

11. МАРТ, СВЕТСКИ ДАН БУБРЕГА



Бубрези су:

- Парни органи задужени за излучивање токсичних продуката метаболизма и вишка течности из организма

Обољења бубрега:

- Акутна
- Хронична

Обољења бубрега нису ретка: подаци говоре да 1 од 9 особа у свету болује од неке бубрежне болести а рано препознавање симптома и знакова је од највећег значаја, као и код других хроничних незаразних болести. То је велика група обољења различитих по току, симптоматологији и прогнози које, уколико се не открију благовремено, доводе до хроничне болести бубрега.

Симптоми и знаци обољења бубрега:

- Поремећај мокрења (учестало мокрење, смањено излућивање урина, болно и отежано мокрење немогућност мокрења)
- Промене у саставу мокраће (присуство бактерија, леукоцита, крви, протеина, липида или кристала у седименту урина)
- Бол у пределу бубрега (туп, оштар, повремен, континуиран, по типу колика)
- Отоци (тестастасти, генерализовани)

ГЛАВНИ ФАКТОРИ РИЗИКА ЗА НАСТАНАК ХРОНИЧНЕ БУБРЕЖНЕ БОЛЕСТИ (ХББ)

1. Постојање других хроничних болести – коморбидитета:

- дијабетес
- Пoviшен крвни притисак и друге кардиоваскуларне болести
- системске болести

2. Године старости (преко 60 година расте ризик од оболевања)

3. Коришћење нефротоксичних лекова

4. Породично оптерећење за настанак ХББ

Превенција хроничних бубрежних болести:

- ХББ представљају проблем због свог хроничног и прогресивног тока који води ка бубрежној слабости и дуготрајном и скупом лечењу (дијализа, трансплантација)
- Превенцију и рано откривање болести треба усмерити ка популацији у ризику за настанак ХББ
- Ова врста превенције усмерена је на изабране лекаре опште медицине, који се први сусрећу са овом здравственом проблематиком

Мере превенције ХББ:

- Откривање особа у повећаном ризику за настанак ХББ
- Контрола и упорно лечење повишеног крвног притиска
- Стриктно регулисање и контрола гликемије
- Лечење поремећаја липдног статуса (дислипидемије)
- Ограничен унос соли у исхрани
- Престанак пушења
- Редовна физичка активност
- Одржавање оптималне телесне тежине
- Избегавање употребе нефротоксичних лекова
- Редовне годишње контроле функције бубрега и преглед урина

„Алармни“ симптоми за упућивање на допунске прегледе, по водичима:

- Сумња на акутну болест бубрега
- Нагло погоршање функције бубрега (пораст нивоа серумског креатинина за више од 20%)
- Новотокривени пацијенти са јачином гломерулске филтрације (ЈГФ) испод 30 мл/мин
- Погоршање или малигна фаза хипертензије
- Повишен ниво серумског калијума (преко 7 ммол/л)
- Нефротски синдром
- Беланчевине и крв у урину
- Дијабетес са протеинуријом
- Рекурентни едем плућа, нарочито ако је праћен погоршањем ЈГФ

ЗАКЉУЧАК:

- ХРОНИЧНА БУБРЕЖНА БОЛЕСТ БУБРЕГА ЈЕ ЈАВНО ЗДРАВСТВЕНИ ПРОБЛЕМ ШИРОМ СВЕТА И ПОВЕЗАН ЈЕ СА ВИСОКИМ КАРДИОВАСКУЛАРНИМ КОМОРБИДИТЕТОМ И СМРТНОШЋУ
- НЕПРЕПОЗНАТЕ И НЕЛЕЧЕНЕ ХББ ВОДЕ КА ХРОНИЧНОЈ БУБРЕЖНОЈ СЛАБОСТИ И ТЕРМИНАЛНОЈ БУБРЕЖНОЈ СЛАБОСТИ
- ПОРАСТ БРОЈА ОСОБА СА ТЕРМИНАЛНОМ БУБРЕЖНОМ СЛАБОСТИ У ВЕЛИКОМ ПРОЦЕНТУ ЈЕ ПОСЛЕДИЦА ПОРАСТА ОБОЛЕЛИХ ОД ХИПЕРТЕНЗИЈЕ И ДИЈАБЕТЕСА КАО И ТРЕНДА СТАРЕЊА СТАНОВНИШТВА
- ТАКОЂЕ, ХББ СУ ЗНАЧАЈНЕ ЈЕР ДОВОДЕ ДО ПРОГРЕСИВНЕ И ТЕШКЕ АТЕРОСКЛЕРОЗЕ, ИСХЕМИЈСКЕ ВАСКУЛАРНЕ БОЛЕСТИ И , НЕРЕТКО, КАРДИОВАСКУЛАРНЕ СМРТИ
- РАНО ПРЕПОЗНАВАЊЕ СИМПТОМА, БЛАГОВРЕМЕНО И ПРАВИЛНО ЛЕЧЕЊЕ ОВОЉЕЊА БУБРЕГА СУ ОД НАЈВЕЋЕГ ЗНАЧАЈА
- ПРОМЕНА И ПРИЛАГОЂАВАЊЕ ЖИВОТНИХ СТИЛОВА, ИЗБЕГАВАЊЕ ФАКТОРА РИЗИКА КОЈИ ДОПРИНОСЕ НАСТАНКУ БОЛЕСТИ У ОСНОВИ СУ ЗДРАВСТВЕНОГ ВАСПИТАЊА, КОЈЕ МОРА БИТИ УСМЕРЕНО ПРВЕНСТВЕНО НА ПОПУЛАЦИЈУ ДЕЦЕ И ОМЛАДИНЕ