

# ΚΙΝΔΥΝΕΥΕΤΕ;

## 1 ΣΤΟΥΣ 3 ΑΥΣΤΡΑΛΟΥΣ ΕΙΝΑΙ ΣΕ ΜΕΓΑΛΟ ΚΙΝΔΥΝΟ ΝΕΦΡΟΠΑΘΕΙΑΣ

### ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΝΕΦΡΟΠΑΘΕΙΑ;

Η νεφροπάθεια προκαλείται, όταν οι νεφρώνες των νεφρών σας, που λειτουργούν ως φίλτρα αίματος, καταστρέφονται. Αυτό προκαλεί τη συσσώρευση αποβλήτων και υγρών μέσα στο σώμα.



### ΚΙΝΔΥΝΕΥΩ ΑΠΟ ΝΕΦΡΟΠΑΘΕΙΑ;

Είστε σε μεγαλύτερο κίνδυνο, εάν:

- Έχετε διαβήτη
- Έχετε υπέρταση
- Είστε παχύσαρκος/η (ΔΜΣ 30 και άνω)
- Καπνίζετε
- Έχετε οικογενειακό ιστορικό νεφροπάθειας
- Είστε Αβορίγινας ή από τις νήσους Τόρες Στρέιτ
- Είστε άνω των 60 ετών
- Έχετε καρδιακά προβλήματα (καρδιακή ανεπάρκεια ή έχετε υποστεί έμφραγμα) και/ή είχατε υποστεί εγκεφαλικό.



### ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΣΗΜΑΔΙΑ ΤΗΣ ΝΕΦΡΟΠΑΘΕΙΑΣ;

Δεν είναι σπάνιο οι ασθενείς να χάνουν έως και το 90% της νεφρικής λειτουργίας τους προτού εμφανίσουν οποιοδήποτε σύμπτωμα.

Τα πρώτα σημάδια ενδέχεται να είναι γενικά και μπορούν να συμπεριλαμβάνουν:

- Υπέρταση
- Αλλαγές στην όψη των ούρων
- Αίμα στα ούρα
- Αλλαγές στην ποσότητα των ούρων και των φορών ούρησης.

90%  
ΑΠΩΛΕΙΑ

της νεφρικής  
λειτουργίας  
χωρίς  
συμπτώματα.



### ΒΟΗΘΕΙ Η ΕΓΚΑΙΡΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ;

Αν η νεφροπάθεια εντοπιστεί έγκαιρα, φαρμακευτική αγωγή σε συνδυασμό με αλλαγές στη διατροφή και τον τρόπο ζωής μπορούν να αυξήσουν τη διάρκεια ζωής των νεφρών σας και να σας κάνουν να νιώθετε καλά για όσο το δυνατόν περισσότερο.



### ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΕΞΕΤΑΣΗ ΝΕΦΡΩΝ;

Ζητήστε από τον παθολόγο σας μια εξέταση νεφρών. Η εξέταση περιλαμβάνει εξέταση αίματος και ούρων και μέτρηση της πίεσης.

### ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΝΕΦΡΙΚΗΣ ΑΝΕΠΑΡΚΕΙΑΣ ΣΕ ΤΕΛΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ;

Η νεφρική ανεπάρκεια δε θεραπεύεται. Οι επιλογές αγωγής περιλαμβάνουν:

#### Περιτοναϊκή Αιμοδιάλυση

Ένας σωλήνας εισέρχεται μόνιμα στην κοιλιακή κοιλότητα και ειδικά υγρά εισάγονται τακτικά για να απορροφηθούν τα απόβλητα από το σώμα.

#### Αιμοδιάλυση

Εδώ έχουμε σύνδεση με μηχανήμα αιμοκάθαρσης στο σπίτι ή σε νοσοκομείο τουλάχιστον 3 φορές την εβδομάδα για περίπου 5 ώρες κάθε φορά ώστε να καθαριστεί το αίμα.



#### Μεταμόσχευση

Αν είστε κατάλληλος/η για μεταμόσχευση, θα περιμένετε κατά μέσο όρο μεταξύ 4 και 7 ετών για να βρεθεί διαθέσιμο νεφρό.

#### Συντηρητική Θεραπεία

Χωρίς μεταμόσχευση ή αιμοδιάλυση για υποκατάσταση της νεφρικής λειτουργίας, η ασθένεια προχωράει μέχρι τον θάνατο. Η θεραπεία των συμπτωμάτων συνιστάται για την άνεση των ασθενών.

[www.kidney.org.au](http://www.kidney.org.au)

**1800 4 KIDNEY**  
5 4 3 6 3 9

Greek

**KIDNEY<sup>®</sup>**  
**HEALTH**  
**AUSTRALIA**