

Юлия  
ПОПОВА



# БОЛЕЗНИ ПОЧЕК

**Пиелонефрит, цистит,  
опущение почки**



Ломит поясницу?  
Немедленно к врачу

Диета для почек:  
вкусно и полезно

Лейся, песня...  
Каким должен быть  
анализ мочи?

Вкусно и полезно –  
лечимся соками



«КРЫЛОВ»

Ваш семейный врач

Юлия Попова

**Болезни почек. Пиелонефрит,  
цистит, опущение почки**

«Крылов»

2008

## **Попова Ю. С.**

Болезни почек. Пиелонефрит, цистит, опущение почки /  
Ю. С. Попова — «Крылов», 2008 — (Ваш семейный врач)

Недуги, связанные с почками, причиняют человеку страдания и неудобства, так как непосредственно связаны с выделительной системой. Многие люди стесняются обратиться к врачу и запускают болезнь. Острая боль в пояснице, тошнота, рвота, кровь в моче – повод для немедленного обращения к врачу: только он может определить, чем вы заболели. Однако есть множество ситуаций, когда вы сами можете помочь себе. В книге собраны описания болезней почек и мочевого пузыря, методы их лечения, рецепты лечебного питания. Надеемся, что она станет надежным союзником на вашем пути к излечению. Рекомендации, изложенные на этих страницах, должны помочь вам вновь обрести утраченное здоровье, гармонию и радость жизни. Данная книга не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

© Попова Ю. С., 2008

© Крылов, 2008

## Содержание

Вступление	5
Беда древняя как мир...	6
Как устроена мочевыделительная система...	7
Почечнокаменная болезнь	9
Камни в почках. Почему они образуются?	10
Почему возникает почечнокаменная болезнь?	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# **Юлия Попова**

## **Болезни почек. Пиелонефрит, цистит, опущение почки**

### **Вступление**

Болезни почек... Этот недуг причиняет человеку и физические, и моральные страдания. Зачастую люди стесняются обратиться к врачу, и еще более осложняют свое состояние, запуская болезнь. Эти недуги коварны. Недолеченный фарингит, промоченные когда-то ноги, отложенный на неопределенное время визит к стоматологу – все это рано или поздно может привести к серьезным нарушениям в работе выделительной системы. Острая боль в пояснице, тошнота, рвота, кровь в моче – повод для немедленного обращения к врачу: только он может определить, что за недуг вас сразил.

В книге собраны описания болезней почек и мочевого пузыря, методы их лечения, рецепты лечебного питания.

## **Беда древняя как мир...**

Похоже, почечные заболевания досаждали людям всегда. На древнеегипетских папирусах сохранились записи о том, что жрецам приходилось заниматься лечением и недержания мочи, и задержки мочеиспускания, и других почечных недугов. В древнеиндийских документах описаны методы лечения почек с помощью растительных веществ и маслянистых субстанций с прибавлением небольшого количества овечьей мочи, есть и другие оригинальные рецепты.

О целебных свойствах многих растений знали древние китайцы, лечебными травами для исцеления почечных заболеваний пользовались врачи Древнего Рима, Древней Греции.

Но по-настоящему изучил и систематизировал знания о болезнях почек Гиппократ (древнегреческий врач, живший около 460–370 гг. до н. э.). Он смог подробно описать строение мочеполовой системы и высказал ряд предположений о камнеобразовании в почках – гипотез во многом правильных. Еще в начале XIX века врачи применяли методы лечения и диеты, весьма близкие к предложенным Гиппократом.

Но то, что стало происходить в урологии в 80-е годы нашего века, можно назвать революцией. Появились такие высокоэффективные методы лечения, как дистанционная ударно-волновая литотрипсия (проще – камнедробление), звуковая стимуляция, перкутанные (чрезкожные) оперативные вмешательства. Одним словом, если у вас обнаружили в почках камни, это еще не означает, что теперь вам предстоит операция. Современная медицина позволяет камни дробить или растворять, не используя хирургический скальпель, так как вместо него работают ультразвук, лазер, электрогидравлика и т. д. Сегодня врачи проводят урологические обследования с помощью внутривенной урографии, томографии, УЗИ и компьютерной диагностики. Но не забывают врачи и о нетрадиционных методах лечения, порой приносящих самые хорошие продукты. И если врач, поставив вам диагноз – почечное заболевание, – предлагает вам просто попить соки, не спешите ругать его. Почечные заболевания чаще всего лечатся консервативным путем с использованием трав, соков, минеральных вод и т. д.

## Как устроена мочевыделительная система...

Мочевыделительная система состоит из двух почек, двух мочеточников, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала – уретры.

