

Przewlekła Choroba Nerek (PChN) to cichy zabójca

Nerki mogą przestać
funkcjonować nawet w

90%

zanim pojawią się
symptomy choroby.

Więcej niż
1 osoba na 10

na świecie jest
dotknięta w jakimś
stopniu PChN.²

Cukrzyca i nadciśnienie

bardzo często prowadzą
do rozwoju PChN.



2.5x

Szacuje się, że na PChN choruje
ponad 850 milionów ludzi na świecie³
— to dwa i pół razy tyle ile wynosi
populacja USA.⁴

Według prognoz
światowych, PChN
będzie

5.

przyczyną śmierci
do 2040 r.⁵

3 czynniki wpływają na zdrowie Twoich nerek⁶

1 Twoja dieta

- Jedz zdrowo,
ogranicz ilość
spożywanej soli.
- Nawadniaj się.



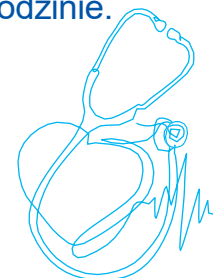
2 Twój styl życia

- Bądź aktywny
fizycznie.
- Nie pal papierosów.
- Nie zażywaj zbyt
wielu leków
przeciwzapalnych i
przeciwbólowych
dostępnych bez
recepty.



3 Czynniki ryzyka

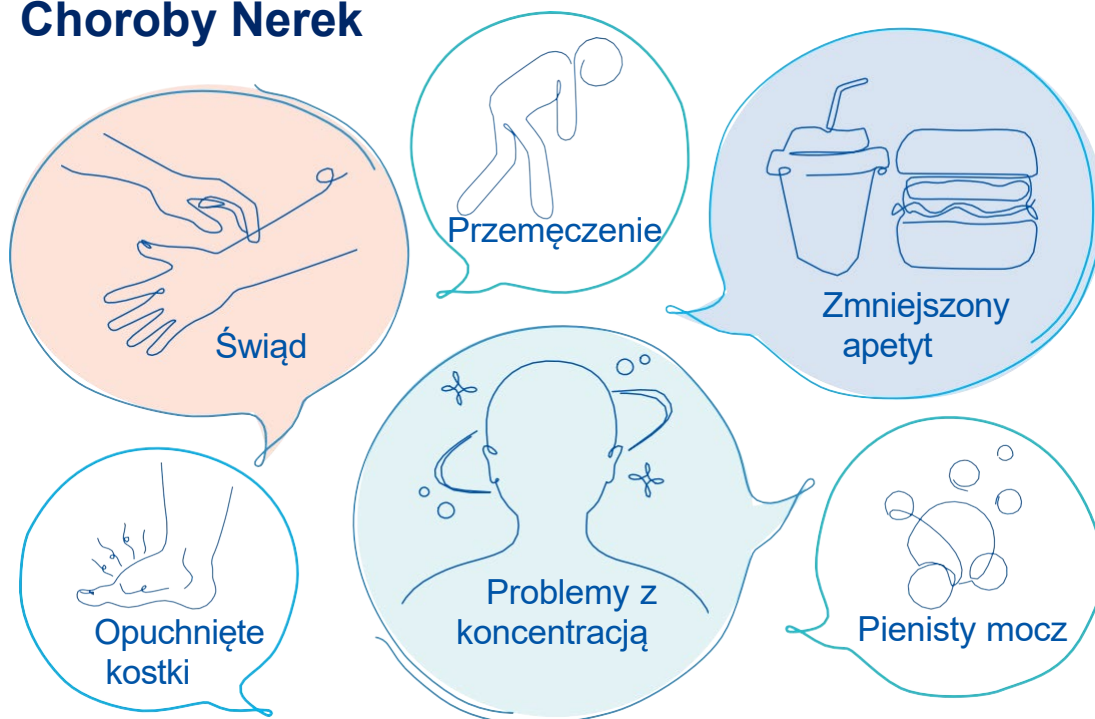
- Badaj regularnie nerki u lekarza i
kontroluj czynniki ryzyka, takie jak:
cukrzyca, nadciśnienie, otyłość,
historia chorób nerek w rodzinie.
- Regularnie sprawdzaj
poziom glukozy we
krwi i mierz ciśnienie.



Pamiętaj: zapobieganie jest najlepszą formą obrony przed chorobą!

Wiedza nt. zdrowia nerek pozwoli Ci podejmować lepsze decyzje, szukać odpowiedniego leczenia i wpłynie na zdrowie całego Twojego organizmu.

Możliwe objawy zaawansowanej Przewlekłej Choroby Nerek



We Fresenius Medical Care, Światowy Dzień Nerek obchodzimy codziennie.

Będąc liderem w opiece nad pacjentami z chorobami nerek, jesteśmy zobowiązani do szerzenia wiedzy na temat zdrowia nerek. Dlatego edukujemy innych, mówiąc, co na nie negatywnie wpływa.

Podkreślamy, że Przewlekła Choroba Nerek jest „cichym zabójcą” – nerki powoli tracą zdolność filtracji krwi, co skutkuje tym, że organizm nie może pozbyć się toksyn. Wczesna diagnoza pozwala spowolnić lub opóźnić degradację funkcji nerek, potencjalnie redukując powikłania ze strony układu krążenia.

Wystarczy proste badanie, aby sprawdzić stan nerek.

Lekarz rodzinny powinien systematycznie oceniać zdrowie Twoich nerek na podstawie np.:

- Ilości białka w moczu,
- Poziomu kreatyniny we krwi.

Sources:

1. kidney.org.au/uploads/resources/KHA-Factsheet-What-is-CKD-2023_2023-10-24-020728.pdf. Accessed 22 January 2024.
2. sciencedirect.com/science/article/pii/S2157171621000666. Accessed 22 January 2024.
3. vizhub.healthdata.org/gbd-results/. Accessed 22 January 2024.
4. census.gov/popclock/. Accessed 22 January 2024.
5. thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(18)31694-5.pdf. Accessed 22 January 2024.
6. kidney.org/treatment/askthedoctor. Accessed 22 January 2024.