

A HEVENY VESEELÉGTELENSÉG

Meghatározás

Heveny veseelégtelenség esetén a vesefunkció néhány nap alatt romlik el. A veseelégtelenség húgyvérűséghez (urémia) vezet. A heveny veseelégtelenség következményeit akkor tudjuk megérteni, ha ismerjük a vese feladatait. A vese részt vesz a só- és folyadékegyensúly, valamint a vérnyomás szabályozásában, segíti az embereket, hogy ne jussanak a pácolt hering sorsára, azaz szabályozza a savasság-lúgosság egyensúlyát (pH érték!), eltávolítja a mérgeanyagokat, anyagcsere termékeket a szervezetből, aktiválja a D vitamint, vérképzést serkentő hormont termel; összességében, a maga szerény módján lehetővé teszi, hogy az emberek jól érezzék magukat.

Melyek a heveny veseelégtelenség tünetei?

Hogyan vehetjük észre, hogy romlik a veseműködésünk? Amennyiben a vizelet mennyisége megkevesbedik, napi fél liter alá csökken, vagy akár teljesen megszűnik a vizeletürítés, akkor biztosak lehetünk benne, hogy rossz a veseműködés. Pechünkre azonban vannak a heveny veseelégtelenségnek olyan formái, melyek nem járnak kevesebb vizelettel. Ilyen esetekben is észrevehetjük azonban azt, hogy a vizelet világossá, vízszerűvé válik, mert a vese nem tudja a vizeletet töményíteni. Más esetben az tűnhet fel, hogy ellenkezőleg, a vizelet sötétebb lesz, akár cola vagy sötét tea színű is lehet, valamint véressé is válhat. A vizelet mennyiségének és színének megváltozása tehát fontos és korai tünet. Összességében jellemző a rossz közérzet. Ha nem folyadékvesztés miatt alakult ki a veseelégtelenség, akkor vizenyő jelenhet meg, reggelente főleg a szemek körül, estére a bokatájon, és hirtelen nő a testsúly, gyorsan emelkedhet a vérnyomás, ami erős fejfájást okoz. Légszomj, fulladás is felléphet, jellegzetes a gyakori, mély légvétel. Késői tünet a hányinger, hányás, végtagzsibbadás, izomgyengeség, izomrángások-görcsök megjelenése. Szintén késői következmény a zavartság, aluszékonyság.

Mi az esélye annak, hogy hirtelen elromlik a vesefunkcióm?

Ha fiatal vagyok és egészséges, akkor szerencsére elég csekély a heveny veseelégtelenség esélye. Cukorbetegség, szívelégtelenség, tartósan fennálló, nem megfelelően kezelt magas vérnyomás, fehérjevizelés, meglévő idült veseelégtelenség, kiszáradás, vízhajtó kezelés, rendszeres fájdalomcsillapító szedés esetén, valamint idős korban azonban számottevően nő annak esélye, hogy egy olyan behatás, ami az egészséges vesét nem károsítja, a „kicsit beteg” vese működésének gyors romlását eredményezi.

A heveny veseelégtelenség okai

A heveny veseelégtelenség okai három fő csoportba sorolhatók.

- A vese vérellátásának, vérkeringésének heveny romlása következhet be vérvesztés, kiszáradás (hányás, hasmenés, lázas állapot, csökkent folyadék fogyasztás, nagymértékű izzadás, túlzott vízhajtó kezelés), túlzott vérnyomás csökkentés következtében. Jellemző a szomjúságérzés, az alacsony vérnyomás, mely fekvő helyzetből felülve, felállva tovább esik, miközben a pulzusszám növekedik, ilyenkor felkelve szédülés, szívdobogásérzés lép fel; a vizelet mennyisége csökken, színe sötét sárga, a folyadékvesztés miatt csökken a testsúly. Az állapot korai felismerése fontos, mert a veseelégtelenség visszafordítható, ha a vese keringését megfelelő orvosi beavatkozással, az elvesztett folyadék pótlásával, a vérnyomás rendezésével időben sikerül helyreállítani.

- A veseszövet károsodása jön létre, ha a vese vérellátása, vérkeringése tartósan elégtelen marad, ami sejtelhaláshoz vezet. A veseszövet károsodásának további okai: heveny gyulladás; gyógyszerallergia; a vesesejteket károsító anyag (pl. szerves oldószer, fagyálló, röntgen kontrasztanyag, nehézfém, kábítószer), vagy gyógyszer (pl. antibiotikum, nagy adagú fájdalomcsillapító) által okozott sejtkárosodás; a vese ereinek károsodása, elzáródása gyulladás vagy vérrögképződés következtében. A vérmérgezés mind a vese vérkeringését, mind a vese szövetet károsítja. A veseszövet károsodása miatti heveny veseelégtelenség esetén szükség lehet művese kezelésre is. A vesefunkció néhány hét alatt teljesen vagy részben helyreállhat, ha a kiváltó kórfolyamat meggyógyul, de előfordulhat az is, hogy tartós művese kezelésre lesz szükség.
- A vizelet elfolyásának akadálya is veseelégtelenséget okoz, ha például vesekő, daganat, sérülés, megnagyobbodott prosztatata miatt a vizelet nem tud távozni. Érdeemes tudni, hogy a prostata megnagyobbodása esetén a húgyhólyag nem tud teljesen kiürülni, ezért az érintett férfiak gyakran járnak vizelni, azonban nem szabad, hogy ez a tény abba a tévhitbe ringassa őket, hogy minden rendben van a vesefunkcióval. Súlyos esetben teljes vizeletelakadás következhet be. Hólyagkatéterezéssel vagy urológiai beavatkozással lehet ilyenkor a veseelégtelenséget megszüntetni.

