



Dijagnosticiranje hronične bolesti bubrega (CKD) može biti vrlo naporan i težak period za sve uključene – pacijenta, njegovu/njenu porodicu i prijatelje. Ali informacije mogu značajno pomoći u preuzimanju kontrole nad situacijom. Pacijent koji zna šta slijedi, na šta treba paziti i koje su mogućnosti liječenja dostupne ako mu/joj bubrezi zataje može donositi informirane odluke o vlastitoj zdravstvenoj njezi.



Najprije razgovarajte sa svojim ljekarom o preciznoj dijagnozi kako biste procijenili funkciju bubrega i lakše planirali liječenje. Provođenjem pretraga utvrđuje se stadij i vrsta bolesti bubrega, veličina bubrega i oštećenje koje već postoji. Nakon što dobijete rezultate, vaš ljekar i vi morate zajedno napraviti plan radnje.



Osobe koje imaju bolest bubrega također imaju povećane šanse za razvoj srčanih problema. Jedna od prvih stvari koje treba učiniti nakon postavljanja dijagnoze hronične bolesti bubrega jeste kontrolirati sve druge zdravstvene probleme koje možda imate, uključujući dijabetes, visoki krvni pritisak i anemiju.



Ako imate dijabetes, morat ćete pratiti šećer u krvi, pridržavati se posebne dijetete i uzimati lijekove prema uputstvima ljekara.



Ako imate visok krvni pritisak, lekar vam može preporučiti da smršate, smanjite unos soli u ishrani i uzimate lijekove. Anemija (loša krvna slika) također može dovesti do oštećenja srca, a može se kontrolirati uzimanjem hormona koji se zove EPO i dodataka željeza. Također biste trebali imati normalan nivo holesterola i ne biste trebali pušiti.



Nakon uspostavljanja kontrole nad bolešću bubrega i drugim zdravstvenim problemima, važno je da pratite svoj napredak. Potrebno je redovno pratiti brzinu glomerularne filtracije (GFR) kako bi se razjasnio status vaše bolesti bubrega. Također, količina proteina u vašem urinu će se povremeno provjeravati kako bismo bili sigurni da vaši bubrezi dobro obavljaju svoj posao.



Na kraju, mogu se napraviti nutricionistički testovi kako bi se osiguralo da unosite dovoljno proteina i kalorija za održavanje cjelokupnog zdravlja. Vaš lekar vas može uputiti registriranom dijetetičaru za bubrege koji će vam pomoći u planiranju obroka kako biste mogli jesti odgovarajuću hranu u odgovarajućim količinama.

Obratite se fondaciji National Kidney Foundation (Nacionalna fondacija za bubrege)
za više informacija

Besplatna linija za pomoć: **855.NKF.CARES** ili e-pošta: **nkfcares@kidney.org**