Почки предназначены для выработки мочи, а мочеточники, мочевой пузырь и мочеиспускательный канал – для накопления и выведения мочи из организма.

Почек в организме две, располагаются они в забрюшном пространстве, т. е. ближе к спине, находятся на уровне 12-го грудного и 2-го поясничного позвонков. Эти органы имеют бобовидную форму. Масса каждой почки (у взрослого человека) 120–200 г, размеры: в длину 12 см, а в ширину – 6 см. Правая почка обычно находится ниже левой. На каждой почке «сидят» по одному надпочечнику – важнейшему эндокринному органу, вырабатывающему жизненно необходимые для человека гормоны.

Со всех сторон почка окружена, как коконом, околопочечной жировой клетчаткой. В центральной части внутренней стенки каждой почки имеются ворота, в которые входят кровеносные сосуды, а выходят лимфатические сосуды и мочеточники.

Основной структурной единицей почек является нефрон (отсюда и название почечного воспаления – нефрит). Каждая почка имеет более 1 млн нефронов. Состоит нефрон из почечного клубочка и отходящих от него почечных канальцев. В нефроне происходит фильтрация плазмы крови и образование мочи.

Внутреннее вещество почки включает в себя корковую и мозговую ткань, в которых и происходит процесс образования мочи путем фильтрации попадающей в них отработанной жидкости. Это довольно сложный процесс, и в нем принимают участие нервная и эндокринная системы, а руководят этим процессом центры регуляции, находящиеся в головном мозге.

Моча накапливается в почечных лоханках, откуда периодически стекает в мочеточники и далее – в мочевой пузырь.

Мочеточник – это трубка длиной 25–30 см, соединяющая почечную лоханку и мочевой пузырь. Диаметр мочеточника на всем протяжении неодинаков и колеблется в пределах от 3 до 12 мм.

Мочевой пузырь способен накапливать в себе в среднем 200–300 мл мочи. Мочеиспускание у здорового человека бывает 4–6 раз в сутки. Следовательно, в сутки человек выделяет около 2 л мочи.

Из мочевого пузыря наружу моча выделяется через мочеиспускательный канал. Мочеиспускание происходит благодаря сокращению мышцы, сжимающей стенку мочевого пузыря, и расслаблению сфинктеров, расположенных в мочеиспускательном канале. При урологических заболеваниях, сопровождающихся задержкой мочи, мочевой пузырь резко увеличивается в объеме, так что его верхушка будет доставать до уровня пупка.

Для чего же нам нужны почки и вся мочевыделительная система? Это не праздный вопрос. Многие действительно не понимают основной функции почек и считают так: желудок переваривает пищу, почки перекачивают воду, переработанные пища и вода по своим каналам из организма удаляются – и все. Это не совсем так.

Почки пронизаны сетью кровеносных сосудов, этих сосудов очень много. Почечные артерии доставляют в почки около 1200 мл крови каждую минуту. И это не случайно – ведь почки являются одним из важнейших органов, обеспечивая стабильность внутренней среды организма.

В человеческом организме в результате обмена веществ образуются чужеродные, вредные вещества (мочевая кислота, мочевины, креатинин и др.), их необходимо выводить из организма. За это и отвечает мочевыделительная система.

Почки позволяют поддерживать на одном уровне содержание в организме воды и растворенных в ней минеральных веществ, регулируют состав крови, поддерживают нормальное артериальное давление.

В общем, почки – это жизненно важный орган, без которого человек не может жить, поэтому о почках необходимо заботиться: не простужать их, кормить и поить тем, с чем они легко справятся, и вообще любить, как любите все, что находится в драгоценном сосуде – человеческом организме.



## **Почечнокаменная болезнь**

Почечнокаменная болезнь (мочекаменная болезнь) – заболевание, характеризующееся образованием в почках камней из веществ, входящих в состав мочи. Оно является одним из самых распространенных заболеваний на земном шаре. Если верить статистике, то почечнокаменной болезнью страдают около 180 млн человек. Причем камни в почках могут образовываться как у мужчин, так и у женщин, как у детей, так и у стариков.

## Камни в почках. Почему они образуются?

Причин возникновения камней несколько. Прежде всего это нарушение кислотно-щелочного обмена веществ. Например, если ваши железы внутренней секреции функционируют неправильно и нарушен обмен веществ, то в моче будет происходить отклонение от обычной химической реакции, и в осадок будут постоянно попадать те или иные соли – оксалаты, фосфаты, ураты и др. В кислой моче в осадок выпадают ураты и оксалаты, в щелочной – фосфаты и карбонаты.

