:

- контроль уровня сахара в крови;
- поддержание нормального артериального давления;
- рациональное питание (ограничение соли и белка);
- отказ от вредных привычек;
- достаточное потребление жидкости;
- регулярные медицинские осмотры;
- осторожное применение лекарственных препаратов.

Хроническая болезнь почек является серьёзным заболеванием, которое при отсутствии своевременной диагностики и лечения может привести к тяжёлым последствиям.

Ранняя диагностика, контроль факторов риска и соблюдение профилактических мер играют ключевую роль в замедлении прогрессирования заболевания и улучшении качества жизни пациентов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Чучалин А.Г. (ред.) Внутренние болезни. — Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016.
2. Мухин Н.А. Нефрология. — Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2018.
3. Смирнов А.В. Хроническая болезнь почек. — Санкт-Петербург: СпецЛит, 2017.
4. Кучер А.Г. Клиническая нефрология. — Москва: МЕДпресс-информ, 2015.
5. Всемирная организация здравоохранения. Хронические заболевания почек. — 2020.