

BIBLIOTEKA ZDROWIA

dr Jadwiga Górnicka



10

Choroby układu moczowego



BIBLIOTEKA ZDROWIA

dr Jadwiga Górnicka



**Choroby układu
moczowego**



Copyright© for the text by Jadwiga Górnicka, Warszawa 2013
Copyright© by Agencja Wydawnicza Jerzy Mostowski, 2013

Zdjęcia na okładce
© freshidea – Fotolia.com
© pixelplot – Fotolia.com

Redakcja
Monika Marczyk

Koordynacja
Martyna Maroń

Korekta
Zespół redakcyjny AWM

Skład
HAPPY Studio DTP

Projekt okładki
Piotr Kozera

Rysunki
Dorota Cybulska (str. 29, 31, 47–50, 65)
Piotr Kozera (str. 10, 11, 15, 33, 40, 41, 53, 80, 81)
Andrzej Wróblewski (str. 27, 56)

Zdjęcie żurawiny na str. 35
© Shutterstock.com

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za efekty stosowania porad zawartych w niniejszej książce. Prosimy pamiętać o tym, że żaden poradnik nie zastąpi diagnozy lekarskiej.

Agencja Wydawnicza Jerzy Mostowski
Janki k. Warszawy, ul. Wspólna 17a, 05-090 Raszyn
tel. +48 22 720 35 99, faks +48 22 720 34 91
e-mail: awm@morex.com.pl
www.awm.waw.pl

ISBN 978-83-7250-849-2

Spis treści

OD WYDAWCY	7
PODSTAWOWE INFORMACJE O UKŁADZIE MOCZOWYM	9
Budowa i funkcje układu moczowego	9
Mocz	16
NERKI I DROGI MOCZOWE – NATURALNE FILTRY	19
Kiedy zaczynają się kłopoty?	21
Dlaczego musimy dbać o nerki?	22
Inne skutki zakłócenia pracy nerek	23
Urynoterapia a choroby układu moczowego	26
Układ moczowy a refleksoterapia	28
Zioła moczopędne	32
Mieszanki ziołowe na schorzenia dróg moczowych i nerek	37
SCHORZENIA DRÓG MOCZOWYCH I NEREK	39
Choroby prostaty	39
Zapalenie prostaty	39
Gruzołak prostaty	42
Rak prostaty	43
Jak leczyć?	44
Profilaktyka – codzienne ćwiczenia fizyczne	46
Kamica nerek i układu moczowego	51
Objawy	54
Zapobieganie	55
Jak leczyć?	56
Kuracja oczyszczania nerek i woreczka żółciowego	59
Ogólne wskazania dietetyczne w kamicy nerkowej	60
Zioła i mieszanki ziołowe pomocne przy kamicy nerkowej	62
Moczenie nocne dziecka	64
Nietrzymanie moczu	67
Jak leczyć?	68
Niewydolność nerek	71
Dieta dla osób z niewydolnością nerek	73
Przepisy na potrawy dla osób z przewlekłą niewydolnością nerek	74

Nerwica pęcherza moczowego u kobiet	78
Zapalenie cewki moczowej i pęcherza moczowego	80
Jak leczyć?	87
Zapalenie nerek	88
Kłębuszkowe zapalenie nerek	88
Odmiedniczkowe zapalenie nerek	92
Jak leczyć zapalenie nerek?	93
Śródmiąższowe zapalenie nerek	94
Zespół nerczycowy	96
Jak leczyć?	98
BIBLIOGRAFIA	99
INDEKS	100

OD WYDAWCY

Nerki to naturalne filtry organizmu. Ich wadliwe funkcjonowanie powoduje, że nasz organizm staje się podatny na zachorowanie, np. na cukrzycę czy choroby reumatyczne. Z kolei drogi moczowe pozwalają na bezpieczne wydalanie szkodliwych substancji z ustroju. Często lekceważymy przeziębienie i lekkie zapalenie pęcherza czy cewki moczowej, a mogą one prowadzić do ciężkich powikłań, od kamicy nerkowej po niewydolność nerek włącznie.

Doktor Jadwiga Górnicka radzi, jak zadbać o układ moczowy: nerki, pęcherz moczowy oraz prostatę i jak nie dopuścić do stanów zapalnych układu moczowego.

