

Uroloqların fikrinə görə, yay mövsümündə böyrəklərdə daşların əmələ gəlməsinin riski kəskin artır.

Amerikalı həkimlər təsdiq edirlər ki, qlobal istiləşmə ilə bağlı hava temperaturu yüksəldikcə böyək xəstəliklərindən əziyyət çəkən insanların sayı artır. Bunun səbəbi - orqanizmin susuzlaşmasıdır.

Dalga tv□ saglamolun.az-a istinadən bildirir ki, böyrəklərin fəaliyyətini yaxşılaşdırmaq üçün həkimlər isti günlərdə mayeni çox miqdarda (2-3 l qədər) qəbul etməyi tövsiyyə edirlər.

Susuzluq hissi susuzlaşmanın əlamətidir və bu o deməkdir ki, orqanizm artıq maye itkisindən əziyyət çəkir. Buna görə mayeni yalnız susuzluq hiss etdikdə yox, gün ərzində tez-tez içmək lazımdır ki, orqanizm üçün çox vacib olan su balansı pozulmasın.

Limon turşusu böyrəklərdə daşların əmələ gəlməməsi üçün ən yaxşı profilaktikadır. Həkimlər içkilərə (çay, su və s.) limon əlavə etməyi məsləhət görürlər.