

قصور الكلى والفشل الكلوي

لا يوجد علاج شاف للفشل الكلوي إلا أنه يمكن السيطرة عليه وتأخير وصوله إلى المراحل النهائية للحد من تطور القصور الكلوي وجعل التدهور في وظيفة الكلى بطيئاً لإبد من علاج مسيبات المرض والالتزام بالحمية الغذائية المطلوبة

أكثر من (95%) من أمراض الكلى تكتشف بإجراء فحوصات طبية لوظائف الكلى وفحص البول وعمل جهاز تلفزيوني بالموجات فوق الصوتية مرة كل عام على الأقل

تكتشف أمامنا مشاكل صحية كثيرة كنا بادئ الأمر لا نأبه بها، بل نكتفي بالمهدئات لتخفيف ما تحدثه من ألم، ثم نرجئ مسألة العلاج أياماً وربما أشهراً أو سنوات لنستفيق على وضع مرز متردٍ وقد عظم خطر المرض واشتد أذاه.

والأمر ينطبق أيضاً على الكثير ممن يعانون أمراضاً ومشاكل في الكلى، وهو عامل أساسي يقود إلى مشاكل كلوية أوسع، كالقصور الكلوي.

وجدير بنا الوقوف على هذا التدهور في عمل الكلى ونيل حصيلة معلوماتية توعوية لتجنبه والوقاية منه بما يؤمن أيضاً تدارك الخطورة قبل أن يستفحل القصور الكلوي ويسوء أكثر وأكثر.

وهذا ما سنستعرضه من خلال اللقاء التالي مع الدكتور/ نجيب وازع أبو أصعب - استشاري أمراض وجراحة الكلى والمسالك البولية.. فإلى ما دار فيه..

الكلية.. ووظائفها

□ بداية ليكن حديثك عن الكلية.. ما الذي يمكن للقاءى مفرقه عن هذا العضو الحيوي وما يمثلته من أهمية لجسم الإنسان؟
الكلية شبيهة في تكوينها بحبة الفاصوليا، والأخرى أن نقول: كليتان اليمنى ويسرى، موقعهما على الجدار الخلفي للبطن خلف الغشاء البروتيني من جانبي الخصر الأيمن والأيسر؛ وكلتاها تتكون من عدة طبقات وهي من الخارج إلى الداخل الغلاف الخارجي - القشرة - النخاع - أهرام ملبجي ثم حوض الكلى، ومنها - عقب عملية الترشيح واستخلاص الماء والأملاح والمواد من الدم التي تزيد عن حاجة الجسم - يخرج البول بتفريغه من حوض الكلية إلى الحالب ثم إلى المثانة، ومنها إلى خارج الجسم. وفي الكليتين ملايين من المرشحات الصغيرة التي تسمح بنقل الدم عبر الشرايين ليدخل إليها، حيث يمر الدم عبر جميع هذه المرشحات كي يصبح خالياً من الشوائب والمواد الضارة التي زادت نسبتها في الدم على المستوى الطبيعي والتي تشكل تهديداً خطيراً على الجسم ليعود الدم نظيفاً خالياً من العناصر الضارة بالجسم.

لقاء/ زكي نعمان الذبحاني

والطبيب بدوره سيعمل على الكشف عن الحالة بأن يطلب إلى المريض عمل تحليل للدم (لوظائف الكلى) وتحليل عام للبول، إلى جانب الأشعة التلفزيونية للكلية.
ولا يعني ظهور ما ذكرته من أعراض بالضرورة أنها للقصور أو الفشل الكلوي. فكثيراً ما تتشابه الأعراض للكثير من الأمراض، ويمكن أن يكون سببها فقر الدم الحاد (أنيميا حادة) أو التشنجات، بل وأحياناً قد لا تظهر للقصور الكلوي أعراضاً يسترشد بها المريض لطلب التشخيص الطبي لتحديد ما إذا كان سببها قصور كلوي.

