

Pozor na **ONEMOCNĚNÍ LEDVIN**

Nemoci ledvin jsou zrádné tím, že se můžou dlouhou dobu rozvíjet bezbolestně a bez jakýchkoli příznaků.

Včasná diagnóza může pomoci předcházet potřebě nahradit funkci ledvin dialýzou nebo ji výrazně oddálit.

Prvotní příznaky onemocnění ledvin jsou velmi nespecifické.

Patří mezi ně: únava, poruchy soustředění, pokles výkonnosti, nechutenství nebo zvracení. Pacienti také často mívají zvýšený krevní tlak. Hodnoty některých škodlivých látek (kreatininu, močoviny) v krvi můžou být zvýšené. V moči nemocných lze prokázat přítomnost bílkoviny.



Chcete-li mít jistotu, využijte možnosti Světového dne ledvin 10. března 2011, navštivte jedno z pracovišť, kde je den otevřených dveří a nechte si změřit krevní tlak a přítomnost bílkoviny v moči. Zjistíte, jak na tom vaše ledviny jsou.

www.domaci-dialyza.cz

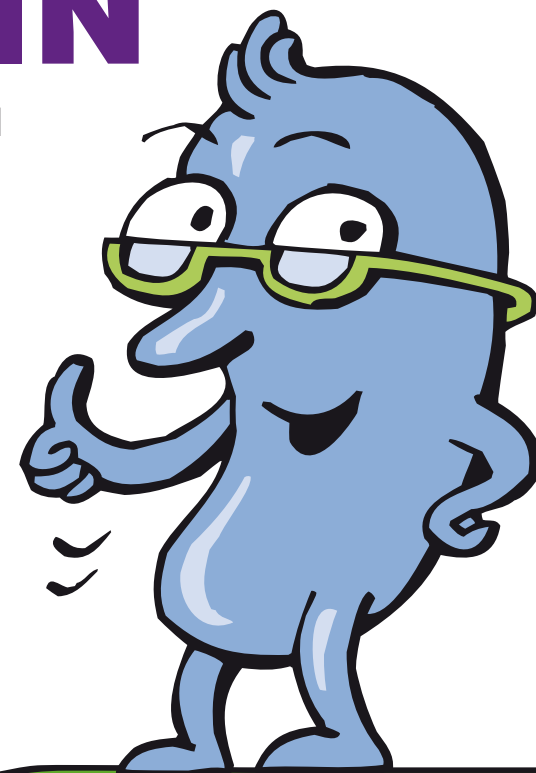
Vaše středisko:



Světový den **LEDVIN**

čtvrtek 10. března 2011

Šetřete své ledviny, ochraňte si tím i srdce



**CHRAŇTE SVÉ LEDVINY!
VYŠETŘENÍ JE RYCHLÉ A BEZBOLESTNÉ.**

- Přejďte si v rámci Světového dne ledvin zdarma otestovat, zda máte zdravé ledviny!
- Navštivte blízké dialyzační centrum nebo nefrologickou ambulanci.
- Už první příznaky onemocnění ledvin lze zjistit jednoduchým vyšetřením.

ZKUSTE SI ODPOVĚDĚT NA NÁSLEDUJÍCÍ OTÁZKY.

Zjistíte, zda jste
v riziku onemocnění
ledvin:



- Máte vysoký krevní tlak?
- Léčíte se s cukrovkou?
- Máte nadváhu?
- Kouříte?
- Je vám víc než 50 let?
- Vyskytovalo se už onemocnění ledvin ve vaší rodině?
- Léčíte se s jiným onemocněním ledvin?

POKUD JSTE ODPOVĚDĚLI Kladně NA JEDNU NEBO VíCE
OTÁZEK, JE DOBRÉ PODSTOUPIT PREVENTIVNÍ VYŠETŘENÍ.

Nezapomeňte proto přijít 10. března 2011
do nejbližšího dialyzačního centra nebo nefrologické
ambulace (viz zadní strana letáku), kde můžete
absolvovat vyšetření ledvin.

Jde o jednoduché testování moči na přítomnost
bílkoviny a vyšetření krevního tlaku.

Nemusíte být nalačno, nebudou vám odebírat krev.
V případě potřeby vám v centru doporučí další
lékařskou péči.



7 PRAVIDEL pro zdravé ledviny



1. Udržujte se fit a aktivní
2. Nechte si pravidelně kontrolovat hladinu
cukru v krvi
3. Sledujte svůj krevní tlak
4. Jezte zdravě a udržujte si stabilní váhu
5. Nekuřte
6. Neužívejte dlouhodobě
léky proti bolesti
(analgetika, antirevmatika)
7. Nechte si kontrolovat funkce ledvin,
pokud máte jeden nebo dva
rizikové faktory:

- cukrovku
- vysoký krevní tlak
- nadváhu
- vy nebo někdo z rodiny
se léčí s ledvinami

