

Kesehatan Ginjal: Tanda Peringatan Masalah Ginjal

Reviu oleh: [Minesh Khatri, MD](#)

Reviu pada April 2, 2020

Kamu Selalu Lelah

Ginjal menyaring limbah dari darah Anda dan mengirimkannya melalui urin Anda. Ketika ginjal Anda tidak bekerja dengan benar, racun dapat menumpuk. Salah satu ciri umum adalah kelelahan. Anda mungkin merasa lelah, lemah, atau sulit berkonsentrasi. Ginjal membuat hormon yang memberi tahu tubuh Anda untuk membuat sel darah merah. Jika Anda memiliki lebih sedikit dari yang dibutuhkan, darah Anda tidak dapat memberikan oksigen sebanyak yang dibutuhkan otot dan otak Anda.



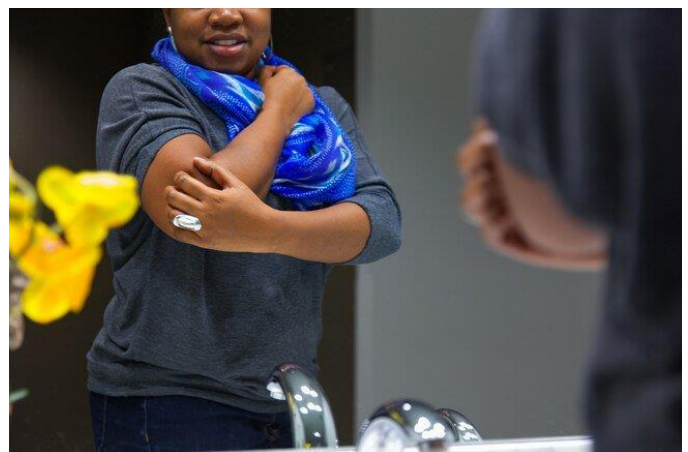
Tidur yang Buruk

Studi menunjukkan kemungkinan hubungan antara *sleep apnea* dan penyakit ginjal kronis (CKD), yang seiring waktu merusak organ Anda dan dapat menyebabkan gagal ginjal. **Sleep apnea dapat melukai ginjal Anda** sebagian dengan mencegah tubuh Anda mendapatkan cukup oksigen. CKD pada gilirannya dapat menyebabkan *sleep apnea* dengan mempersempit tenggorokan Anda, penumpukan racun, dan cara-cara lain.



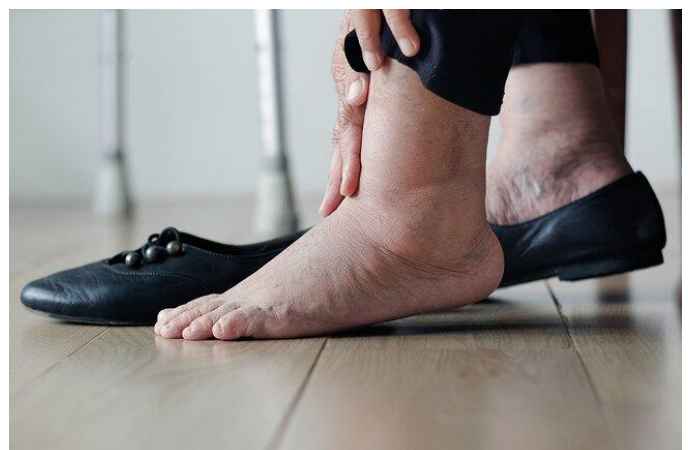
Kulit yang gatal

Ini mungkin terjadi jika ginjal Anda tidak dapat membuang racun dan menumpuk di dalam darah Anda. Itu bisa menyebabkan ruam atau membuat Anda gatal di sekujur tubuh. Seiring waktu, ginjal Anda mungkin tidak dapat menyeimbangkan mineral dan nutrisi dalam tubuh Anda. Hal ini dapat menyebabkan penyakit mineral dan tulang, yang dapat membuat kulit Anda kering dan gatal.



Wajah dan Kaki Bengkak

Ketika ginjal Anda tidak dapat membuang natrium dengan baik, cairan menumpuk di tubuh Anda. Itu bisa menyebabkan tangan, kaki, pergelangan kaki, kaki, atau wajah bengkak. Anda mungkin melihat pembengkakan terutama di kaki dan pergelangan kaki Anda. Dan protein yang bocor keluar dalam urin Anda dapat muncul sebagai bengkak di sekitar mata Anda.



Kram otot

Kram di kaki Anda dan di tempat lain bisa menjadi tanda fungsi ginjal yang buruk. Ketidakseimbangan kadar natrium, kalsium, kalium, atau elektrolit lain dapat mengganggu cara kerja otot dan saraf Anda.