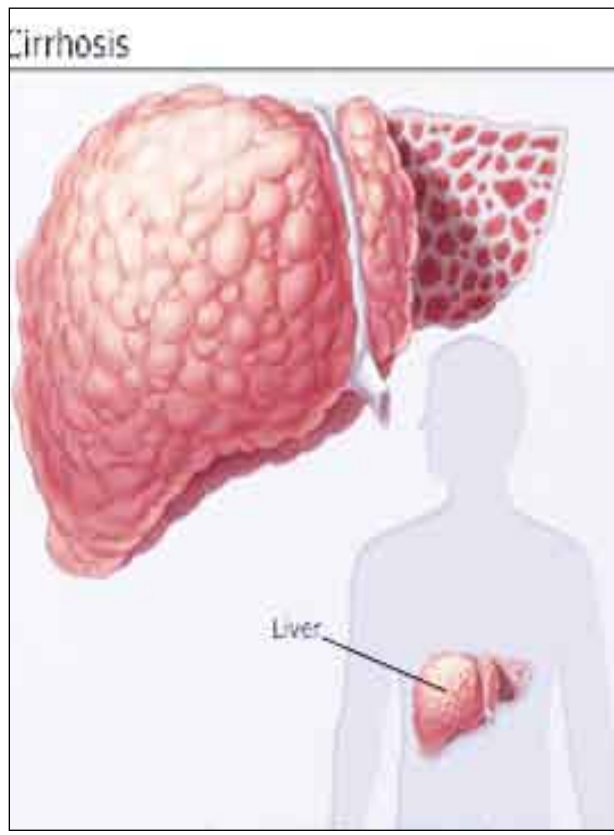
سلوكيات ضارة

□ أي العادات أكثر ضرراً بالكلية وما قد يقود إلى القصور أو الفشل؟ وما السبيل لتجنبها؟
- لا بد للإنسان من تعويض السوائل، فهذا الأمر مهم وتعويض السوائل بالمعنى البسيط أن الإنسان إذا تناول (لترين) عليه تعويض ما مقداره (3 لترات) من السوائل بشكل تقديري.
وقد يعتقد البعض أن فقدان السوائل يأتي من خلال البول، وهذا ليس صحيحاً. ففي المناطق الحارة يأتي فقدان السوائل بسبب كثرة التعرق وكذا من خلال التنفس. وبالتالي يفقد الجسم سوائل كثيرة ولابد من تعويضها.
ولأسف هناك أخطاء فريدة من قبل الأطباء بالذات في المراكز الصحية

على العكس فالجوء إلى العلاج بالأعشاب في بعض الأحيان قد يكون الأنيح في التخلص من الحصوات. وبالتالي لا مشكلة في العلاجات بالأعشاب، فما جاء في ضوء دراسات وأبحاث معملية أثبتت فعاليتها وخلوها من الأضرار وجاءت نتائجها مسجلة في كثير من المراجع. أما التعامل بالأعشاب عن طريق أطباء ليسوا بالأساس أطباء، ومن ثم أخذ الأعشاب بطريقة عشوائية أو بطريقة غير مثبتة علمياً على اعتبار أنها جربت، فهذا تكمن المشكلة، بل وما نحذر منه المريض بالغ الحذر لكيلا تؤدي به في النهاية إلى الفشل الكلوي.
ومع أقل الأضرار التي قد تحصل من الأعشاب إذا كانت مفيدة، فهذا يعد ميزة لهذه العلاجات التي مصدرها الأعشاب المضبوطة بالجرعة المحددة بدقة بمعايير علمية مختبرة على دراية وتخصص، على خلاف تلك التي يصنعها من يدعون الخبرة والدراية بعلم الأعشاب واستخداماتها لمجرد أنهم اطلعوا أو قرؤوا الكتب الخاصة بطلب الأعشاب واكتسبوا الخبرة. إن الوصفات غير المضبوطة بالجرعة، مثل الشعير للتخلص من حصوات المسالك البولية ما هي إلا وصفات تساعد على إدرار البول فقط ولا تعالج المشكلة.
أما الأدوية غير التقليدية التي يصفها الطبيب المعالج بالجرعة الصحيحة وتأتي بنتائج علاجية مضمونة تغني عن الأعشاب. ويمكن المشكلة في الوصفات المزرة للبول، كالشعير وغيره أنها شديدة الخطورة في حالة اللجوء إليها لإخراج الحصوات التي شكلت انسداداً كاملاً للحالب، وجزء زيادة إدرار البول فإنه يشكل ضغطاً على الكلى لزيادة الضغط الواقع عليها مما يعمل على تدميرها مع الوقت.

