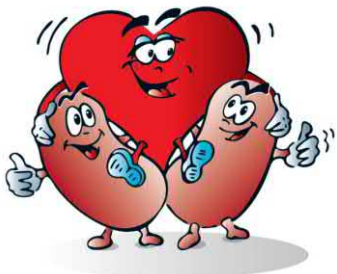




Министерство здравоохранения Пензенской области
ГБУЗ "Пензенская областная детская
клиническая больница им. Н.Ф. Филатова"

НОРМАЛЬНАЯ РАБОТА ПОЧЕК ВАЖНА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА

Почки – это орган, который выполняет функцию фильтра, пропуская за сутки через себя просто огромное количество крови. При этом происходит очищение организма от микробов и токсинов. Благодаря почкам организм находится под защитой. Заболевания почек начинаются так незаметно и мягко, что лечить их начинают зачастую после вступления в хроническую фазу. Самые разные болезни почек встречаются и у детей, и у взрослых.



Особое внимание должно быть уделено беременности женщины с самого зарождения жизни, так как неправильное формирование органов мочевой системы сказывается на их функции и приводит к возникновению патологических процессов. Большое значение для правильного развития ребенка имеют и период новорожденности, грудной возраст, дошкольный возраст и ранний школьный возраст.

Для профилактики и своевременного обнаружения патологии почки необходимо:

Ранняя диагностика состояния почек у плода (начиная с 20 недели беременности).

Своевременное лечение очагов инфекции.

Максимальное ограничение контактов с больными, страдающими вирусными заболеваниями.

Не допускать переохлаждение организма.

Своевременно сообщать врачу об имеющихся наследственных заболеваниях у родителей, братьев, сестер. Наличие заболеваний почек у матери - высокий фактор риска развития заболеваний почек у ребенка.

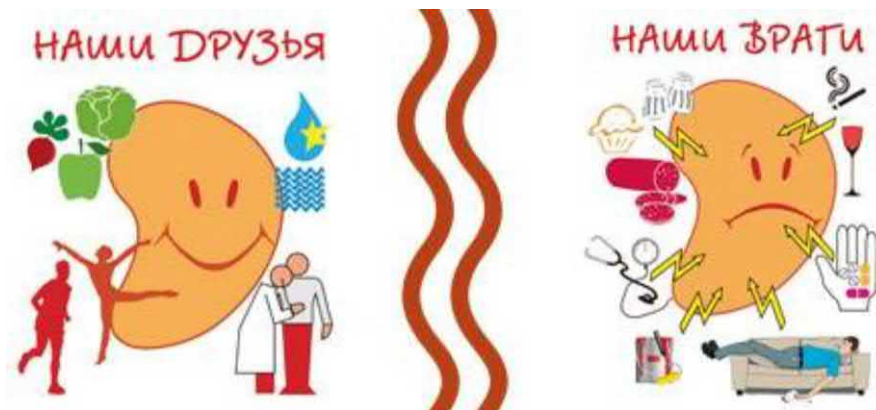
Правильная организация режима жизни и физических нагрузок.

Воспитание у ребенка пищевых приоритетов (употребление в пищу небольшого количества соли, консервов, копченой и жареной пищи).

Повышенное и пониженное артериальное давление может указывать на заболевания почек.

Регулярно проходить диспансеризацию, в том числе осуществлять контроль за состоянием функции почек.

Правильное решение вопросов вакцинопрофилактики.



Сохранить наши почки здоровыми помогают: рациональное питание, включающее много овощей и фруктов, чистая питьевая вода, физическая активность.

Также важно соблюдать правильный питьевой режим, соответствующий возрасту ребенка.

При различных заболеваниях почек и мочевыводящих путей назначается врачом соответствующая диета. Но при любых заболеваниях почек полезны фрукты и овощи - огурцы, тыква, капуста, сладкий перец, арбузы, дыни, яблоки, груши, курага, чернослив. Полезны свежая зелень - петрушка, укроп, сельдерей, настои из листьев брусники, земляники, плодов шиповника, отвар овса.

Для диагностики болезней почек требуется набор простых, доступных процедур, которые могут быть выполнены в обычной поликлинике:

- измерение артериального давления;
- общий анализ крови;
- общий анализ мочи;
- биохимический анализ крови;
- ультразвуковое исследование почек.

Важны внимательное отношение к здоровью своего ребенка, регулярное прохождение медицинских осмотров, при необходимости - посещение нефролога. При выявлении почечного заболевания необходимо диспансерное наблюдение у врача-нефролога.

Болезнь гораздо проще предупредить, чем потом тратить большое количество средств, сил и времени на то, чтобы вылечить заболевание почек. Формировать здоровый организм ребенка необходимо с детства будущей матери.