

Заболевания мочевыделительной
системы, их предупреждение.

Питьевой режим

Сегодня на уроке

Основные заболевания мочевыделительной системы

Причины возникновения заболеваний

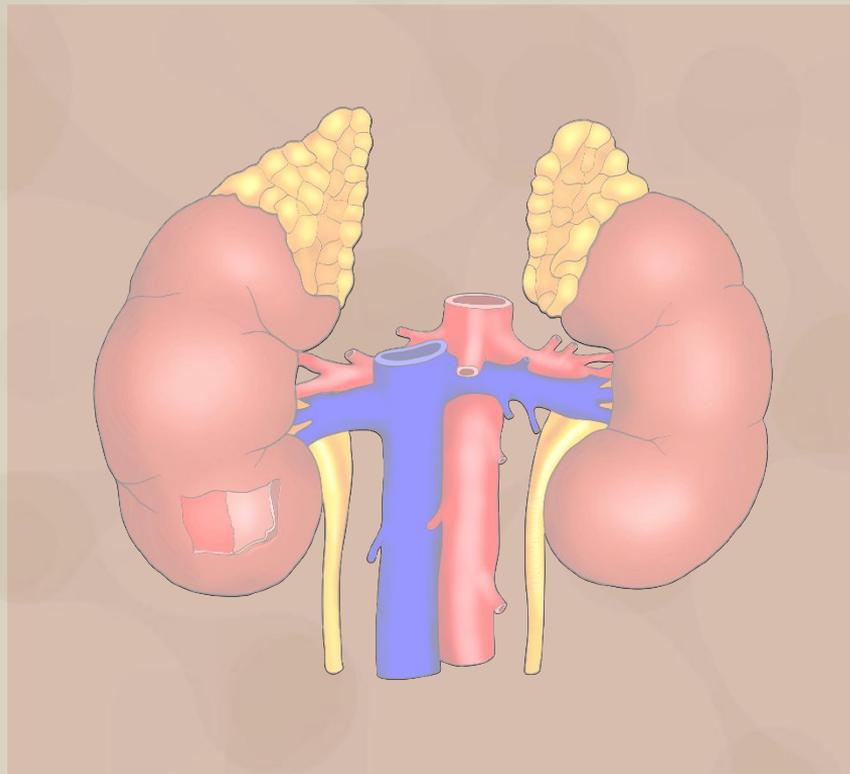
Предупреждение заболеваний

Питьевой режим

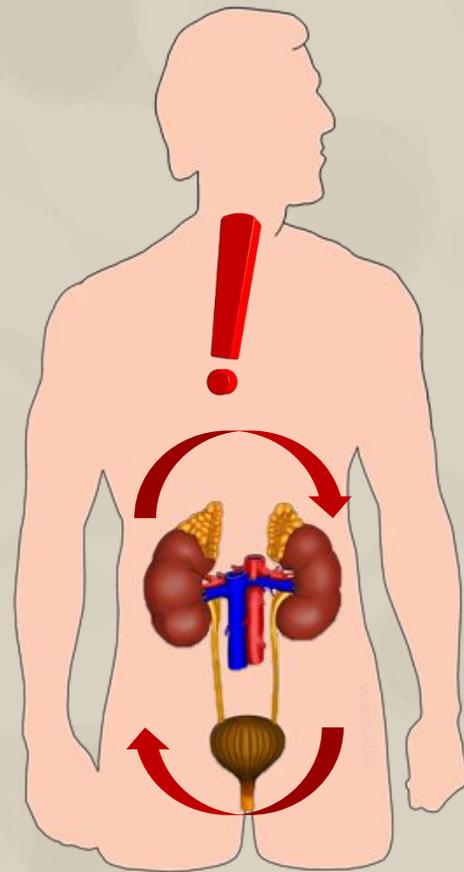
Почки

Главными органами выделения являются почки, основной функцией которых является **фильтрация крови**.

Через почки выводятся азотсодержащие продукты распада белков, избыток воды, некоторые соли и другие вещества.



В результате нарушения работы почек происходит изменение внутренней среды организма.