دمار الكلى

□ ماذا عن الفشل الكلوي الحاد؟ وهل هناك حلول أخرى تتلافى بها موت الكلية؟
- الحصوة التي تظل في الكلية مدة طويلة جداً إن أثرت تأثيراً كبيراً على الكلية، بمعنى أن مسامات الكلية، منتهية ولا تجدي محاولات عمل قسطرة نوعاً لتخفيف الضغط الواقع عليها وما يسمى بالاستسقاء نتيجة للحصوة. فالكلية من الداخل منتهية وأما أن تكون الكلية غير متضررة بسبب الحصوة ولا تزال تضغط ولا تزال جيدة من الداخل، فطبيب المسالك البولية يعمل لها مجرد قسطرة أو ما يسمى دعامة لتخفيف الضغط عليها، وبالتالي تبدأ بإزالة وحفض نسبة السوموم بالجسم، وصولاً إلى الحالة الطبيعية أو إلى أن تكون قريبة من الحالة الطبيعية للكلية.
وما يحصل - للأسف - أن أغلب الحالات التي تصل إلينا والكلية منتهية



القات أحد أسباب مضاعفات أمراض الكلى بسبب السموم التي يرش بها

الصغيرة، ذلك أن المريض عادة يذهب إلى الطبيب ويريد أن يرتاح بأسرع ما يمكن ويأقل التكاليف، فيأخذ مهدئات ومغذيات ثم يكتفي بمجرد أن تهدأ الآلمة وتسكن، غير مبال بالمشكلة المرضية التي هو يصددها، ولا يعلم ما تشكله من مخاطر على صحته وما تنتظره من معاناة إذا لم يكن هناك تدخل حقيقي لعلاج مرضه قبل أن يستفحل ويشند.
وبعض الأطباء الآلمة دون التركيز على معرفة السبب الرئيسي والحقيقي للمهداث لتسكن الآلمة فمنهم من يكتفي به للمريض لا يتجاوز لهذه الآلام إن كان سببها حصوات المسالك البولية أو أنها ناتجة عن الإصابة بالبهاريسيا. فجميع هذه المشاكل - إذا ما أهمل علاجها أو لم يتم أساساً - تقود إلى الفشل الكلوي إلى جانب أن من مسببات الفشل الكلوي:

- داء السكر.
- ارتفاع ضغط الدم.
- الالتهابات الصديدية.
- آثار بعض الأدوية - الالتهابات المصاحبة لبعض الأمراض الروماتيزية.
- تأثير الحمل على أمراض الكلى.
- الالتهابات المناعية الأولية بالكلية.
- إذن لابد من المتابعة المستمرة ومن معالجة هذه الأسباب وأن يرشد المريض إلى الطريق الصحيح.
- وعلى الطبيب المعالج العمل بأمانة والتعامل بشكل صحيح مع المريض، ولا يكتفي بتخفيف الآلام لدى من يشكو مقصداً كلوي، بل يعالج السبب كذلك، فهو الأهم من علاج الأعراض المصاحبة.

الوصفات العشبية

□ للوصفات العشبية رواج واسع بين من يعانون من مشاكل الحصوات والأملاح في الكلى.. ما مدى تأثيرها على فاعلية وكفاءة الكليتين؟
- الكثير من العلاجات مصدرها الأعشاب وليس العيب من الأعشاب بل

ضرورية. على سبيل المثال، الإقلال من تناول البروتين قد يبطئ تدهور وظيفة الكلى، وكثرة الدهون (الكوليسترول والدهون الثلاثية) تؤدي إلى تدهور وظيفة الكلى.
وبعض مرضى القصور الكلوي الذين يعانون من ارتفاع ضغط الدم يتأثرون بكمية الملح المضافة إلى الطعام وذلك أن الملح يعمل على ارتفاع ضغط الدم لدى هذه الفئة من المرضى.
وأحب أن أشير إلى أن الكلية المريضة لا تتعامل بكفاءة مع الكثير من العناصر، مثل (البوتاسيوم - الفوسفور..) ما يعني تخصيص كميات سليمة من البروتينات والصدويوم والبوتاسيوم والدهون والأدوية بالشكل الذي يحدده الطبيب المعالج.

علاج القصور النهائي

□ ما الذي تتيحه الأدوية في علاج القصور الكلوي؟
- لا يوجد في الوقت الحاضر علاج شافٍ للفشل الكلوي. يبدأ في بداية المرض يمكن السيطرة عليه وتأخير وصوله للمراحل النهائية، أي الحد من تطور المرض وجعل التدهور في وظيفة الكلى بطيئاً بالمحافظة على الصحة بما يحد من استمرار التدهور وعلاج مسببات المرض والالتزام بالحمية الغذائية المطلوبة والسليمة.
ولكن عندما تدهور وظيفة الكلى، ويحدث الفشل الكلوي تكون الحاجة إلى بديل عن الكلى يؤدي وظائفها لإبقاء المريض على قيد الحياة، ويكون ذلك عن طريق المعالجة بواسطة التنقية أو الاستصفاة البريتوني "الصفاقي" أو الاستصفاة الدموي أو زراعة كلي من متبرع بمواصفات معينة تناسب المريض بحيث لا يرفضها جسمه أو من متوفى حديثاً ويمكن التنقل بين طريقة وأخرى لفضلاً للمريض.