W książce między innymi:

- skuteczne masaże i niasiadówki
- zioła moczopędne i sprawdzone preparaty na zapalenie pęcherza
- dieta przy niewydolności nerek
- specjalne ćwiczenia dla osób ze schorzeniami prostaty

Jadwiga Górnicka – lekarz medycyny, wybitna specjalistka chorób wewnętrznych i medycyny naturalnej w Polsce. W swojej ponad 60-letniej praktyce zawodowej metodami naturalnymi wyleczyła tysiące pacjentów, w tym wielu takich, których dolegliwości uważano za nieuleczalne. Popularyzatorka wiedzy o medycynie naturalnej i potrzebie życia w zgodzie z naturą. Autorka książek publikowanych nakładem AWM: *Apteka natury – poradnik zdrowia*, *Na zdrowie. Porady dr Górnickiej*, *Zdrowie przez dotyk*, *Bądź zdrowa. Poradnik dla kobiet*, *Bądź zdrowy. Rady dla niego*, *przewodnik dla niej* oraz artykułów w licznych czasopismach.

OBJAŚNIENIA ZNAKÓW



ODNOŚNIK

Więcej informacji szukaj na stronach podanych na strzałce



RECEPTURA/PRZEPIS



ĆWICZENIE



UWAGA!

Ważne lub szczególnie ciekawe informacje

PODSTAWOWE INFORMACJE O UKŁADZIE MOCZOWYM

Budowa i funkcje układu moczowego

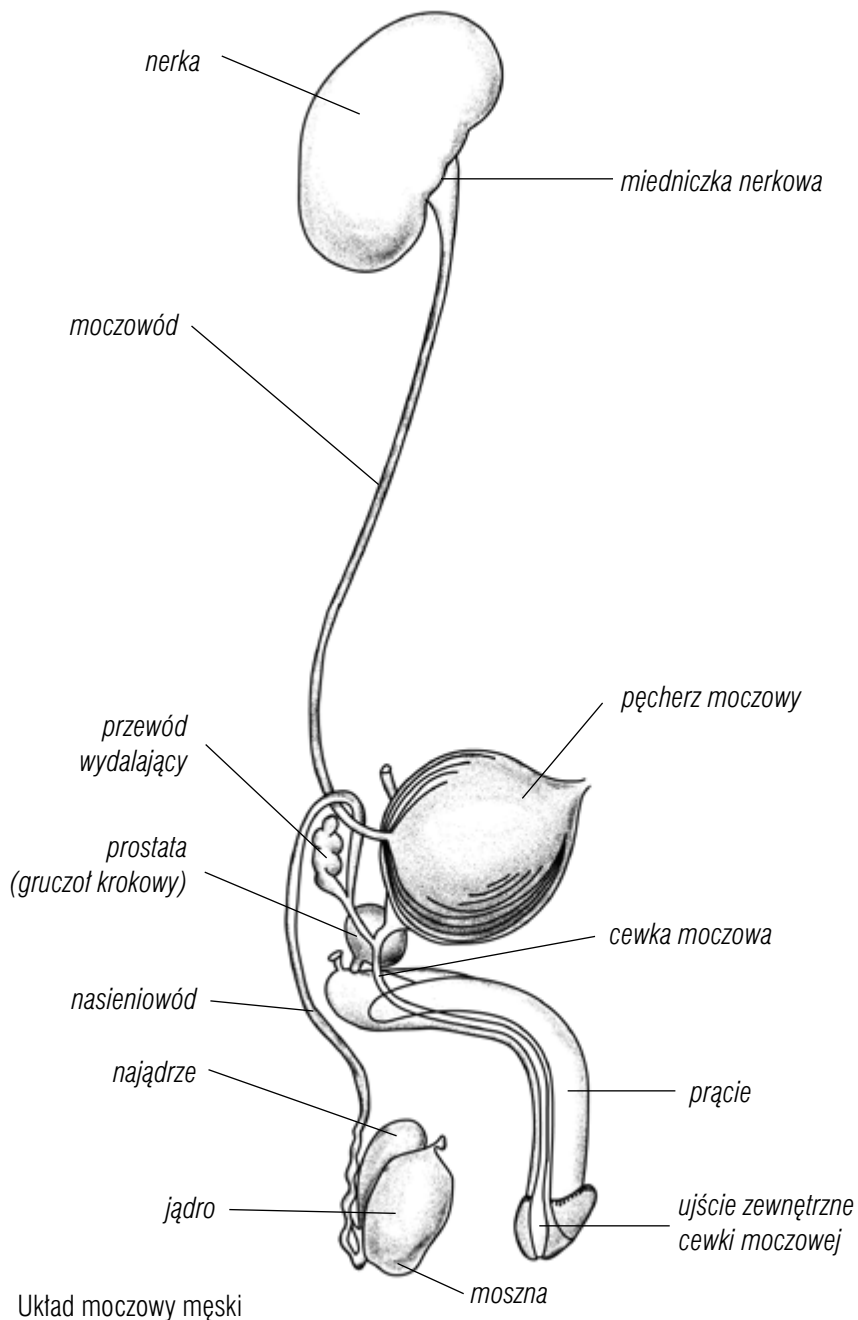
Substancje toksyczne wydalane są przede wszystkim z nerek przez przewód moczowy i pęcherz moczowy; przez skórę, przez wątrobę poprzez pęcherzyk żółciowy i przez jelita, a także przez płuca.

