



آگاهی برای حوادث طبیعی و غیرمطمئن و حمایت از کلیه های آسیب پذیر

سلامت کلیه برای همه



تهیه و تنظیم: دکتر عاطفه آموزگار
فوق تخصص بیماریهای کلیه و فشار خون
بیمارستان فیروزگر
دانشگاه علوم پزشکی ایران

- **گزنه:** گیاه گزنه می تواند با داروهای زیادی مانند داروهای مدر، داروهای فشار خون، داروهای دیابت، رقیق کننده های خون و لیتیوم تداخل پیدا کند. زنان باردار و کودکان باید از مصرف آن خودداری کنند. گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده ها و کلیه ها مضر باشد. مقدار مصرف بیش از ۱۰ گرم در روز ممکن است باعث کاهش حجم ادرار یا حتی قطع کامل ادرار شود.



- **پنجه گربه:** از آن برای درمان مشکلات التهابی مانند التهاب مفاصل و التهاب سیستم گوارش و همچنین در عفونت های مزمن و پروسی و باکتریایی استفاده می شود. مصرف این گیاه میتواند با افزایش فشار خون، التهاب حاد آلرژیک نفرونی در بافت بینابینی و نارسایی حاد کلیوی همراه باشد.



- **عرق بوقناق:** با برخی داروها به خصوص داروهای کاهنده قند خون تداخل دارد. مصرف بیش از حد بوقناق باعث افت فشار خون می شود و ممکن است باعث ایجاد نفریت بینابینی در کلیه شود مصرف این گیاه و عرق آن در دوران شیردهی ممنوع است.



با عوارض کلیوی گیاهان دارویی آشنا شویم.



داروهای گیاهی می توانند باعث نارسایی کلیه و آسیب کبدی در برخی از مصرف کنندگان شوند زیرا حاوی مواد شیمیایی سمی یا فلزات سنگین هستند یا واکنش مضر با سایر داروها نشان می دهند . بسیاری از مردم در سراسر جهان بر این باورند که مصرف گیاهان دارویی اگر سودی نداشته باشد، زانی هم ندارد . کلیه ها اصلیترین اندام در دفع مواد شیمیایی وارد شده به بدن از جمله ترکیبات شیمیایی موجود در گیاهان هستند.

استفاده از گیاهان دارویی و فرآورده های گیاهی در نظام سلامت بسیاری از کشورهای جهان، از جمله ایران، رواج یافته است. این واقعیت در کنار این انگاره عامیانه که مصرف گیاهان دارویی به علت طبیعی بودن مفید و بی ضرر است، تبدیل به یکی از آفات بزرگ نظام سلامت شده است. تجارب و یافته های مختلف حاکی از آن است که برخی از گیاهان که برای مصارف دارویی و جدی به کلیه میشوند و یا امراض کلیوی را تشدید می کنند.

- **شیرین بیان** : اگر با مقدار زیاد یادر طولانی مدت مصرف شود، ممکن است به باعث احتباس نمک، دفع پتاسیم، افزایش فشارخون، اختلالات ماهیچه ای - عصبی و آسیب حاد کلیوی شود.



- **خارخاسک**: مصرف این گیاه میتواند باعث اختلال عملکرد کبد، کلیه و اختلالات عصبی شود.



- **خرزهره زرد**: دفع پروتئین و خون که نشان دهنده آسیب کلیوی است در افرادی که در معرض خرزهره زرد قرار میگیرند، مشاهده شده است. از علائم مسمومیت با خرزهره زرد، زردی، قطع ادرار و تب، افزایش کراتینین سرم و اوره خون میباشد.



- **زنجبیل**: در افراد مستعد ابتلا به سنگ کلیه به خصوص سنگهای اگزالات کلسیم باید با احتیاط مصرف شود.