زراعة الكلى

□ نقل أو زراعة الكلى من متبرع إلى مريض لا يشكل خطراً على المريض أو المتبرع؛ وما الشروط الواجب توافرها لإجراء عملية كهذه؟
- نقل الكلى خيار آخر من العلاج المتوافر للفشل الكلوي، بل تعتبر زراعة الكلى من أحسن الخيارات لعلاج الفشل الكلوي، إلا أنه لا يصلح للجميع لهذا النوع من العلاج فهناك شروط للبقاء الملائمة يحددها الطبيب المختص في هذا الشأن.
وفي زراعة الكلى تنقل كلي من متبرع جراحياً أي بعملية جراحية إلى المريض لتقوم الكلى المتبرع بها بوظيفة الكلى الطبيعية، وللحفاظ على حياة المريض حتى لا يرفضها الجسم وينتهي الكلى المزروعة، يكون المريض بحاجة لاختبارات دورية للتأكد من وظيفة الكلية المزروعة ولا يمكن التكهن بفترة بقاء الكلى المزروعة سليمة، ولكن هناك من عاش بكليته المزروعة أكثر من (25 سنة).
وأصبح متاحاً في اليمن إجراء عمليات جراحية لزراعة الكلى. وكان ما أجري من عمليات من هذا النوع في عام 1998م بمستشفى الثورة بصنعاء بالتعاون مع الأشقاء من جمهورية مصر العربية - (مركز أمراض الكلى وجراحة المسالك البولية بمدينة المنصورة) واستمر إجراؤها بشكل موسمي لكن مؤخراً عقب افتتاح مركز أمراض وزراعة الكلى - بتوفيق من الله - أصبح لدينا فريق يمني متكامل من جراحين واختصاصيين في أمراض الكلى، وتم زراعة كلي لحالات كثيرة وبنجاح كبير.
وتسمى كل هذه الأنواع السابق شرحها من تدخلات العلاج الفشل الكلوي بدائل لوظيفة الكلى.

نصائح في التغذية

□ ننقل في نهاية المطاف إلى التغذية.. فبم تنصح المرضى في هذا الجانب؟ ولماذا يحتاج مريض الكلى لحمية غذائية؟
- يجب تخطيط نظام التغذية لمرضى القصور أو الفشل الكلوي، وذلك وفقاً للقواعد العلمية الصحية التي يحددها الأطباء المعالجون بناءً على حسابات دقيقة، لأن التغذية الصحيحة حجر الزاوية في علاج مرضى الفشل الكلوي، ولابد أن يدرك أن المشكلة الرئيسية لديه تكمن في عجز جسمه عن التخلص من نواتج التمثيل الغذائي.
لذا فإن مراقبة أنواع الأغذية وكمياتها تسهم بدرجة كبيرة في عدم تراكم المواد السامة التي تفتشل الكلى في التخلص من هذه السموم التي يحملها إليها الدم وإفرازها مع الأملاح الزائدة والماء الزائد عن حاجة الجسم من البول.

- ويمكن للحمية الغذائية أن تحقق للمريض الآتي:
- جعل التدهور في وظائف الكلى بطيئاً.
- تأخير الدهلزة و (الاستسقاء).
- منع المضاعفات عند مريض الدهلزة بالمحافظة على نسبة البوتاسيوم في الدم.
- المحافظة على حياة المريض بالفشل الكلوي إلى حين حصوله على كلي للزراعة.
- المحافظة على مستوى السكر في الجسم تلافياً لمضاعفات مرض السكر المؤثرة سلباً على الكلى.
- تقليل الأعراض المصاحبة للمرض، مثل الغثيان والقيء والحكة.
- المحافظة على القيم الغذائية المطلوبة للمحافظة على الصحة العامة.
- تقليل تكوين السموم والنشوات.