Заболевания мочевыделительной системы

Мочекаменная болезнь

Пиелонефрит

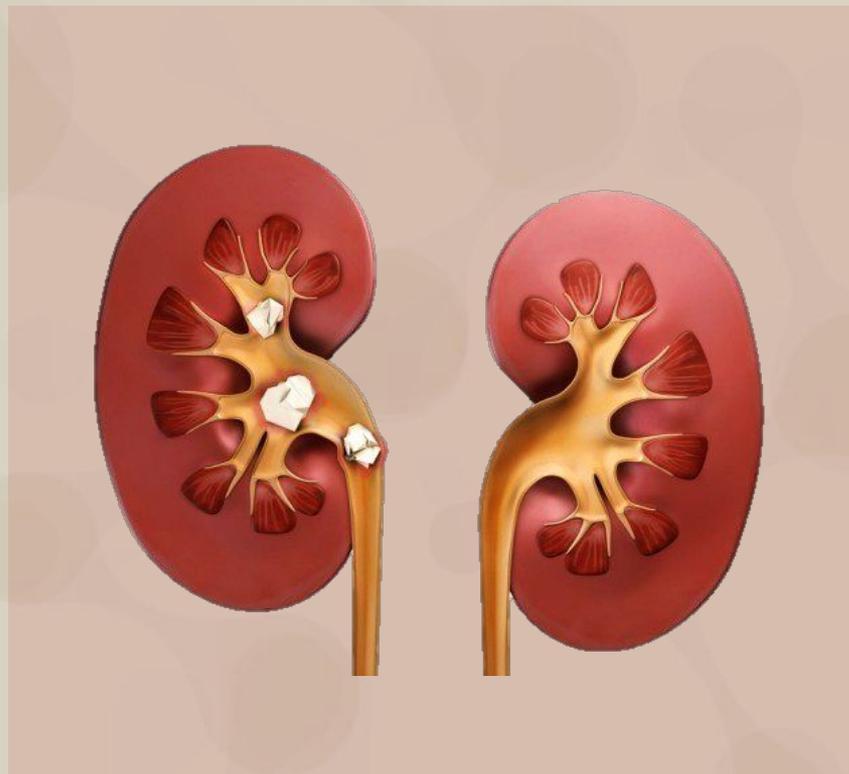
Цистит

Острая почечная недостаточность



Мочекаменная болезнь

Заболевание мочевыделительной системы, которое проявляется в результате образования камней в почках, мочеточниках или мочевом пузыре.



Основной причиной образования камней является **нарушение протекания реакций организма**, что приводит к образованию нерастворимых солей, из которых и формируются **камни** — твердые тела.







Факторы способствующие развитию мочекаменной болезни:

наследственная предрасположенность;

хронические заболевания желудочно-кишечного тракта;

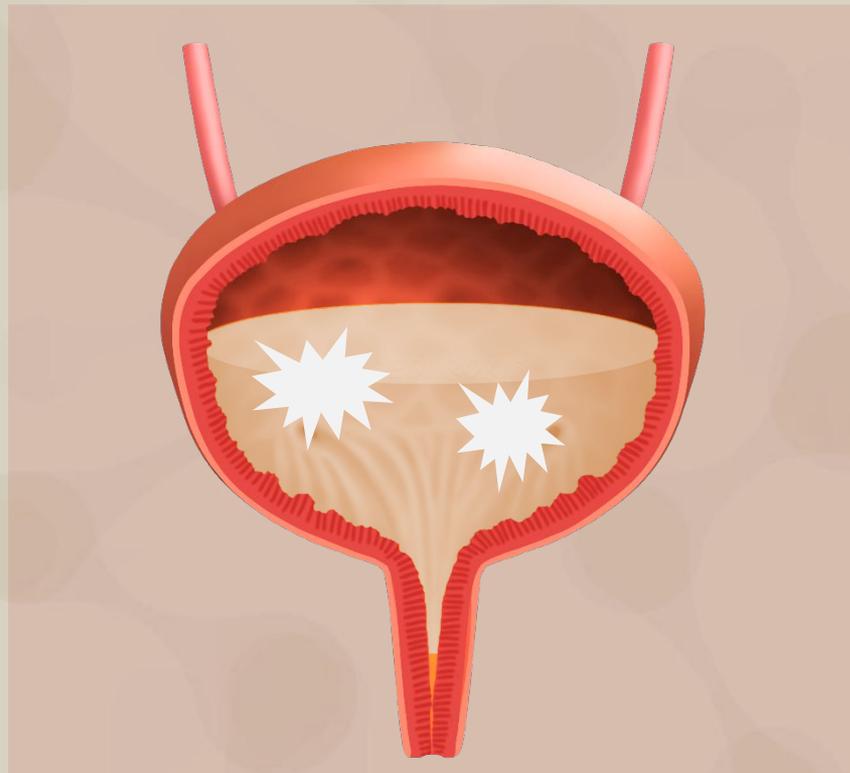
заболевания почек и органов мочеполовой системы;

обезвоживание — нехватка воды в организме;

неправильное питание.

