किडनी के स्वास्थ्य से जुड़ी जांच

यह जानना ज़रूरी है कि आपकी दोनों किडनी सही ढंग से काम कर रही हैं या नहीं.

मधुमेह से पीड़ित लोगों को साल में कम से कम एक बार अपनी दोनों किडनी की जांच करवानी चाहिए. अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से अपनी किडनी के स्वास्थ्य का पता लगाने के लिए जांचों के बारे में पूछें.

मधुमेह से आपकी किडनी कैसे प्रभावित हो सकती है

उच्च रक्तचाप किडनी की रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचा सकता है, जिससे आपकी किडनी को ज़्यादा काम करना पड़ता है. समय के साथ, किडनी आपके रक्त से बहुत कम अपशिष्ट का निस्पंदन कर पाती हैं, जिसकी वजह से रक्त में मौजूद प्रोटीन रिस कर आपके मूत्र में चला जाता है. इसे *एल्ब्यूमिनूरिया* (al-BYOO-mih-NOR-ee-ah) कहते हैं.

किडनी की बीमारी को हमेशा रोका नहीं जा सकता है, लेकिन जल्दी पता चलने पर नुकसान को कम करने के लिए उपचार उपलब्ध हो सकते हैं. इसलिए यह महत्वपूर्ण है कि आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता जितनी बार भी कहे, उतनी बार आपकी दोनों किडनी की जांच की जाए.

किडनी के स्वास्थ्य की जांच करना

आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता नीचे दी गई अलग-अलग जांचों के ज़रिए आपके किडनी के स्वास्थ्य पर नज़र रख सकता है:

जांच का नाम	इससे क्या पता चलता है
यूरिन प्रोटीन (इसे *एल्ब्यूमिनूरिया जांच भी कहा जाता है*)	यह आपके मूत्र में *एल्बुमिन* नाम के प्रोटीन की कम मात्रा की जांच करता है. यह किडनी की बीमारी का एक संकेत हो सकता है.
सीरम क्रिएटिनिन (SEE-rum kree-AT-ih-neen)	• रक्त में क्रिएटिनिन की जांच करता है. • रक्त में क्रिएटिनिन नाम के अपशिष्ट उत्पाद की जांच करता है. आमतौर पर, किडनी इसे रक्त से फ़िल्टर कर के निकाल देती हैं. जब किडनी काम नहीं करती हैं या फ़िल्टर नहीं करती हैं, तो आपके रक्त में बहुत अधिक मात्रा में क्रिएटिनिन होता है.

दूसरे भाग पर देखें →

अपने परिणामों पर नज़र रखना

अपने जांच परिणामों के लिए अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से पूछें. उन्हें नीचे दिए गए चार्ट में लिखें या कैलेंडर या डायरी में लिखकर ट्रैक करें. इससे आपको यह समझने में मदद मिल सकती है कि समय के साथ आपकी किडनी के स्वास्थ्य में कितना बदलाव आ रहा है.

जांच का नाम	मेरे परिणाम	सामान्य परिणाम	परिणामों का क्या मतलब हो सकता है
यूरिन प्रोटीन जांच	**तारीख:** ______________ **परिणाम:** ___________ **mg**†	30 mg* से कम	30 mg या इससे अधिक का परिणाम किडनी की बीमारी का संकेत हो सकता है.
सीरम क्रिएटिनिन जांच	**तारीख:** ______________ **परिणाम:** _________ **mg/dL**†	**पुरुषों के लिए:** 0.7 से लेकर 1.4 mg/dL **महिलाओं के लिए:** 0.6 से लेकर 1.0 mg/dL	किडनी के ठीक से काम नहीं करने पर, रक्त में क्रिएटिनिन की मात्रा बढ़ जाती है.

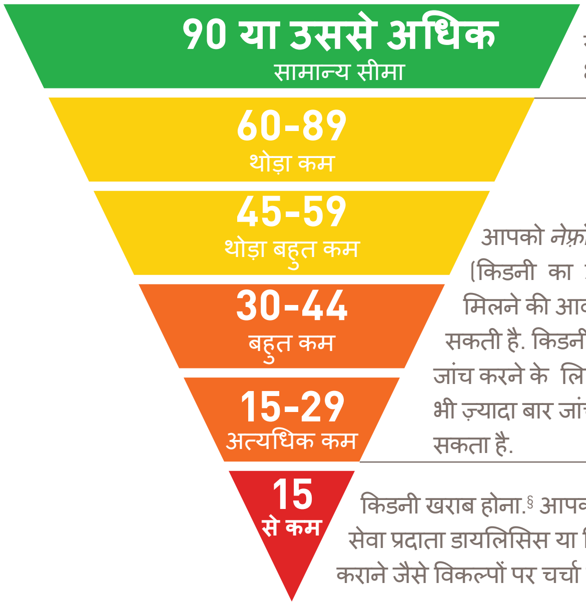
*American Diabetes Association (अमेरिकन डायबिटीज एसोसिएशन) 2021 की सिफारिशें.

†*mg मतलब मिली ग्राम. mg/dL मतलब मिली ग्राम प्रति डेसी लीटर.*

GFR क्या है?

GFR का मतलब ग्लोमेरुलर (glo-MEHR-yoo-lur) फ़िल्ट्रेशन (fil-TRAY-shun) दर है. GFR आपके स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को यह समझने में मदद करता है कि आपकी किडनी आपके रक्त से अपशिष्ट उत्पादों को कितनी अच्छी तरह से निकाल रही हैं.

किडनी के कार्य के लिए GFR‡ नंबर के क्या अर्थ है?



सामान्य सीमा में होने पर भी नुकसान हो सकता है.

आपको *नेफ्रोलॉजिस्ट* (किडनी का डॉक्टर) से मिलने की आवश्यकता पड़ सकती है. किडनी के कार्य की जांच करने के लिए आपको और भी ज़्यादा बार जांच कराना पड़ सकता है.

किडनी खराब होना.§ आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदाता डायलिसिस या किडनी ट्रांसप्लांट कराने जैसे विकल्पों पर चर्चा कर सकता है.

मेरे परिणाम

तारीख: __________ GFR परिणाम: ______

तारीख: __________ GFR परिणाम: ______

तारीख: __________ GFR परिणाम: ______

तारीख: __________ GFR परिणाम: ______

तारीख: __________ GFR परिणाम: ______

तारीख: __________ GFR परिणाम: ______

‡GFR के लिए मापन की इकाई mL/min/1.73 m^2 शारीरिक सतह क्षेत्रफल है.

§American Diabetes Association (अमेरिकन डायबिटीज़ एसोसिएशन) 2021 की सिफारिशें.

किडनी स्वास्थ्य के बारे में अधिक जानकारी के लिए, National Kidney Foundation (नेशनल किडनी फाउंडेशन) की वेबसाइट **www.kidney.org पर जाएं**. अधिक जानकारी के लिए, **1-800-622-9010 पर कॉल करें.**

केवल जानकारी के उद्देश्यों के लिए. यह Lilly के किसी भी उत्पाद का प्रचार नहीं है.

VV-MED-119786©2022 Lilly USA, LLC. सर्वाधिकार सुरक्षित.