- 1 - الاعتبار أهمها:
- 1 - السن: إذ تختلف المتطلبات الغذائية والنمو والطاقة بالنسبة للأطفال عن المتطلبات الغذائية للبالغين وكبار السن.
- 2 - الجنس: نقل احتياجات الإناث للطاقة بصفة عامة مقارنة بالذكور.
- 3 - الجهد: احتياجات العامل اليدوي للطاقة تختلف عن الموظف المكتبي.
- 4 - نسبة القصور في وظائف الكلى: يلزم مراعاة قدرة الكلى على التخلص من مكونات الطعام وخاصة (النترجين - البوتاسيوم - والكبريتات) وغيرها، بالإضافة إلى الماء ذاته.
- 5 - الأمراض المصاحبة للفشل الكلوي: تخطيط نظام التغذية يتطلب مراعاة تلك الأمراض، فغذاء مرضى السكري يجب أن تقل فيه نسب السكريات والدهون، ومرضى القلب المصابون بارتفاع ضغط الدم والذين يعانون من تورم لسبب أو لآخر يحتاجون للتدقيق في تناول ملح الطعام.
- المركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي والسكاني بوزارة الصحة العامة والسكان

خصائص المرض

□ ماذا يعني القصور أو الفشل الكلوي؟ وما علاقة ارتفاع ضغط الدم ومشاكل الأوعية الدموية وغيرها من الأمراض بهذه المشكلة؟
- القصور الكلوي أو عدم كفاءة الكلى؛ يعني أن الكليتين لم تعودا قادرتين على القيام بكل أو بعض وظائفهما السابقة، فتبقى مخلفات الطعام والشرايين ومخلفات البناء والهدم في الجسم، جاعلة عملية التخلص من السوائل والأملاح عملية صعبة.
فالوظيفة العامة للكليتين هي إخراج السموم من الجسم كي لا يتعدى مستوى السموم فيه الحد الطبيعي، بحيث لا يزيد عن (1.4) ملجم لكي ندي لتر مكعب. وأي زيادة لهذا المعدل تعتبر مؤشراً واضحاً لقصور كلوي. وللشغل الكلوي أو قصور الكلى أسباب كثيرة، وهي:

- التهابات الكلى الحادة والمزمنة.
- وجود التهابات ميكروبية بالكلية.
- الإصابة بالبهاريسيا.
- انسداد مجرى البول الناتج عن حصوات الكلى.
- ارتفاع ضغط الدم.
- داء السكر.
- وجود أمراض وراثية، مثل (تكيس الكليتين - متلازمة البورت).
- سوء استخدام الأدوية وخاصة المسكنات.
- بعض أمراض الجهاز المناعي، كمرض الذئبة الحمراء (التعلبية).
- هذا بالإضافة إلى أمراض أخرى.
- وعلى المواطن تجنب الأعراض والأسباب والمسببات التي تقود إلى المعاناة من أمراض الكلى، كالتعرض للبرد - وتناول المهدئات والمنسبات - (القات).
- وللأسف، القات أحد أسباب مضاعفات أمراض الكلى بسبب السموم التي يرش بها، لذلك يجب أن تعمل فحوصات طبية دورية لوظائف الكلى في المختبر كل عام مع الفحص العام للبول، وعمل جهاز تلفزيوني، فهذا يساعد على اكتشاف (95%) من حالات القصور الكلوي بسبب مضاعفات المارلاريا ومشاكل ما بعد الحمل بما في ذلك المضاعفات المرتبطة بالعمليات الجراحية.

□ كيف يتمكن المريض من كشف وجود مشاكل لديه في الكلى، كالفشل الكلوي؟
أولا هناك أنواع للقصور والفشل الكلوي:
- فشل كلوي حاد يمكن الشفاء منه تماماً.
- فشل كلوي مزمن لعلاج طبي وانضباط في الغذاء وتناول السوائل.
- فشل كلوي نهائي يحتاج لعلاج طبي وانضباط في الغذاء وتناول السوائل وأيضاً زراعة الكلى إذا كان وضع المريض يسمح بإجراء عملية جراحية.
والأعراض العامة للقصور الكلوي التي يمكن أن يتنبه لها الإنسان تبدو - عادة - في (التقيؤ - الوهن العام - شحوب الوجه بسبب فقر الدم - ضعف الشهية - شحة البول - الانتفاخ تحت العينين - الورم في الأرجل - تغير في البول - اضطراب في النوم)، وجميعها أعراضاً أولية في القصور الكلوي، تثير بجمعها احتمالاً بداية أعراض القصور الكلوي؛ ويجب أن يتنبه لها الإنسان ويذهب لدى شعوره بها إلى الطبيب المختص.