Отделителна система и здраве

1. Отделителни органи – бъбреци,

* “пречиствателна станция” на организма
* кръвта => преминава през тях=> освобождава се от непотребните вещества
* без дейността на бъбреците организмът загива

1. Правила за предпазване от бъбречни заболявания

* Да пием чиста вода в достатъчни количества
* Да не приемаме алкохол и никотин
* Да не консумираме много солени и силно лютиви храни
* Да не приемаме лекарства без лекарско предписание
* Да се предпазваме от простуда на тялото в областта, в която са разположени бъбреците
* Да пазим бъбреците от сътресение, например от силен удар

1. Заболявания на отделителните органи

* пясък или камъни в бъбреците
* пиелонефрит
* цистит
* уретрит
* простатит
* протеинурия

1. Камъни в бъбреците

* Те са твърди кристали на различни соли
  + калциево-оксалатни
  + уратни
  + фосфатни
* Възникват като малки песъчинки
  + постепенно нарастват, ако не се отделят с урината

1. Бъбречно лечение

* Изкуствен бъбрек
* Хемодиализа
* Трансплантация – присаждане на чужд бъбрек
  + процедура, при която кръвта на болния се филтрира
  + провежда се при наличие на бъбречна недостатъчност

1. Уринообразуване – важен процес за физическото здраве на организма

* Уриноотделяне – важен процес за доброто психическо състояние на човека
* Неволево уриниране(инконтиненция) – при малките деца, също така се среща и при силни отрицателни емоции
* *При възрастните се причинява от слабост на пикочния мехур, от нараняване или от някои болести*

• Волево уриниране – възпитава се постепенно с растежа на детето

1. Най – чести причини за инконтиненция

* Хормонална недостатъчност;
* Слаба мускулатура на тазовото дъно;
* Неврологична дисфункция на долните пикочни пътища;
* Инфекции на пикочните пътища;
* При мъжете: доброкачествено уголемяване на простатата
* Най-срещаните рискови фактори са:
* Операция на таза;
* Операция на простатата при мъжете
* Раждане
* Менопауза.

1. Уриниране

* Нормално уриниране – 5-6 пъти в денонощието, най-вече през деня (1,5-2L отделена урина)
* Отделянето на по-големи количества урина, съпроводено с по-често уриниране се среща при хора, болни от цистит, диабет и др.