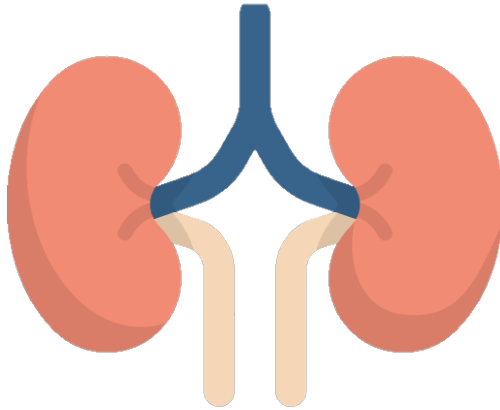


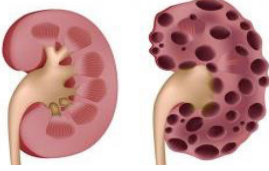


تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



مرض التكيس الكلوي

Adult Polycystic Kidney
Disease



ما هو مرض التكيس الكلوي؟

هو مرض وراثي يصيب الكلى مؤدياً إلى تضخمها بسبب نشوء أكياس عديدة داخل الكلى، تكون هذه الأكياس مليئة بالسوائل بحيث تأخذ جزء من حجم الكلية فتحد من وظائفها، وقد تؤدي إلى الفشل الكلوي بعد عدة سنوات.



أسباب التكيس الكلوي:

من أهم أسباب التكيس الكلوي هي العوامل الوراثية، فإذا كان أحد الوالدين يحمل الجين المسبب للمرض فذلك يعرض الأطفال للإصابة بالمرض بنسبة ٥٠ %.



أعراض التكريس الكلوي:

غالباً مايكون التكريس في الكليتين معاً، وتظهر الأعراض على شكل:

وجود الدم في البول

ارتفاع ضغط الدم

ألم في منطقة الخصر

التهابات متكررة في الكلى والمسالك البولية

تكريس في الكبد والبنكرياس

حصى الكلى

تضخم الكلى

مضاعفات التكيس الكلوي:

ألم مزمن

الفشل الكلوي

نزيف أو تمزق الأكياس

تكيسات في الكبد والبنكرياس ومناطق أخرى

تمدد أو تمزق الأوعية الدموية في الدماغ، ينتج عنه نزيف في الدماغ

حدوث فتق في جدار البطن

ارتخاء في صمامات القلب

حدوث توسع في الشعب الهوائية

ظهور الزوائد القولونية



تشخيص التكييس الكلوي:

- التاريخ الطبي للعائلة
- الأشعة الصوتية أو المقطعية للكلى
- عمل تحاليل الدم والبول
- التحليل الجيني (للجين المسبب للمرض)



العلاج:

لا يوجد علاج يوقف أو يمنع تكون الأكياس في الوقت الحالي، ولكن الهدف من العلاج هو التخفيف من أعراض التكييس الكلوي ومنع حدوث مضاعفات المرض، وذلك عن طريق:

▪ السيطرة على ارتفاع ضغط الدم بالحمية الغذائية وأخذ



أدوية ضغط الدم

▪ علاج التهابات الكلى والمسالك البولية عن طريق



المضادات الحيوية

- إزالة الأكياس الكلوية عن طريق العملية الجراحية
- الغسيل الكلوي أو زراعة الكلى في حالة حدوث فشل

كلوي مزمن



- شرب ٢،٥ - ٣ لتر من الماء

كيفية التعامل مع الفشل الكلوي لمريض التكريس:

- إذا كنت مصاب بالتكريس الكلوي يمكنك استشارة المختصين بعلم الجينات الوراثية؛ لكونه مرض وراثي، لتعرف نسبة خطورة انتقال المرض لأطفالك.
- حافظ على صحة كليتيك بقدر المستطاع وتجنب حدوث المضاعفات، وذلك عن طريق المحافظة على مستوى الضغط الطبيعي في الدم عبر:
- الالتزام بتناول أدوية الضغط حسب وصفة الطبيب
- التقليل من تناول الملح في الطعام

■ المحافظة على نظام غذائي صحي يحتوي على

الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة

■ الالتزام بالوزن الصحي المناسب (يمكنك أن تسأل



طبيبك عن وزنك المثالي)

■ الإقلاع عن التدخين

■ ممارسة الرياضة بانتظام، ٣-٤ مرات في الأسبوع لمدة

٣٠ دقيقة من الرياضة المعتدلة



■ تجنب أنواع الرياضة التي قد تحدث إصابة

لللكل مثل: المصارعة

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

شعبة التثقيف الصحي

HEM2.16.000336