Образование камней

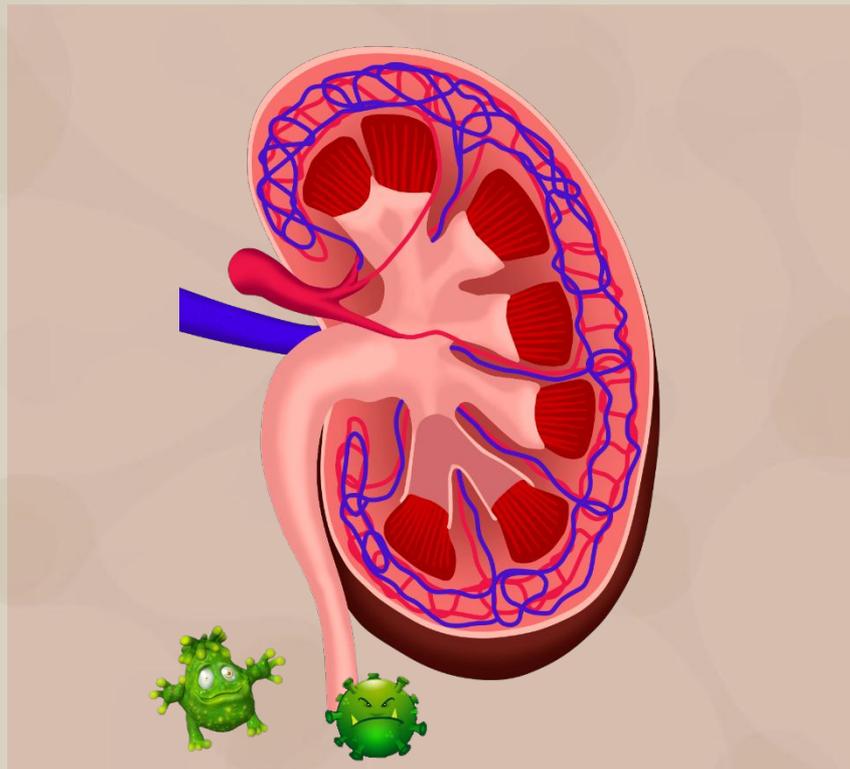
Белковая, острая и кислая пища повышает кислотность мочи, отчего изменяются реакции организма и **образуются соли**, а из них — камни.



Пиелонефрит

Возбудителями пиелонефрита могут быть микробы, которые живут в организме, а также бактерии.

Они разрушают однослойный эпителий капсул нефронов — структурных единиц почек.



Пиелонефрит

В результате нарушается процесс фильтрации крови, и в мочу попадают крупные молекулы: белки, клетки крови — эритроциты и лейкоциты.



Причины возникновения пиелонефрита:

нарушение правил личной гигиены;

ослабленный иммунитет;

переохлаждение;

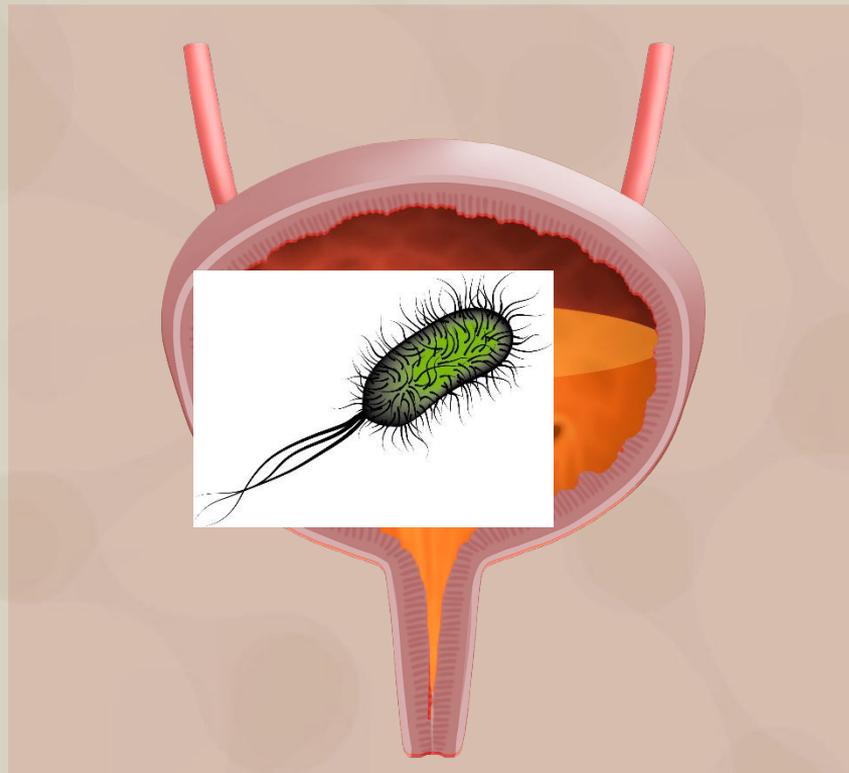
хронические воспалительные заболевания.