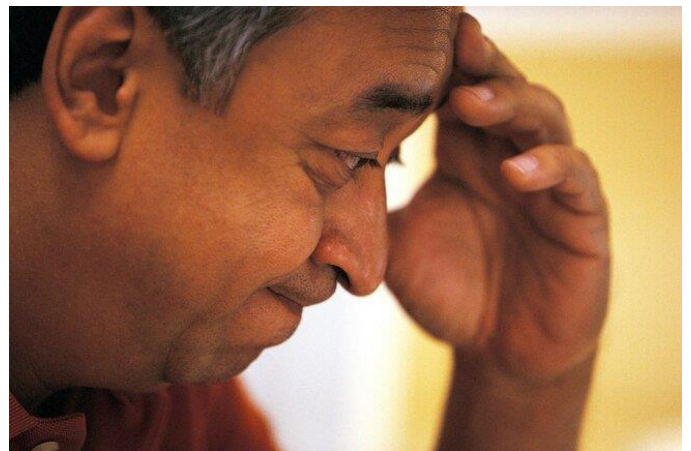
Sesak napas

Ketika Anda memiliki penyakit ginjal, organ Anda tidak menghasilkan cukup hormon yang disebut eritropoietin. Hormon memberi sinyal pada tubuh Anda untuk membuat sel darah merah. Tanpa itu, Anda bisa mendapatkan anemia dan merasa sesak napas. Penyebab lainnya adalah penumpukan cairan. Anda mungkin kesulitan mengatur napas. Dalam kasus yang serius, berbaring dapat membuat Anda merasa seperti sedang tenggelam.



Kepala berkabut

Ketika ginjal Anda tidak menyaring semua limbah dari tubuh Anda, racun dapat mempengaruhi otak Anda. Anemia juga dapat menghalangi otak Anda dari oksigen yang dibutuhkan. Anda mungkin merasa pusing dan mengalami masalah dengan konsentrasi dan memori. Anda bahkan mungkin menjadi sangat bingung sehingga Anda mengalami masalah dengan tugas-tugas sederhana.



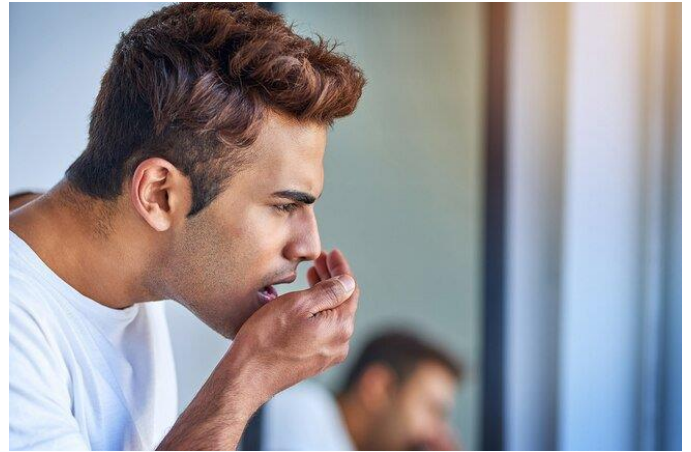
Nafsu Makan Rendah

Penyakit ginjal dapat menyebabkan mual atau muntah dan sakit perut. Itu mungkin meninggalkan Anda dengan sedikit keinginan untuk makanan. Itu terkadang dapat menyebabkan penurunan berat badan.



Nafas berbau busuk

Ketika ginjal Anda tidak dapat menyaring limbah, hal itu dapat menyebabkan kondisi yang disebut **uremia**. Itu **bisa membuat mulut Anda bau**. Juga, racun dalam aliran darah Anda dapat memberi makanan rasa logam atau tidak enak.



Urine Berbusa, Coklat, atau Berdarah

Kencing berbuih bisa menjadi tanda terlalu banyak protein yang disebut albumin. Itu bisa diakibatkan oleh masalah ginjal. Begitu juga urin yang berwarna kecoklatan atau sangat pucat. Fungsi ginjal yang salah juga dapat menyebabkan darah bocor ke kandung kemih Anda. Darah dalam urin Anda juga bisa disebabkan oleh batu ginjal, tumor, atau infeksi.



Sumber:

This tool does not provide medical advice. [See additional information:](#)

© 1996-2022 [WebMD, LLC](#). All rights reserved.

[Source slideshow on WebMD](#)

https://www.medicinenet.com/kidney_health_warning_signs_of_kidney_problems/article.htm