Теперь нужно, наверно, пояснить, чем отличаются друг от друга эти камни, и так ли уж больному важно знать, оксалат или фосфат «засел» у него в почке.

Оказывается, важно, причем и для больного, и для врача. По химическому составу почечного камня можно определить причину нарушения обмена веществ. Так, например, в образовании фосфатных и оксалатных камней повинен фосфорно-кальциевый обмен. Зная это, врач может назначить правильное лечение, да и вам будет легче разобраться, какие травы принимать.

Итак, камни различаются по химическому составу.

*Оксалатные камни* образуются из кальциевых солей щавелевой кислоты. Это твердые камни черно-коричневого цвета, имеют неровную, шиповатую поверхность. Образование оксалатов происходит при кислой реакции мочи.

*Фосфаты* состоят из солей фосфорнокислого кальция. Они белого или бело-серого цвета, очень мягкие и поэтому легко крошатся, поверхность у них гладкая или слегка шероховатая. Эти камни чаще всего образуются при щелочной реакции мочи, при наличии инфекции в мочевых путях. Они быстро растут и особенно часто приводят к возвращению заболевания.

*Ураты* состоят из кристаллов мочевой кислоты и ее солей. Они плотные, имеют светло-желтый или кирпично-красный цвет, с гладкой или мелкоточечной поверхностью.

Эти три вида камней наиболее часто встречаются у больных почечнокаменной болезнью. Иногда образуется не «чистый» камень одного состава, а смешанный. Очень редко встречаются *карбонаты, цистиновые, белковые и холестериновые камни*.

Камни в почках бывают различной формы – круглые, овальные, с шипами, с отростками и т. д.

Различаются камни и по величине: бывают с горошину, а бывают и с грецкий орех! Правда, такие крупные, как правило, выбирают своим местожительством мочевой пузырь.

Но вернемся к причинам камнеобразования. Мы выяснили, что в образовании фосфатных и оксалатных камней виновно нарушение фосфорно-кальциевого обмена, которое происходит из-за неправильного функционирования околощитовидных желез. Дело в том, что при повышенной функции этих желез происходит чрезмерная выработка соответствующего гормона. При этом кальций и фосфор вымываются из костей и попадают в мочу в большой концентрации. Бывает, что повышается содержание кальция в моче и по другим причинам, в которых повинны такие заболевания, как спондилит, коксит, переломы костей и др.

## **Почему возникает почечнокаменная болезнь?**

В механизме развития почечнокаменной болезни большая роль принадлежит инфекционным заболеваниям мочевыводящих путей, травмам почек, врожденным порокам и дефектам. Врожденные или приобретенные сужения мочеточников, различные заболевания мочевого пузыря и мочеиспускательного канала, нарушающие нормальное прохождение мочи, способствуют выпадению солей в осадок. Процесс ускоряется, если присоединяется инфекция. Инфицировать мочу могут такие заболевания, как ангина, кариес, аденома, различные заболевания женских половых органов и др. Из воспаленных очагов инфекция в виде слизи и гноя попадает в мочевые пути и становится остовом, на котором образуются камни. Особенно часто в инфицированной моче формируются фосфатные камни. Поэтому очень важно долечивать ангины, следить за состоянием зубов, не допускать половых инфекций.

И еще об одной особенности возникновения почечнокаменной болезни. Врачи давно заметили, что распространение по регионам почечнокаменной болезни далеко не одинаково. В России, например, это заболевание чаще встречается на Урале, в центральной области европейской части России, на Северном Кавказе, в Заполярье.

Связано это, по всей видимости, и с климатическими факторами, и с составом питьевой воды, и с характером почв, на которых выращена растительность той или иной местности. Понятно же, что если постоянно пить воду, содержащую много известковых солей, то начнут образовываться камни. А если все время жить в местности с сухим и жарким климатом, где усиленное потоотделение и обезвоживание организма неизбежны, то камешки тоже могут появиться.

Немаловажное значение (а порой основное) в развитии почечнокаменной болезни имеет характер питания, когда в пище человека содержится много различного рода минеральных солей.

Поэтому копченые, жареные продукты, мясные консервы – все это камнеобразующие продукты. Растительная пища способствует ощелачиванию мочи, а мясная – окислению. Может сказаться на образовании камней и недостаток витаминов А и D. Например, часто наблюдаемые явления почечнокаменной болезни у жителей Заполярья вызваны, по всей видимости, недостатком витаминов А и D, ультрафиолетовых лучей и преобладанием в рационе населения рыбной и мясной пищи.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.