Цистит

Заболевание, связанное с воспалением слизистой оболочки мочевого пузыря.

Он может быть вызван инфекциями, чаще всего кишечной палочкой.



Факторы, предрасполагающие к циститу:

нарушение кровообращения в стенке мочевого пузыря и малом тазе;

снижение иммунитета;

неправильное питание;

тяжелые хронические заболевания.

Острый цистит

Частое мочеиспускание

Острая боль и выделение крови

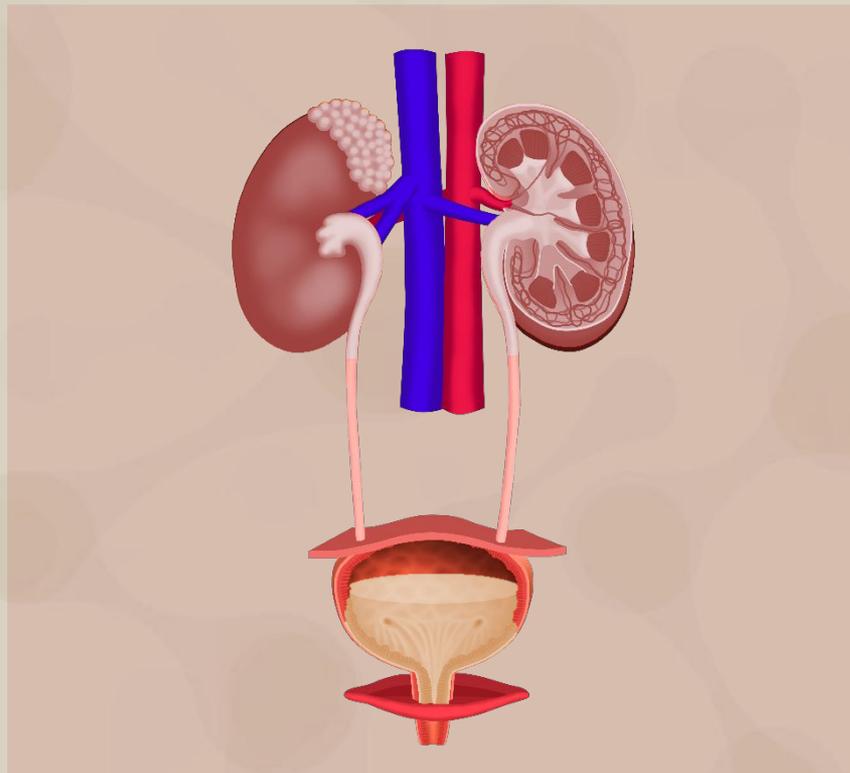
Повышение температуры тела

Тошнота и рвота



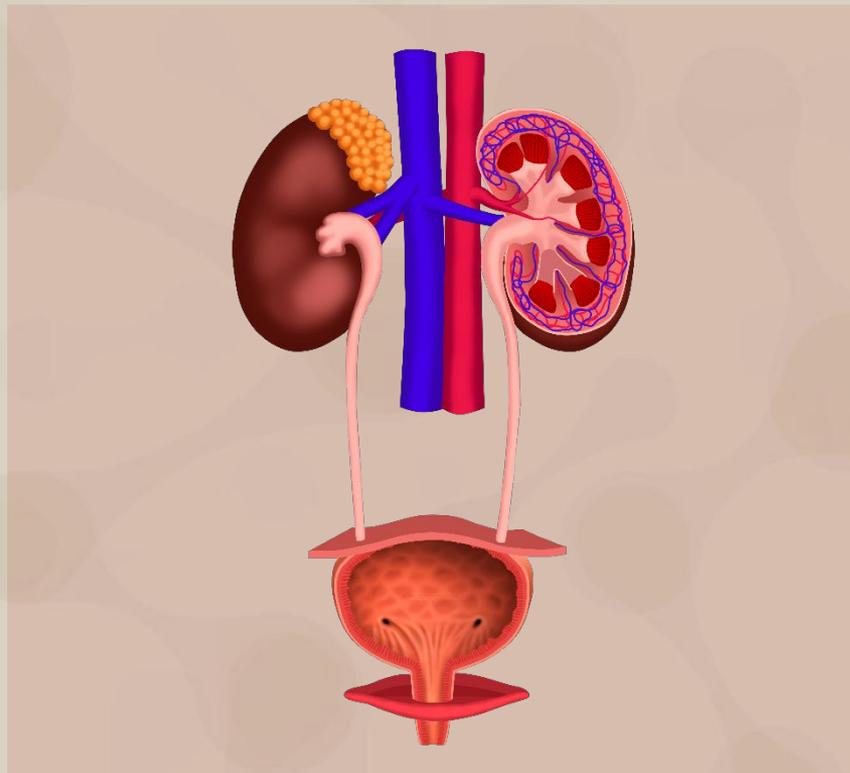
Острая почечная недостаточность

Данное заболевание связано с внезапным нарушением функции почек, то есть с быстрым снижением способности очищать кровь от продуктов обмена, например, мочевины.



Причины, вызывающие острую почечную недостаточность:

- уменьшение объема циркулирующей крови;
- отмирание почечных канальцев;
- двухсторонняя закупорка мочеточников в результате мочекаменной болезни.



В результате нарушения работы почек происходит задержка фильтрации воды, которая приводит к отекам.

Отеки — это излишнее скопление жидкости в организме, в его тканях.









Предупреждение почечных заболеваний:

ведение здорового образа жизни;

соблюдение правил личной гигиены;

своевременное лечение зубов и горла;

осторожное обращение с лекарственными препаратами;

соблюдение правильного питания;

соблюдение питьевого режима.



Питьевой режим

Наиболее рациональный
порядок употребления воды
в течение суток,
устанавливающий его
объем и периодичность.



Питьевой режим



Вода