A veseelégtelenség felismerése, és okának azonosítása

Alapvető a vérnyomás-pulzus és a testsúly mérése, orvosi vizsgálat, a vizelet vizsgálata, a vérvétel, valamint a hasi ultrahang vizsgálat, mely a vizeletelfolyási akadályt képes felismerni. A heveny veseelégtelenség sürgősségi állapot, ezért a vizsgálatok elvégzése is sürgős. A vizsgálatok elkezdhetők a járóbeteg ellátás keretében, de a gyorsan romló veseműködés kórházi felvételt tesz szükségessé. Amennyiben a veseelégtelenség oka egyszerű vizsgálatokkal nem deríthető ki, akkor kórházi kivizsgálás keretében szükség lehet a veséből tűvel történő mintavételre is (biopszia).

A heveny veseelégtelenség megelőzése, kezelése

A heveny veseelégtelenségre is igaz, hogy egyszerűbb a megelőzése, mint a kezelése.

- A megelőzős szempontjából fontos a vese idült károsodásának elkerülése:
 - A vese is örül, ha gazdája egészséges életmódot folytat, a dohányzás, az elhízás, a sós étrend ugyanis hozzájárulnak a veseműködés romlásához.
 - A fájdalomcsillapítók rendszeres szedése kerülendő, mert a rendszeres fájdalomcsillapító szedés veseelégtelenséget okoz, és gyomorvérzést is előidézhet.
 - Cukorbetegség esetén a diétával és gyógyszeres- ill. inzulin kezeléssel el kell érni a megfelelő a vércukorértékeket, a magas vércukor ugyanis a vesét is károsítja. Ez úgy valósítható meg, hogy rendszeresen ellenőrizzük a vércukorértékeket, és az eredményeket a kezelőorvossal megbeszéljük.
 - Magas vérnyomás esetén a kezelés célja a 140/90 Hgmm alatti vérnyomás elérése, a magas vérnyomás ugyanis a vesét is károsítja. A vérnyomás rendezése sószegény diétával, egészséges életmóddal, és az előírt gyógyszerek rendszeres szedésével érhető el. Fontos a vérnyomás otthoni ellenőrzése, az eredmények megbeszélése a kezelőorvossal.
- A heveny veseelégtelenség esélyét csökkenthetjük, ha figyelünk szervezetünk megfelelő folyadékellátására. Ez azt jelenti, hogy mind a kiszáradást, mind a túlzott

folyadékfogyasztást kerülni kell; egy egészséges ember számára napi 1,5-2 liter folyadék fogyasztása elegendő.

- A *kiszáradás* elkerülésére a legjobb tanácsadó a szomjúságérzés; nagy melegben, izzadás, láz, hasmenés esetén a folyadékfogyasztást a szomjúságnak megfelelően növelni kell. A sóvesztés pótlása céljából a fogyasztott folyadék egy része leves, gyümölcslé, gyümölcs legyen. Láz esetén semmiképp se lépjük túl a lázcsillapítók javasolt maximális adagját. Szükség esetén priznic, hűtőfürdő alkalmazható. Gyakori hányás esetén, amennyiben a hányást nem sikerül csillapítani, infúzió adása szükséges orvosi ellátás keretében. Idős emberekben csökken a szomjúság érzékelése, ezért nekik fokozottan kell figyelniük a kiszáradás elkerülésére.
 - A *túlzott folyadékfogyasztás* a szervezetet, szívet terheli. Szervezetünk folyadéktartalmának túlzott megnövekedését tükrözi a vizenyők megjelenése, mely elsősorban a bokák, lábszár területén észlelhető. A vizenyő jele, ha a bőrt a sípcsont felett ujjunkkal néhány másodpercig nyomjuk, és utána látható az ujj benyomata. Ilyenkor a só- és folyadékfogyasztás csökkentendő.
 - A *vízajtó kezelés* NEM javítja a veseműködést. A vízajtó kezelés célja a szervezetből a folyadék-felesleg kiürítése. Ezért *nincs értelme* annak, ha vízajtó kezeléssel párhuzamosan bőségesen fogyasztunk folyadékot. A só- és folyadékfogyasztás csökkentésével párhuzamosan orvosi ellenőrzés mellett a vízajtó adag is csökkenthetővé válik, esetleg el is hagyható a vízajtó.
 - Amennyiben panaszok, tünetek, túlzott vérnyomásesés lépnek fel vérnyomáscsökkentő, vízajtó kezelés bevezetését, vagy korábbi adagok módosítását követően, akkor a gyógyszert felíró orvoshoz kell forduljunk.
 - Antibiotikum szedés, bármilyen új gyógyszer elkezdése után jelentkező panaszok esetén is orvoshoz kell fordulni.
- A heveny veseelégtelenség súlyos betegség, mely kórházi ellátást igényel, sokszor művese kezelés is indokolt lehet. A kezelést ne bízzuk a szomszéd nénire bármennyire kedves is legyen, a betegség felismerése, kezelése orvosi feladat.

<http://www.monsoonjournal.com/ViewArticle.aspx?ArticleId=228>



<http://dawnadvertiser.wordpress.com/2012/03/13/take-care-of-your-kidneys/>



<http://tshtoptips.wordpress.com/>



