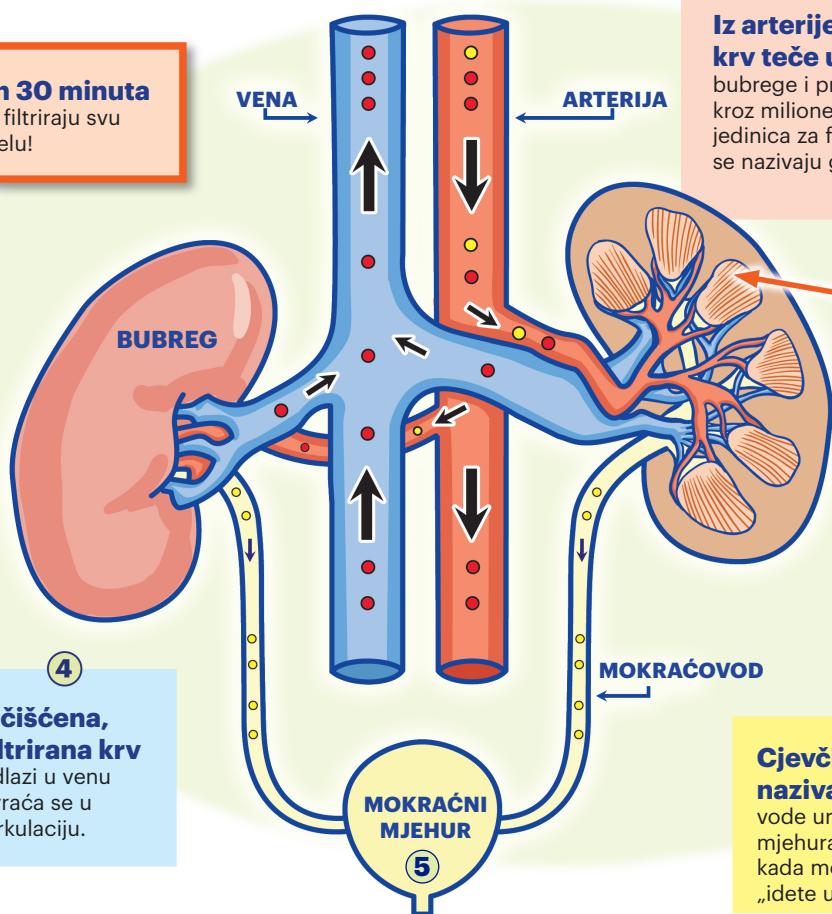


Većina osoba ima dva bubreza, svaki veličine šake odrasle osobe, koji se nalaze s obje strane kičme odmah ispod grudnog koša. Iako su mali, vaši bubrezi obavljaju mnoge složene i vitalne funkcije koje održavaju ravnotežu ostatka tijela. Na primjer, bubrezi:

-  pomažu u uklanjanju otpada i viška tekućine
-  filtriraju krv, zadržavajući neka jedinjenja dok uklanjuju druga
-  kontroliraju proizvodnju crvenih krvnih zrnaca
-  proizvode vitamine koji kontroliraju rast
-  oslobođaju hormone koji pomažu u regulaciji krvnog pritiska
-  pomažu u regulaciji krvnog pritiska, crvenih krvnih zrnaca i količine određenih nutrijenata u tijelu, kao što su kalcijum i kalijum

# Zdravi bubrezi

**Svakih 30 minuta**  
bubrezi filtriraju svu  
krv u tijelu!



1

**Iz arterije krv teče u**  
bubrege i prolazi kroz milione sićušnih jedinica za filtriranje koje se nazivaju glomeruli.

Krvne ćelije  
Otpad

Povećani  
glomeruli

2

**Glomeruli mogu**  
razlikovati ono što vam treba od onoga što vam ne treba. Oni filtriraju otpad i dodatnu tekućinu iz krvi kako bi stvorili urin.

3

**Cjevčice koje se nazivaju mokračovodi**  
vode urin do mokraćnog mjehura. Urin se izlučuje kada mokrite („pustite vodu“, „idete u toalet“).

## Evo kako bubrezi obavljaju svoj važan posao:

1. krv ulazi u bubrege kroz arteriju iz srca
2. krv se pročišćava prolazeći kroz milione sićušnih krvnih filtera
3. otpadni materijal prolazi kroz mokračovod i pohranjuje se u mokraćnom mjehuru kao urin
4. novopročišćena krv se vraća u krvotok putem vena
5. mokraćni mjehur postaje pun i urin izlazi iz tijela kroz mokraćnu cijev

Bubrezi obavljaju svoj životno važan posao filtrirajući i vraćajući u krvotok oko 200 litara tekućine svaka 24 sata. Otpriklike dva litra se eliminiraju iz tijela u obliku urina, dok se ostatak od oko 198 litara, zadržava u tijelu. Urin koji izlučimo bio je pohranjen u mokraćnom mjehuru otpriklike jedan do osam sati.

Obratite se fondaciji National Kidney Foundation (Nacionalna fondacija za bubrege)  
za više informacija

Besplatna linija za pomoć: **855.NKF.CARES** ili e-pošta: [nkfcares@kidney.org](mailto:nkfcares@kidney.org)



NATIONAL KIDNEY  
FOUNDATION.

**KIDNEY.ORG**



Ovaj sadržaj služi samo u informativne svrhe i nije namijenjen kao medicinski savjet ili zamjena za medicinski savjet zdravstvenog radnika.