

La malattia renale cronica... UN KILLER SILENZIOSO

1 SU 10

LA MALATTIA RENALE CRONICA
COLPISCE IL
10% DELLA
POPOLAZIONE

CHI PUO' AMMALARSI?

10%
della popolazione mondiale
è colpito
da malattia renale cronica



LA MALATTIA RENALE
può colpire persone
di tutte le età o
razza.

Metà delle persone
con più di
75
anni ha una riduzione della
funzione renale

1 UOMO su 5
e **1 DONNA** su 4
con una età tra 65 e 74 anni
hanno malattia renale cronica

LE CAUSE PIU' COMUNI
DI MALATTIA RENALE
CRONICA SONO
L'IPERTENSIONE E IL
DIABETE

Come si fa diagnosi di malattia renale?



La malattia renale ai primi stadi non dà sintomi né segni. Una persona può perdere anche il 90% della funzione renale prima di avere un qualche sintomo



La malattia renale può essere diagnosticata con esami semplici:

- un esame delle urine per controllare se ci sono proteine nelle urine
- il livello della creatinina nel sangue



Segni di malattia renale avanzata sono: gonfiore alle caviglie, affaticamento, difficoltà nella concentrazione, riduzione dell'appetito, urine schiumose

SEI A RISCHIO?

- Hai la pressione elevata?
- Hai il diabete?
- Hai una storia familiare di malattia renale?
- Sei obeso?
- Fumi?
- Hai più di 50 anni?
- Sei di origine africana, ispanica, aborigena, asiatica?



SE HAI RISPOSTO SÌ
A 1 O PIU'
DOMANDE, PARLA
COL TUO MEDICO

LE

8

REGOLE
D'ORO
PER RIDURRE IL RISCHIO

Le malattie renali sono killer silenziosi che condizionano pesantemente la qualità della vita. Per ridurre il rischio ci sono diverse piccole cose che puoi fare!

SAI CHE I TUOI RENI:

- + Producono le urine
- + Rimuovono i liquidi in eccesso e i prodotti di scarto
- + Controllano l'equilibrio chimico del corpo
- + Aiutano a controllare la pressione del sangue
- + Aiutano a mantenere in salute le ossa
- + Aiutano a produrre i globuli rossi

- 1. Mantieniti in forma ed attivo**
- 2. Controlla regolarmente la glicemia**
- 3. Controlla la pressione del sangue**
- 4. Mangia sano e controlla il peso**
- 5. Garantisci un apporto di liquidi corretto**
- 6. Non fumare**
- 7. Non assumere farmaci da banco regolarmente**
- 8. Controlla la funzione del rene se hai uno o più fattori di rischio**

- se hai diabete
- se hai ipertensione
- se sei obeso
- un tuo genitore o parente soffre di malattia renale cronica
- se sei di origine Africana, Ispanica, Aborigena o Asiatica

World
Kidney
Day