

Nieren

Wat doen je nieren?

Het uitscheidingsstelsel omvat de nieren, blaas en urinewegen. Samen zorgen ze voor de afvoer van afvalstoffen en overtollige stoffen.

Water, zouten, resten van medicijnen, kleurstoffen en vitamines worden door je nieren uit het bloed gehaald en via de urine geloosd. Dit wordt uitscheiding genoemd.

Ieder mens heeft twee nieren. Een linker en een rechter. Ze liggen aan de rugzijde van je lichaam. De nieren halen afvalstoffen uit het bloed en ze zorgen ervoor dat bloedcellen in het bloed blijven. Ook berekenen je nieren precies hoeveel vocht je lichaam nodig heeft. Aan de hand daarvan halen ze meer of juist minder water uit het bloed.

De nieren reinigen je bloed. Maar hoe doen ze dat? Je nieren krijgen bloed via de nierslagader. Een nier bestaat uit drie delen: nierschors, niermerg en nierbekken. In de schors en het merg liggen kleine filtertjes die afvalstoffen en water, en ook het teveel zouten en vitamines door laten. De bloedcellen blijven in het bloed, deze zijn te groot. Een deel van het water gaat terug door het filter.

Het gezuiverde bloed stroomt vervolgens via een afvoerend bloedvatje terug in de nierader en daarmee in de bloedsomloop. Alles wat uit het bloed gehaald is, wordt in de nierbekken verzameld.

Via de urineleider gaat het naar je blaas. Hier wordt het opgeslagen zodat je niet steeds naar de wc hoeft. Als je gaat plassen gaat de urine via de urinebuis je lichaam uit. Het bloed stroomt elke dag meer dan 200 keer door de nieren om te worden gezuiverd.

Als de nieren niet goed meer werken moet het bloed op een andere manier schoongemaakt worden. dan merk je dat doordat je minder gaat plassen. Dit komt omdat er dan geen vocht meer uit het bloed gehaald wordt.