

Svetski dan bubrega, 8.3.2012.

“Doniraj bubreg – produži život“

Svetski dan bubrega obeležava se na inicijativu Međunarodnog društva za nefrologiju (The International Society of Nephrology) i Internacionalnog Udruženja Fondacija za bubreg (International Federation of Kidney Foundations) u više od 100 zemalja širom sveta. Od 2006. godine obeležava se svakog drugog četvrtka u martu mesecu. Cilj je podizanje svesti o važnosti bubrega, organa koji ima ključnu ulogu u održavanju života i upoznavanje javnosti da su bolesti bubrega česte, opasne i izlečive. Slogan ovogodišnjeg Svetskog dana bubrega je: "Doniraj bubreg-produži život".

Glavna funkcija bubrega je izlučivanje toksičnih produkata metabolizma i viška tečnosti iz organizma. Bolesti bubrega čine veliku grupu oboljenja, različitog uzroka, toka, kliničke slike i prognoze. Ova oboljenja najčešće su izazvana infekcijama, metaboličkim poremećajima, toksinima i drugim uzrocima, a manifestuju se kao upale bubrega (glomerulonefritis, pijelonefritis, nefrotski sindrom) i akutna, odnosno hronična smanjena funkcija bubrega (bubrežna insuficijencija).

U slučaju postepenog gubitaka funkcije bubrega nastaje hronična bubrežna insuficijencija. Radi se o bolesti koja se razvija postepeno i najčešće je posledica šećerne bolesti i povišenog krvnog pritiska. Istraživanja u svetu pokazala su da približno svaka deseta odrasla osoba ima neki oblik oštećenja bubrega. Hronična bubrežna insuficijencija nekoliko puta povećava rizik za nastanak bolesti srca i krvnih sudova, šećerne bolesti, povišenog pritiska, završnog stadijuma bubrežne bolesti (uremije) i preranu smrt (pre 65 godine života).

U našoj zemlji, zbog bolesti bubrega lekaru opšte medicine obrati se u proseku godišnje 22.000 osoba i bolnički se leči oko 15.000 ljudi. Od svih bolesti bubrega, hronične bolesti bubrega čine skoro trećinu bolnički lečenih osoba i čak 84% uzroka smrti. Od ove bolesti u Srbiji godišnje umre približno 1.650 osoba.

U stadijum terminalne bubrežne insuficijencije (otkazivanja funkcije bubrega) sprovodi se dijaliza ili se transplantira bubreg. Transplantacija bubrega zasniva se na presađivanju organa, koji se mogu dobiti od živih ili umrlih osoba.

Koji načini transplantacije će biti odabran zavisi od brzine pronalaženja odgovarajućeg organa. Kod približno 10-15% bolesnika, davaoci organa mogu biti krvni srodnici (članovi porodice) ili biološki nesrodni donatori (bračni partneri, prijatelji). Za ostale bolesnike traže se podudarni davaoci kod osoba sa dijagnostikovanom moždanom smrću (kadaverični davaoci) Iz tog razloga potrebno je povećati broj kadaveričnih transplantacija.

Neophodno je više informisti građane o značaju donacije organa. Doniranje organa znak je humanosti, solidarnosti i plemenitosti, kojom jedna osoba iskazuje svoju želju i nameru da nakon smrti donira bilo koji deo tela radi presađivanja/transplantacije, kako bi se pomoglo teškim bolesnicima.

U Srbiji se transplantacije bubrega obavljaju u pet zdravstvenih centara. Tokom 2011. godine od ukupno transplantiranih 59 bubrega, 49 presađenih bubrega uzeto je od umrlih donora. Na listi čekanja za transplantaciju bubrega nalazi se 738 osoba.

Bolesti bubrega moguće je na vreme dijagnostikovati. Pregledom uzorka mokraće, krvi i krvnog pritiska mogu se otkriti rani znaci bubrežne bolesti.

Osam zlatnih pravila za smanjenje rizika za razvoj bolesti bubrega :

1. Budite fizički aktivni
2. Redovno kontrolišite nivo šećera u krvi
3. Kontrolišite krvni pritisak
4. Hranite se pravilno i održavajte normalnu telesnu težinu
5. Uzimajte dovoljne količine tečnosti
6. Prestanite da pušite
7. Ne uzimajte lekove koji nisu propisani receptima
8. Redovno kontrolišite bubrege ukoliko imate jedan ili više faktora rizika

Proverite svoj rizik za bolesti bubrega

Imate li povišen krvni pritisak?

Imate li šećernu bolest?

Imate li prekomernu telesnu težinu?

Imate li više od 50 godina?

Da li je bilo bolesti bubrega u Vašoj porodici?

Da li ste malokrvni?

**Ako imate jedan ili više potvrdnih odgovora, javite se izabranom
lekaru**