

سندروم نفروتیک چیست؟

سندروم نفروتیک مجموعه‌ای از علائم است که نشان می‌دهند، کلیه‌ها به‌درستی کار نمی‌کنند. این سندروم مجموعه‌ای از علائم را شامل می‌شود که به دلیل اختلال در عملکرد کلیه به وجود می‌آیند. بخشی از کلیه به نام گلومرول‌ها وظیفه تصفیه خون را برعهده دارند. رگ‌های خونی کوچک در کلیه‌ها بخشی از این سیستم هستند. این رگ‌ها مواد زائد و آب اضافی را از خون پاکسازی کرده و به سمت مثانه می‌فرستند. در نهایت این مواد زائد از طریق ادرار از بدن خارج می‌شوند.

زمانی که این رگ‌های خونی فیلتر کننده خون دچار مشکل می‌شوند، پروتئین بیش از حد وارد ادرار شده و علائم مربوط به سندرم نفروتیک ظاهر می‌شوند. این سندروم می‌تواند هم در بزرگسالان و هم در کودکان به وجود بیاید.

علائم سندروم نفروتیک

- این سندروم می‌تواند علائم و نشانه‌های زیر را در فرد ایجاد کند:
- تورم شدید به‌ویژه در اطراف چشم و مچ پا
- ادرار کف‌آلود به دلیل وجود پروتئین زیاد در ادرار
- افزایش وزن به دلیل احتباس مایعات
- خستگی
- ازدست‌دادن اشتها
- چربی و کلسترول بالا در خون
- سطح پایین آلبومین در خون

علت سندروم نفروتیک چیست؟

علل ابتلا به این سندروم به دو دسته تقسیم می‌شوند:

سندروم نفروتیک اولیه: شرایطی که فقط خود کلیه‌ها را تحت تاثیر قرار دهد.

سندرم نفروتیک ثانویه: هنگامی که مشکل مربوط به قسمت دیگری از بدن باشد و روی کلیه‌ها هم تاثیر گذاشته باشد.

اصلی‌ترین علل ابتلا به این عارضه شامل موارد زیر می‌شود: عفونت‌های ویروسی، واکنش‌های آلرژیک، مصرف برخی داروها، ویروس HIV، فشار خون بالا، بیماری‌های عروقی، جهش‌های ژنی، دیابت، لوپوس، آمیلوئیدوز.

عوامل خطر سندروم نفروتیک

برخی از عوامل می‌توانند ریسک ابتلا به این بیماری را افزایش دهند. از جمله:

شرایط پزشکی: برخی از بیماری‌ها و شرایط پزشکی مانند دیابت، لوپوس، آمیلوئیدوز و بیماری‌های کلیوی می‌توانند احتمال ابتلا به این عارضه را افزایش دهند.

برخی داروها: داروهایی مانند داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی و داروهای ضد عفونت ریسک ابتلا را بالا می‌برند.

برخی عفونت‌ها: عفونت‌هایی مانند HIV، هیپاتیت B و C و مالاریا احتمال ابتلا را افزایش می‌دهند.

عوارض سندروم نفروتیک

سندروم نفروتیک در صورت عدم درمان ممکن است عوارضی را ایجاد کند. شایع‌ترین عوارض این سندروم عبارت‌اند از:

لخته شدن خون: زمانی که گلومرول‌ها در فیلتر کردن خون دچار مشکل می‌شوند، مقدار زیادی از پروتئین‌های خون از دست می‌روند و احتمال ایجاد لخته در رگ‌ها افزایش پیدا می‌کند.

بالارفتن کلسترول و تری‌گلیسیرید خون: سطح پروتئین آلبومین در خون کاهش پیدا کرده و به همین دلیل کبد آلبومین بیشتری تولید می‌کند. در نتیجه کبد کلسترول و تری‌گلیسیرید بیشتری آزاد می‌کند و فرد ممکن است دچار کلسترول بالا شود.

سوءتغذیه: ازدست‌دادن پروتئین خون باعث سوءتغذیه می‌شود. وزن کاهش پیدا کرده، اما ادم (تورم) آن را پنهان می‌کند.

فشارخون بالا: تجمع مایعات در بدن باعث ایجاد فشارخون بالا می‌شود.

آسیب حاد کلیه: زمانی که گلومرول‌ها دچار مشکل می‌شوند، فیلتر کردن خون با اختلال مواجه شده و مواد زائد در خون جمع می‌شوند. در این شرایط ممکن است به دیالیز اضطراری نیاز باشد.

بیماری مزمن کلیوی: ممکن است با گذشت زمان عملکرد کلیه‌ها دچار مشکل شود و در نهایت شخص به دیالیز یا پیوند کلیه نیاز داشته باشد.

سندروم نفروتیک

واحد آموزش به بیمار

پاییز 1403

- داروهای کاهش دهنده کلسترول
- داروهای ضد انعقاد
- قرص های ادرار آور
- داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی

رژیم غذایی سندرم نفروتیک باید چگونه باشد؟

رژیم غذایی درست می تواند به کنترل علائم و عوارض سندرم نفروتیک کمک کند. به همین دلیل بهتر است برای رعایت رژیم غذایی اصولی با دکتر تغذیه مشاوره داشته باشید.

احتمالا متخصص تغذیه موارد زیر را در رژیم غذایی شما توصیه کند:

- سعی کنید از پروتئین بدون چربی استفاده کنید. پروتئین گیاهی در درمان بیماری های کلیوی مفید است.
- مقدار چربی و کلسترول را در غذاهای خود کاهش دهید.
- رژیم غذایی کم نمک داشته باشید تا تورم بدن کاهش پیدا کند.

تشخیص سندروم نفروتیک

برای تشخیص سندروم نفروتیک لازم است آزمایش های زیر انجام شوند.

آزمایش ادرار: در آزمایش ادرار مقدار دفع پروتئین و دیگر ناهنجاری های کلیه مشخص می شود.

آزمایش خون: یکی از اولین آزمایش هایی که دکتر کلیه برای این بیماران تجویز می کند آزمایش عملکرد کلیه است. در آزمایش خون سطح پایین آلبومین و پروتئین خون تشخیص داده می شود. در این بیماران سطح کلسترول و تری گلیسیرید خون افزایش پیدا می کند. به همین دلیل این فاکتورها به علاوه سطح کراتینین و نیتروژن اوره اندازه گیری می شوند.

بیوپسی کلیه: برای نمونه برداری از کلیه سوزنی از طریق پوست وارد شده تا در آزمایشگاه مورد بررسی قرار بگیرد.

درمان سندروم نفروتیک چگونه انجام می شود؟

درمان سندروم نفروتیک به علت ایجاد آن بستگی دارد. پزشک باید علت ایجاد سندروم را تشخیص داده و برای درمان آن اقدامات لازم را انجام دهد. همچنین برای بهبود علائم و عوارض این سندروم از جمله کاهش کلسترول، فشارخون و ادم باید اقدامات درمانی انجام شود.

درمان معمولا شامل موارد زیر است.

- درمان فشارخون