Принимает участие в процессах терморегуляции.

Растворяет минеральные соли.

Осуществляет транспорт питательных веществ.

Осуществляет выход продуктов обмена.



Питьевой режим

В зависимости от массы тела
человеку в сутки необходимо выпивать
2,5–3,0 л чистой воды.

Это примерно
15 стаканов объемом 200 мл.



Питьевой режим

Масса тела, кг	Объём воды в сутки, л
50	1,8
60	2,1
70	2,5
80	2,8
90	3,2

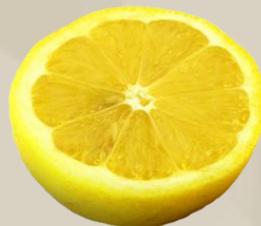
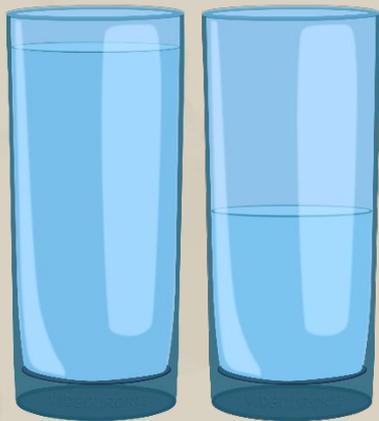


Питьевой режим

Завтрак				
Обед				
Ужин				



Питьевой режим



Питьевой режим

Холодная вода

охлаждает слизистую оболочку,
при этом нарушаются процессы
пищеварения и всасывания.

Сосуды слизистой кишечника
рефлекторно сжимаются от холода,
вода не поступает из кишечника в кровь,
и организм долго не может “напиться”.

Т ниже 20°C



Питьевой режим

Горячая вода раздражает
слизистую кишечника,
при этом замедляя
пищеварение и всасывание.

Ворсинки кишечника
слипаются, и поэтому
всасывающая поверхность
слизистой резко уменьшается.

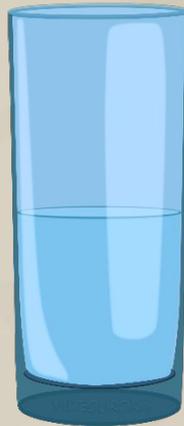


Питьевой режим

Для пищеварения идеальна вода комнатной температуры 20–25°C.

Нагреваясь в ротовой полости и пищеводе, она попадает в желудок, имея уже нужную температуру.

T 20–25 °C



Питьевой режим

Воду лучше пить за полчаса до еды и через полчаса после еды (в таком случае она не вредит пищеварению).

Употребляйте витамины и минеральные вещества.



На уроке рассмотрели:

мочекаменную болезнь;

пиелонефрит;

цистит;

острую почечную недостаточность;

причины возникновения заболеваний.

