

اکثر افراد دارای دو گرده هستند که هر کدام به اندازه یک مشت بالغ در دو طرف فقرات درست زیر قفسه سینه قرار دارند. اگرچه گرده ها کوچک هستند، اما عملکردهای پیچیده و حیاتی بسیاری را انجام می دهند که بقیه بدن را در تعادل نگه می دارد. به عنوان مثال گرده ها:


به حذف مواد زائد و مایعات اضافی کمک می کند 

خون را فیلتر کند، برخی از ترکیبات را حفظ و برخی دیگر را حذف کند 

تولید کرویات سرخ خون را کنترل کند 

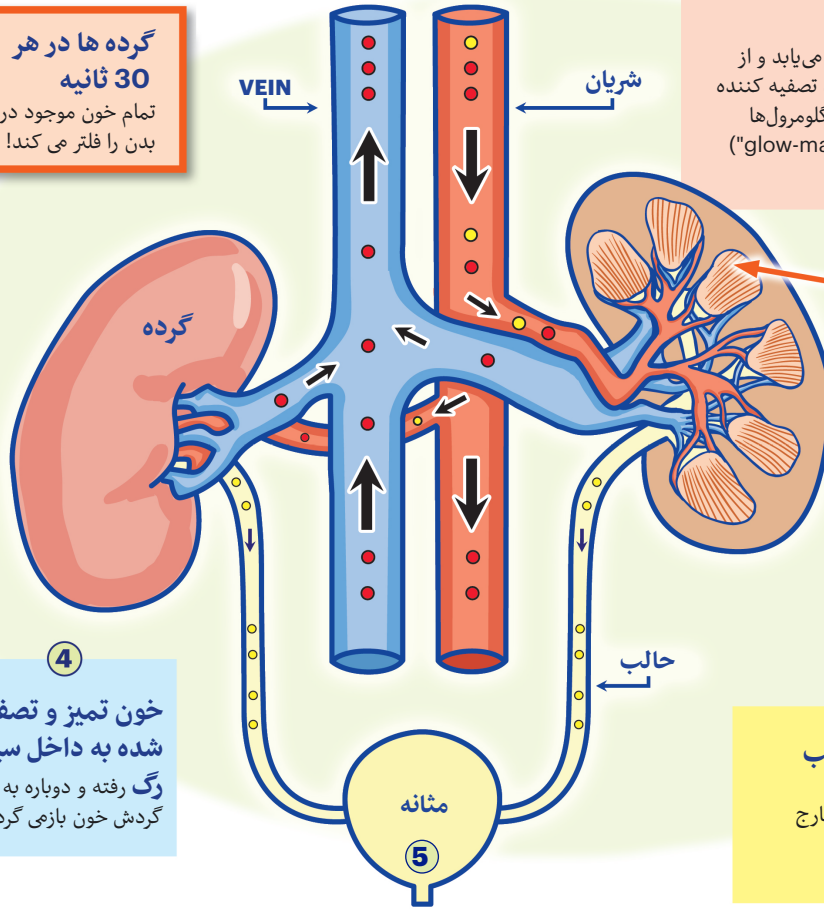
ویتامین هایی بسازند که رشد را کنترل می کنند 

هورمون هایی که به تنظیم فشار خون کمک می کنند ترشح کند 

به تنظیم فشار خون، کرویات سرخ و مقدار برخی مواد مغذی در بدن مانند کلسیم و پتاسیم کمک کند 

گرده های سالم

گرده ها در هر 30 ثانیه تمام خون موجود در بدن را فیلتر می کنند!



1
از شریان، خون به گرده ها جریان می یابد و از میلیون ها واحد تصفیه کننده کوچک به نام گلومرول ها ("glow-mare-you-lie") عبور می کند.

● حجرات خون
● ضایع شدن

2
گلومرول ها می توانند تفاوت بین چیزی که شما نیاز دارید و چیزی که نیاز ندارید را تشخیص دهند. آنها مواد زائد و مایع اضافی را از خون برای تولید ادرار فیلتر می کنند.

3
لوله هایی به نام حالب ادرار را به مثانه می برند. هنگام ادرار کردن، ادرار خارج می شود ("آب دفع کنید"، "به تشناب بروید").

4
خون تمیز و تصفیه شده به داخل سیاه رگ رفته و دوباره به گردش خون بازمی گردد.

اینجا ذکر شده که گرده ها چگونه کار مهم خود را انجام می دهند:

1. خون از طریق یک سرخرگ از قلب وارد گرده ها می شود
2. خون با عبور از میلیون ها فیلتر کوچک خون پاک می شود
3. مواد زائد از حالب عبور می کنند و به عنوان ادرار در مثانه ذخیره می شوند
4. خون تازه تمیز شده از طریق وریدها به جریان خون باز می گردد
5. مثانه پر می شود و ادرار از طریق مجرای ادرار از بدن خارج می شود

گرده ها کار حیاتی خود را انجام می دهند، یعنی فیلتر کردن و بازگشت به جریان خون حدود 200 کوارتر مایع در هر 24 ساعت. تقریباً دو کوارتر به گونه ادرار از بدن دفع می شود، در حالی که مابقی آن یعنی حدود 198 کوارتر در بدن باقی می ماند. ادراری که دفع می کنیم تقریباً یک تا هشت ساعت در مثانه ذخیره شده است.

برای معلومات بیشتر، با بنیاد ملی گرده تماس بگیرید
خط تلفون رایگان: 855.NKF.CARES یا ایمیل ارسال کنید: nkfcare@kidney.org



KIDNEY.ORG

این محتوا فقط برای استفاده معلومات ارائه شده است و به عنوان توصیه طبی یا جایگزینی برای توصیه های طبی یک متخصص مراقبت های صحی در نظر گرفته نشده است.

