

„ЗДРАВИ БУБРЕЗИ – ЗДРАВЉЕ ЗА СВЕ“

Главна функција бубрега је излучивање токсичних продуката метаболизма и вишка течности из организма.

Болести бубрега чине велику групу обољења, различитог узрока, тока, симптома и прогнозе.

Ова обољења манифестују се као упале бубрега и акутно односно хронично смањење функције бубрега.

Симптоми и знаци хроничне слабости бубрега се развијају постепено и нису специфични:

- Поремећаји мокрења (учестало мокрење, смањено излучивање урина, болно и отежано мокрење, ноћно мокрење, немогућност мокрења)
- Промене у саставу мокраће (бактерије, леукоцити, крв, протеини, липиди и кристали у урину)
 - Бол (туп, оштар, повремен, континуиран, типа колике)
 - Оток (тестаста, генерализовани)

У просеку 1 од 10 особа има неки степен смањене функције бубрега.

Болест може толико напредовати да је потребна дијализа или трансплантација.

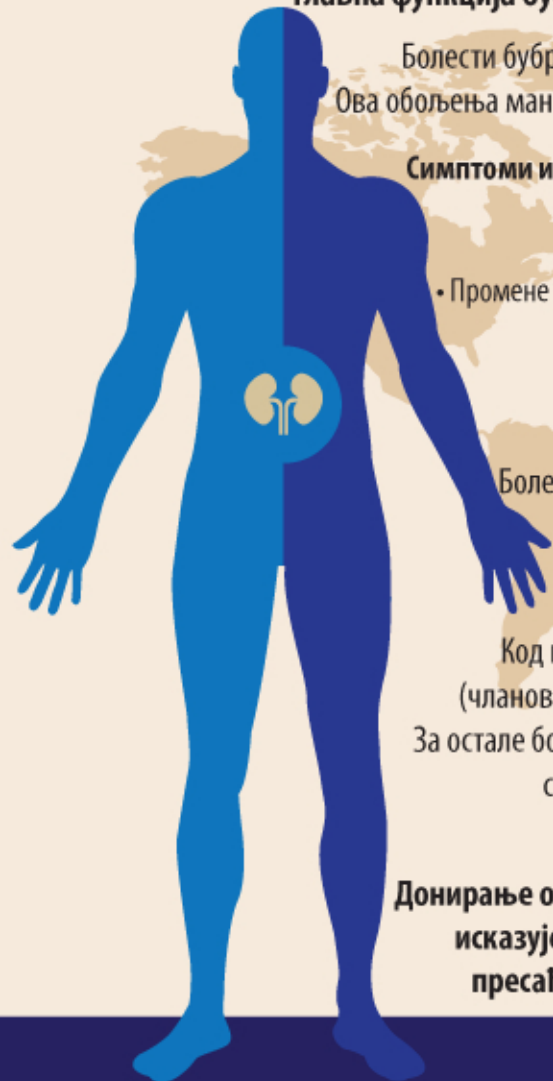
Трансплантација бубрега заснива се на presaђивању органа, који се могу добити од живих или умрлих особа.

Код приближно 10–15% болесника, даваоци органа могу бити крвни сродници (чланови породице) или биолошки несродни донатори (брачни партнери, пријатељи).

За остале болеснике траже се подударни даваоци код особа са дијагностикованом можданом смрћу (кадаверични даваоци). Из тог разлога потребно је повећати број кадаверичних трансплантација.

Донирање органа знак је хуманости, солидарности и племенитости, којим једна особа исказује своју жељу и намеру да након смрти донира било који део тела ради presaђивања/трансплантације, како би се помогло тешким болесницима.

СВЕТСКИ ДАН БУБРЕГА



Без обзира на године старости, једноставне превентивне мере могу да успоре напредовање болести бубрега, спрече компликације и побољшају квалитет живота. Болести бубрега могуће је на време дијагностиковати. Прегледом узорка мокраће, крви и крвног притиска могу се открити рани знаци бубрежне болести.

8 Осам златних правила за смањење ризика за развој болести бубрега:

1. Будите физички активни!
2. Редовно контролишите ниво шећера у крви!
3. Контролишите крвни притисак!
4. Храните се правилно и одржавајте нормалну телесну тежину!
5. Узимајте довољне количине течности!
6. Престаните да пушите!
7. Не узимајте лекове који нису прописани рецептима!
8. Редовно контролишите бубреге уколико имате један или више фактора ризика!

Проверите свој ризик за болести бубрега

- Имате ли повишени крвни притисак?
- Имате ли шећерну болест?
- Имате ли прекомерну телесну тежину?
- Имате ли више од 65 година?
- Да ли је било болести бубрега у вашој породици?
- Да ли сте малокрвни?
- Ако имате један или више потврдних одговора, јавите се изабраном лекару.



Градски завод за јавно здравље, Београд