

मधुमेह और गुर्दे की बीमारी



मधुमेह संबंधी गुर्दे की बीमारी में मधुमेह होने के परिणामस्वरूप गुर्दे की क्षति होती है, जो मधुमेह प्रकार 1 और 2 की सामान्य जटिलता है। मधुमेह में उच्च रक्त शर्करा का स्तर गुर्दे या इसके कुछ हिस्सों जो आपके रक्त को शुद्ध करते हैं उसको नुकसान पहुंचा सकता है। क्षतिग्रस्त फिल्टर से रिसाव शुरू होता होता है और आपके मूत्र में प्रोटीन की हाज़री पाई जाती है। गुर्दे की विफलता का प्रमुख कारण मधुमेह है। लेकिन कुछ चीज़ें हैं जो आप रक्त शर्करा और रक्तचाप को नियंत्रण में रखने के साथ, गुर्दे की बीमारी को रोकने के लिए या उसकी प्रगति को धीमा करने के लिए या उसका इलाज करने के लिए कर सकते हैं।

मेरे गुर्दे का कार्य क्या है?

गुर्दे का कार्य लाखों छोटी वाहिकाओं के माध्यम से आपके रक्त को शुद्ध करना है। आपके शरीर में उनके माध्यम से दिन में कई बार रक्त बहता रहता है। रक्त गुर्दे में प्रवेश करता है, अवांछित पदार्थ छन जाते हैं जबकि नमक, पानी और खनिज अवशोषित होते हैं या जरूरत के अनुसार उत्सर्जित होते हैं।

गुर्दे के महत्वपूर्ण कार्य

- समग्र प्रवाही का संतुलन बनाए रखना। वे मूत्र के माध्यम से शरीर से अवांछित तरल पदार्थ निकालते हैं जो आपको बीमार कर सकते हैं।
- रक्त से खनिजों का विनियमन करना और छानना। फिल्टर रक्त में शरीर के लिए आवश्यक प्रोटीन और खनिजों जैसे महत्वपूर्ण पदार्थ को रोक कर रखता है। शुद्ध रक्त आपके रक्तप्रवाह में वापस आ जाता है।
- भोजन, दवाओं और विषाक्त पदार्थों से अवांछित पदार्थों को छानना और त्याग देना।
- हार्मोन उत्पन्न करना जो लाल रक्त कोशिकाओं के संश्लेषण में महत्वपूर्ण हैं, हड्डियों के स्वास्थ्य में सुधार करते हैं, और रक्तचाप को नियंत्रित करते हैं।

मेरे गुर्दे पर मधुमेह का क्या प्रभाव होता है?

रक्त शर्करा के निरंतर उच्च स्तर के कारण कुछ वर्षों में गुर्दे का कार्य क्षतिग्रस्त हो जाता है। उच्च रक्त शर्करा के कारण फिल्टर से अधिक रक्त पसार होता है, जिससे गुर्दे का कार्य सामान्य से अधिक हो जाता है। मधुमेह के साथ-साथ कई लोगों को उच्च रक्तचाप होता है जो फिर से छोटे रक्त वाहिकाओं पर तनाव का कारण बनता है। उच्च रक्त शर्करा और रक्तचाप से फिल्टर को नुकसान पहुँच सकता है जिससे वे उतना काम नहीं कर सकते जितना उन्हें करना चाहिए।

एक बार नुकसान होने के बाद क्या होता है?

अक्सर मधुमेह संबंधी गुर्दे की बीमारी में कोई प्रारंभिक लक्षण नहीं होता जब तक कि गुर्दे की अधिकांश कार्य क्षमता समाप्त नहीं हो जाती। इससे पहले कि कोई भी लक्षण दिखे, प्रोटीन जैसे पदार्थ शरीर में नहीं टिकते और फिल्टर की दीवारों के माध्यम से इनका रिसाव होता है। बाद में प्रोटीन शरीर से मूत्र के द्वारा चला जाता है।

अगर मुझे गुर्दे की समस्या है तो मुझे कैसे पता चलेगा?

मधुमेह संबंधी गुर्दे की बीमारी एक मूक रोग है, इसलिए आपको प्रारंभिक चरण में कोई लक्षण नहीं हो सकते हैं। गुर्दे की समस्या के बारे में जानने का सबसे अच्छा तरीका माइक्रो एल्ब्यूमिन परीक्षण के लिए मूत्र के नमूने की जांच करना है, इससे पता चलता है कि क्या आपके गुर्दे प्रोटीन का रिसाव कर रहे हैं (जिसे एल्ब्यूमिन भी कहा जाता है)। जब आपका पहली बार प्रकार 2 मधुमेह के लिए निदान होता है तब और फिर हर साल एक बार यह परीक्षण करना सबसे अच्छा है।

