

CHRONICKÉ ONEMOCNĚNÍ LEDVIN... TICHÝ ZABIJÁK

1 z 10

CHRONICKÁ ONEMOCNĚNÍ LEDVIN
POSTIHUJÍ 10 % POPULACE

KOHO POSTIHUJE?

10%

populace na celém světě
je postiženo chronickým
onemocněním ledvin



Choroby ledviny mohou
postihovat lidi bez rozdílu
věku nebo rasy

Polovina lidí ve věku

75

nad 75 let
trpí různě závažným
chronickým onemocněním
ledvin

Chronickým
onemocněním ledvin
trpí 1 z 5 **MUŽŮ**
a 1 ze 4 **ŽEN**
ve věku 65 až 74 let

HROZÍ I VÁM?

- + Máte vysoký krevní tlak?
- + Máte cukrovku?
- + Vyskytují se ve Vaší rodině choroby ledvin?
- + Máte nadváhu?
- + Kouříte?
- + Je Vám nad 50 let?



POKUD JSTE ODPOVĚDĚL/A Kladně
NA JEDNU NEBO VÍCE TĚCHTO OTÁZEK,
OBRAŤTE SE NA SVĚHO LÉKAŘE!



ZLATÝCH PRAVIDEL PRO SNÍŽENÍ RIZIKA ONEMOCNĚNÍ LEDVIN

Nemoci ledvin se chovají jako tichý zabiják,
který je schopen významně narušit kvalitu
Vašeho života. Existuje však několik jednoduchých
cest, jak snížit riziko vzniku ledvinných chorob.

**Světový
den
ledvin**
12. březen 2015

Světový den ledvin je společnou
iniciativou ISN (Mezinárodní nefrologické
společnosti) a IFKF (Mezinárodní
federace nadací pro onemocnění ledvin).



International Federation
of Kidney Foundations
Improving kidney health worldwide

Chronická onemocnění ledvin
u dospělých jsou nejčastěji
způsobena vysokým krevním
tlakem a cukrovkou

JAK ODHALIT CHRONICKÉ ONEMOCNĚNÍ LEDVIN?



Chronická onemocnění ledvin v raném stádiu často nemávají
žádné příznaky a nezpůsobují žádné obtíže. Člověk může ztratit
až 90 % funkce ledvin, aniž by měl jakékoliv příznaky.



Postižení ledvin lze ale zjistit pomocí jednoduchých vyšetření:

- vyšetření moči na přítomnost bílkovin
- vyšetření krve na hladinu kreatininu



K příznakům chronického onemocnění ledvin v pokročilém stádiu patří:
otoky kotníků, únava, poruchy soustředění, ztráta chuti k jídlu

VÍTE, ŽE VAŠE LEDVINY:

- + Tvoří moč
- + Odvádějí z krve odpadní látky a nadbytečnou tekutinu
- + Řídí chemickou rovnováhu organismu
- + Podílejí se na řízení krevního tlaku
- + Pomáhají udržovat zdravé kosti
- + Pomáhají tvořit červené krevní buňky

1. Udržujte se v dobré kondici a mějte dostatek pohybu
2. Kontrolujte si pravidelně hladinu krevního cukru
3. Sledujte svůj krevní tlak
4. Jezte zdravě a udržujte si správnou tělesnou hmotnost
5. Dbejte na správný přísun tekutin
6. Nekuřte
7. Neužívejte pravidelně volně prodejné léky
8. Nechte si vyšetřit ledviny, pokud máte jeden nebo více „vysoce rizikových“ faktorů:
 - cukrovka
 - hypertenze
 - obezita
 - výskyt ledvinných chorob v rodině – rodiče či příbuzní



PEČUJETE O SVÉ LEDVINY?

PŘIJĎTE 12. BŘEZNA 2015 NA PREVENTIVNÍ VYŠETŘENÍ



Více na: www.ledviny.cz | www.nadaceledviny.cz | www.nefrol.cz | www.worldkidneyday.org

Partneři projektu v České republice:

 Česká nadace
pro nemoci ledvin
Czech Kidney Foundation



Platinoví partneři

 AMGEN

 abbvie



 sanofi aventis

Zlatí partneři

 B. BRAUN
SHARING EXPERTISE



Stříbrní partneři

 Baxter



Světový den ledvin celosvětově podporují:



 SANOFI RENAL

 abbvie

 AstraZeneca

Světový den ledvin je společnou iniciativou ISN (Mezinárodní nefrologické společnosti) a IFKF (Mezinárodní federace nadací pro onemocnění ledvin).