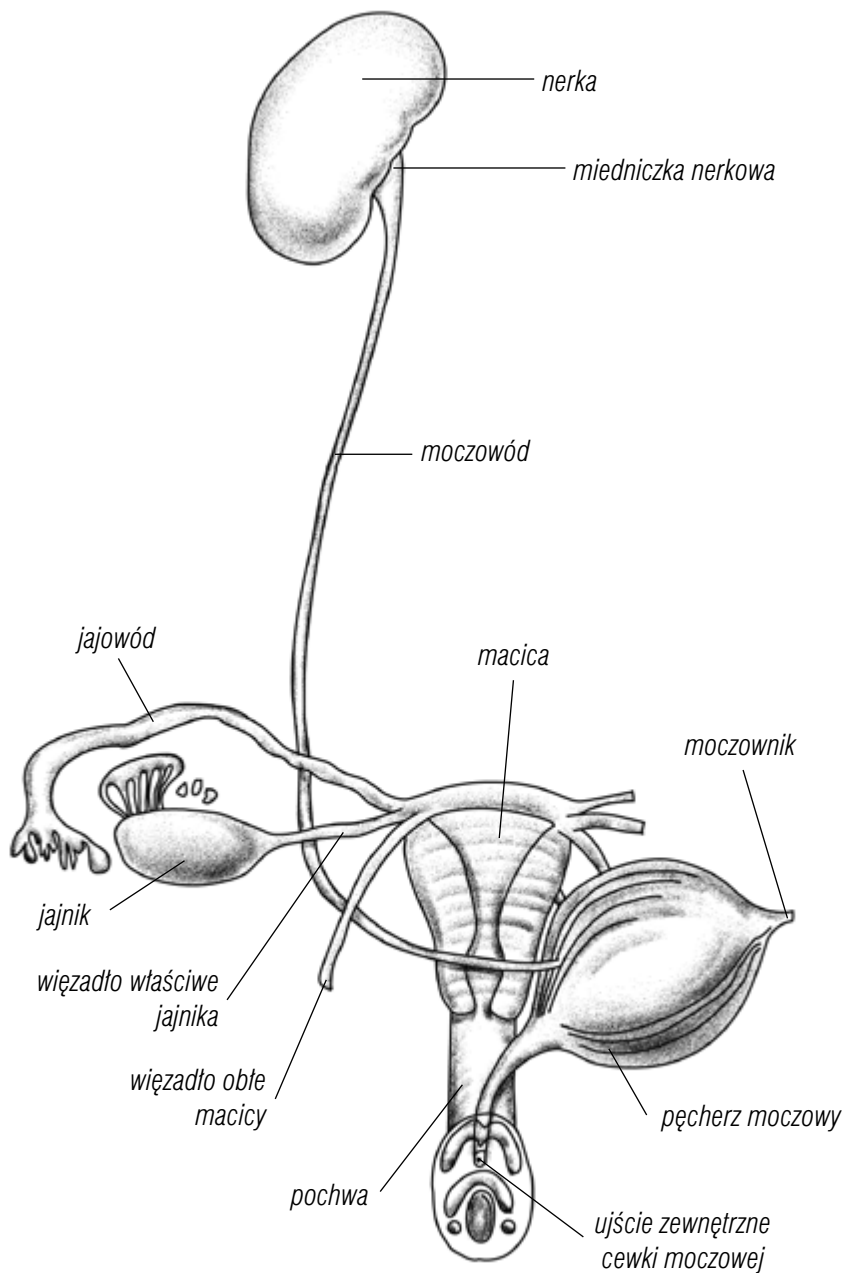
Układ moczowy należy do systemu wydalniczego organizmu. Jego podstawowym zadaniem jest wytwarzanie moczu i wydalanie go poza ustrój, czyli oczyszczanie organizmu ze zbędnych produktów przemiany materii. Układ moczowy odgrywa decydującą rolę w odtruwaniu organizmu i usuwaniu z niego rozpuszczalnych w wodzie końcowych produktów przemiany materii i innych niepotrzebnych substancji. Ma także wielki wpływ na gospodarkę wodną, skład krwi oraz innych płynów ustrojowych.

Układ moczowy składa się z dwóch nerek, leżących symetrycznie po obu stronach kręgosłupa, oraz dróg moczowych – miedniczek i moczowodów – odprowadzających wytworzony przez nerki mocz do pęcherza moczowego i dalej do cewki moczowej, przez którą mocz wypływa na zewnątrz. Wszystkie te organy ściśle ze sobą współpracują, a zakłócenie czynności chociaż jednego z nich negatywnie odbija się na pracy innych.

Rola układu
moczowego

Budowa





Układ moczowy żeński