Ποιές παθήσεις βλάπτουν τους νεφρούς και προκαλούν νεφρική ανεπάρκεια

ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ

Αν και ο σακχαρώδης διαβήτης είναι η συχνότερη αιτία νεφρικής ανεπάρκειας, αυτή δεν εμφανίζεται σε όλους τους διαβητικούς. Η μη καλή ρύθμιση του σακχάρου μακροχρόνια επηρεάζει τη δομή όλων των αγγείων του σώματος όπως και τα αγγεία των νεφρών.

ΑΡΤΗΡΙΑΚΗ ΥΠΕΡΤΑΣΗ

Είναι η δεύτερη αιτία νεφρικής ανεπάρκειας. Φυσιολογική είναι η αρτηριακή πίεση (ΑΠ) που είναι ίση ή μικρότερη από 120 με 80. Όταν η ΑΠ δεν είναι καλά ρυθμισμένη μακροχρόνια, μπορεί να προκαλέσει βλάβη σε νεφρούς, μάτια, καρδιά και εγκέφαλο.

ΚΑΤΑΧΡΗΣΗ ΑΝΑΛΓΗΤΙΚΩΝ

Η αλόγιστη χρήση παυσιπόνων (αναλγητικών) για μεγάλα χρονικά διαστήματα, είναι η τρίτη συχνότερη αιτία νεφρικής ανεπάρκειας. Προσοχή στη χρήση αναλγητικών χωρίς ιατρική συνταγή!

ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

Τα πολυκυστικά νεφρά, η κυστική νόσος, η νόσος των λεπτών μεβρανών κ.α. είναι κληρονομικά νοσήματα και παρουσιάζονται σε άτομα της ίδιας οικογένειας. Τέτοια νοσήματα των νεφρών μπορεί να προκαλέσουν νεφρική ανεπάρκεια γι' αυτό θα πρέπει τέτοιες οικογένειες να παρακολουθούνται από τον γιατρό τους συστηματικά.

ΠΩΣ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΩ ΤΟΥΣ ΝΕΦΡΟΥΣ ΜΟΥ;

Εαν έχεις σακχαρώδη διαβήτη ή αρτηριακή υπέρταση

- Ρύθμισε σωστά το σάκχαρο σου
- Ρύθμισε σωστά την πίεση σου
- Έλεγχε τακτικά τα ούρα σου για λεύκωμα (τουλάχιστον μια φορά τον χρόνο)
- Έλεγχε τακτικά ουρία και κρεατινίνη (τουλάχιστον μια φορά τον χρόνο)
- Απέφευγε τη λήψη αναλγητικών και άλλων φαρμάκων χωρίς ιατρική συνταγή
- Σταμάτησε το κάπνισμα
- Περιόρισε την κατανάλωση αλατιού
- Υγειινή διατροφή
- Στόχευσε στο ιδανικό σωματικό σου βάρος
- Κάνε την άσκηση μέρος της ζωής σου, η άσκηση δεν έβλαψε ποτέ κανένα

Όλα όσα θέλεις να γνωρίζεις για την μεταμόσχευση οργάνων

ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΜΕΤΑΜΟΣΧΕΥΣΗ;

Μεταμόσχευση είναι η χειρουργική επέμβαση με την οποία ένα ζωτικό όργανο (νεφρός, καρδία, συκώτι, πνεύμονας, κερατοειδής χιτώνας) αφαιρείται από το δότη και εμφυτεύεται στον ασθενή που πάσχει από ανεπάρκεια του οργάνου αυτού.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΔΟΤΗΣ ΟΡΓΑΝΩΝ;

Κάποιος που εκφράζει την επιθυμία να δώσει τα όργανά του για μεταμόσχευση μετά θάνατο.

ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΔΩΡΕΑ ΟΡΓΑΝΩΝ;

Σύμφωνα με το νόμο, δωρεά οργάνων γίνεται μόνο όταν διαπιστωθεί ότι ο δότης είναι εγκεφαλικά νεκρός μετά από τις προβλεπόμενες ιατρικές εξετάσεις, οι οποίες γίνονται 2 φορές από 2 ιατρούς και τα αποτελέσματα τους είναι απολύτως αξιόπιστα.

ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΩ ΤΟΥΣ ΔΙΚΟΥΣ ΜΟΥ;

Πρέπει να τους ενημερώσεις ώστε να μην υπάρχει αμφιβολία για την επιθυμία σου. Βάση της νομοθεσίας, είναι απαραίτητη η συγκατάθεση των πλησιέστερων συγγενών στο ενδεχόμενο δωρέας οργάνων.

Η αντίθεση των συγγενών είναι πολύ σπάνια όταν γνωρίζουν ότι αυτό αποτελούσε επιθυμία των αγαπημένων τους.

ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΘΕΣΗ ΤΗΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ;

Υπάρχει ο περί μεταμοσχεύσεων νόμος που διέπει όλες τις διαδικασίες δωρεάς και μεταμόσχευσης οργάνων. Η εκκλησία ενθαρρύνει και ευλογεί τη δωρεά οργάνων.

Εκατοντάδες συνάνθρωποί μας βρίσκονται σήμερα στη λίστα αναμονής για τη μεταμόσχευση κάποιου οργάνου που θα σώσει ή θα βελτιώσει σημαντικά τη ζωή τους. Περιμένουν και ελπίζουν. Πολλοί όμως ίσως να μην προλάβουν να υποβληθούν στην μεταμόσχευση λόγω έλλειψης δοτών οργάνων.

Η δωρεά οργάνων μετά θάνατο είναι δώρο ζωής στον πάσχοντα συνάνθρωπό μας, ένα μύνημα αγάπης, ελπίδας, ανθρωπιάς και αλληλεγγύης.

Η Κύπρος βρίσκεται σήμερα στη χαμηλότερη κατάταξη μεταξύ χωρών της ΕΕ στη δωρεά οργάνων από πτωματικούς δότες.

Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα εκατοντάδες συνάνθρωποι μας να αναμένουν για χρόνια να βρεθεί δότης, εγκλωβισμένοι σε μηχανήματα που τους κρατούν προσωρινά εν ζωή ή να πεθάνουν.

Μπορείς να βοηθήσεις

παίρνοντας την απόφαση!

ΠΑΓΚΥΠΡΙΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΝΕΦΡΟΠΑΘΩΝ (Π.Ο.Ν.)
PANCYPRIAN ORGANIZATION OF PEOPLE WITH KIDNEY DISORDERS

Αρχ. Μακαρίου 278, 2311 Λακατάμια
Τ.Θ. 12135, 2341 Λακατάμια, Λευκωσία, Κύπρος
Τηλ. 99171286, Φαξ: 22371262, e-mail: p.o.n1978@hotmail.com

Γίνε και εσύ δότης οργάνων για μεταμόσχευση

Donate Life

ΠΑΓΚΥΠΡΙΑ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΝΕΦΡΟΠΑΘΩΝ (Π.Ο.Ν.)
PANCYPRIAN ORGANIZATION OF PEOPLE WITH KIDNEY DISORDERS