

โรคไต หมายถึง โรคอะไรก็ได้ที่มีความผิดปกติหรือที่เรียกว่า พยาธิสภาพ เกิดที่บริเวณไต ที่พบมาก ได้แก่

- โรคไตวายฉับพลันจากเหตุต่างๆ
  - โรคไตวายเรื้อรังเกิดตามหลังโรคเบาหวาน
  - โรคไตอักเสบเนโฟรติก
  - โรคไตอักเสบจากภาวะภูมิคุ้มกันสับสน
  - โรคติดเชื้อในระบบทางเดินปัสสาวะ
  - โรคถุงน้ำที่ไต

อาการ

- ปัสสาวะเป็นเลือด ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นโรคไต แต่ก็อาจไม่ใช่ก็ได้
- ปัสสาวะเป็นสีแดง
- ปัสสาวะเป็นฟองมาก
- การมีปัสสาวะเป็นเลือด พร้อมกับมีไข้ขาว-โปรตีนออกมาในปัสสาวะ
- ปัสสาวะขุ่น
- การผิดปกติของการถ่ายปัสสาวะ เช่นการถ่ายปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะแสบ
- การปวดท้องอย่างรุนแรง (colicky pain) ร่วมกับการมีปัสสาวะ

- การมีก้อนบริเวณไต หรือบริเวณบั้นเอวทั้ง 2 ข้างซึ่งโรคไต เป็นสัญญาณการอุดตัน
- การปวดหลัง ในกรณีที่เป็นกรวยไตอักเสบ จะมีอาการ
- อาการบวม โดยเฉพาะการบวมที่บริเวณ หน้าตา
- ความดันโลหิตสูง เนื่องจากไตสร้างสารควบคุมความดัน
- ซีดหรือโลหิตจาง เช่นเดียวกับความดันโลหิตสูง สาเหตุ

อย่างไรก็ตาม ควรต้องไปพบแพทย์ ทำการซักประวัติ ตรวจร่างกาย และตรวจทางห้องปฏิบัติการ เช่น ตรวจปัสสาวะ ตรวจเลือด เอ็กซเรย์ จึงจะพอบอกได้แน่นอนขึ้น ว่าเป็นโรค

#### สาเหตุ

- เป็นมาแต่กำเนิด (Congenital) เช่นมีไตข้างเดียว หรือไตมีขนาดไม่เท่ากัน โรคไตเป็นถุงน้ำ (Polycystic kidney disease) ซึ่งเป็น กรรมพันธุ์ด้วย เป็น
- เกิดจากการอักเสบ (Inflammation) เช่นโรคของกลุ่มเลือดฝอยของไตอักเสบ (
- เกิดจากการติดเชื้อ (Infection) เกิดจากเชื้อแบคทีเรียเป็นส่วนใหญ่ เช่นกรวยไต
- เกิดจากการอุดตัน (Obstruction) เช่นจากนิ่ว ต่อมลูกหมากโต มะเร็งมดลูกไป
- เนื้องอกของไต ซึ่งมีได้หลายชนิด

#### คำแนะนำ

1. กินอาหารโปรตีนต่ำ หรืออาหารโปรตีนต่ำมาก

โดยกินอาหารที่มีโปรตีนคุณภาพสูง ซึ่งหมายถึงโปรตีน ที่ได้จากเนื้อสัตว์ทุกชนิด จำนวน 0.6 กรัม ของโปรตีน / น้ำหนักตัว 1 กิโลกรัม / วัน โดยไม่ต้องให้กรดอะมิโนจำเป็น ห

ตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยซึ่งมีน้ำหนักตัวเฉลี่ย ประมาณ 50-60 กิโลกรัม ควรกินอาหาร ที่มีปริมาณโปรตีนสูงประมาณ 30-60 กรัม / วัน อาจจำกัดอาหารโปรตีน เพื่อชะลอการเสื่อม

2. กินอาหารที่มีโคเลสเตอรอลต่ำ

3. งดกินอาหารที่มีฟอสเฟตสูง

4. ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังที่ไม่มีอาการบวม การกินเกลือในปริมาณไม่มากนัก

5. ผู้ป่วยโรคไตวายเรื้อรังที่มีน้ำหนักเกิน น้ำหนักจริงที่ควรเป็น (Ideal Weight for Height) ในคนปกติ ควรจำกัดปริมาณแคลอรี ให้พอเพียงในแต่ละวันเท่านั้น คือ ประมาณ