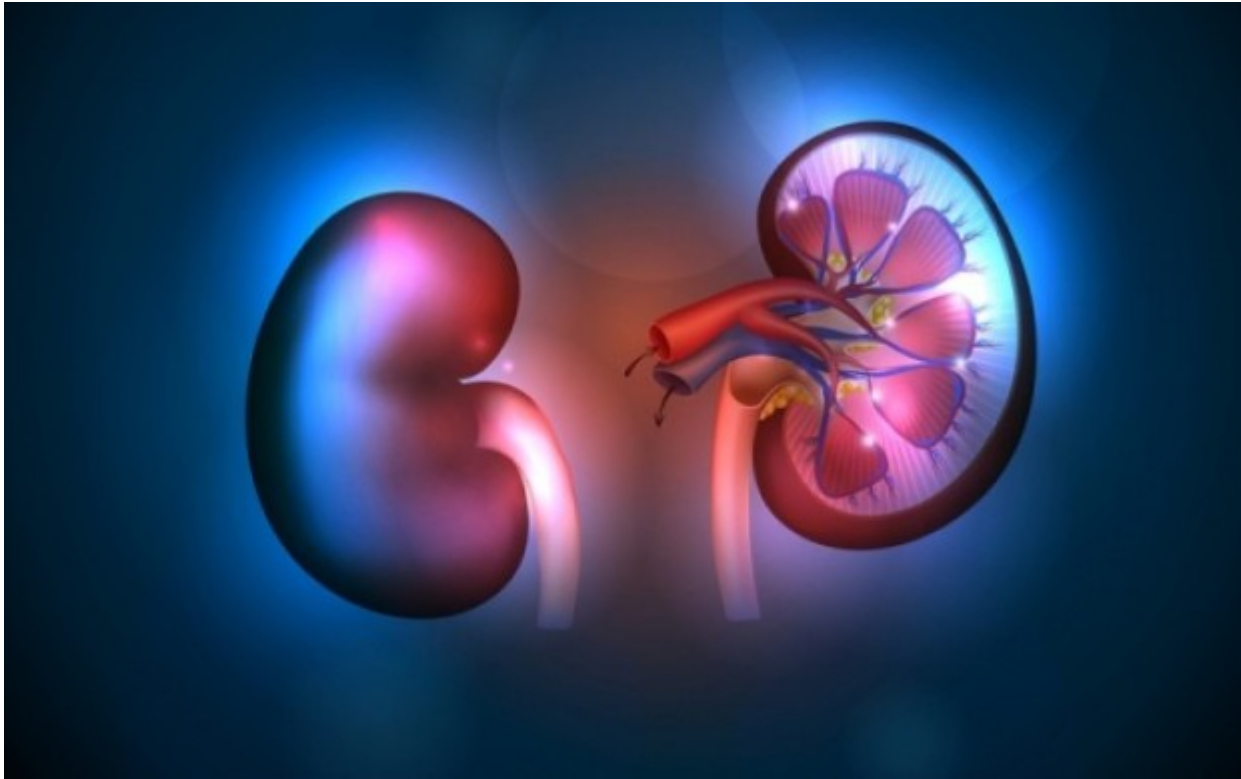


## Τα 7 σημάδια που δείχνουν πρόβλημα στα νεφρά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Υπολογίζεται ότι 1 στους 9 ενήλικες μπορεί να πάσχει από χρόνια νεφρική νόσο. Οι περισσότεροι από τους πάσχοντες δεν το γνωρίζουν, με αποτέλεσμα να μην αποτρέπουν περαιτέρω επιδείνωση των νεφρών τους.

Αυτό συμβαίνει γιατί τα πρώτα συμπτώματα των παθήσεων των νεφρών μπορεί να περάσουν απαρατήρητα. Είναι απαραίτητο να δίνετε προσοχή στα σημάδια που στέλνει το σώμα σας.

### Δυσκολία ή πόνος κατά την ούρηση

Η δυσκολία, η πίεση ή ο πόνος κατά την ούρηση μπορεί να δείχνουν λοίμωξη του ουροποιητικού συστήματος. Η εξάπλωση της λοίμωξης στους νεφρούς, μπορεί να προκαλέσει πυρετό και πόνο στην πλάτη.

### Αλλαγές στην ούρηση

Το πρώτο σύμπτωμα της νόσου των νεφρών είναι αλλαγή στην ποσότητα και τη συχνότητα των ούρων. Μπορεί να υπάρχει αύξηση ή μείωση της ποσότητας των ούρων, τα ούρα να είναι πιο σκούρα από το συνηθισμένο ή να νιώθετε την ανάγκη να ουρήσετε χωρίς όμως τελικά να το καταφέρετε.

### Αίμα στα ούρα

Είναι βασικό σύμπτωμα της νόσου των νεφρών που δεν πρέπει να αγνοήσετε. Μόλις το εντοπίσετε απευθυνθείτε αμέσως στο γιατρό σας.

### Ούρα που αφρίζουν

Τα πύρα που αφρίζουν οφείλονται στη διαρροή της πρωτεΐνης από το σώμα του ατόμου και είναι σημαντικό στοιχείο στη διάγνωση της νόσου των νεφρών.

**Ζάλη και αδυναμία συγκέντρωσης**

Η αναιμία, που σχετίζεται με νεφρική νόσο, μειώνει το οξυγόνο στον εγκέφαλο με αποτέλεσμα να προκαλείται ζάλη, δυσκολία συγκέντρωσης, κ.λπ.

**Πρήξιμο στο σώμα**

Όταν οι νεφροί δεν λειτουργούν σωστά και δεν αποβάλλουν την περίσσεια υγρών, αυτά συσσωρεύονται στο σώμα. Έτσι το άτομο παρουσιάζει πρήξιμο στα πόδια, τους αστραγάλους, στο πρόσωπο και τα χέρια.

**Δερματικά εξανθήματα και φαγούρα**

Τα εξανθήματα μπορεί να δηλώνουν νεφρική νόσο. Η νεφρική ανεπάρκεια προκαλεί συσσώρευση «αποβλήτων» στο αίμα, μία κατάσταση που οδηγεί σε έντονο κνησμό και δερματικά εξανθήματα.

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)