



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Krzysztof Napierski

Czy masz zdrowe nerki?

Publikowane od

30.07.2022 07:38:45



W powiatach mławskim, żuromińskim i nidzickim ruszają wirtualna poradnia nefrologiczna i akcja społeczna Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek. Zrób test w internecie, odbierz kod na bezpłatne badania nerek i zbadaj się w lokalnym laboratorium! Akcją objętą swoim patronatem Burmistrz Miasta Mława.

Wirtualna poradnia nefrologiczna już działa! W powiatach mławskim, żuromińskim i nidzickim ruszyła kampania społeczna Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek. W ramach akcji, na stronie www.poradnianefrologiczna.pl każdy może wykonać krótki test, aby sprawdzić, w jakiej kondycji są jego nerki. Jeśli wyniki internetowego quizu będą niepokojące, użytkownik dostanie specjalny kod na bezpłatne badania krwi i moczu pod kątem chorób nerek, które będzie mógł wykonać w laboratoriach ALAB w Mławie, Nidzicy lub Żurominie. Test można wykonać już teraz, a cała akcja potrwa do końca września 2022 roku.

Nerki nie bolą. Chorują skrycie, często towarzyszą innym dolegliwościom, z którymi się zmagamy – cukrzyca, nadciśnienie, otyłość, chorobom serca. Co ósmy Polak choruje na nerki, choć o tym nie wie. Sytuacja znacznie pogorszyła pandemia Covid-19. Co trzeci pacjent, który przeszedł zakażenie koronawirusem (nawet bezobjawowo), może w konsekwencji mieć trwale uszkodzone nerki.

Przed pandemią szacowano, że 4,8 miliona Polaków choruje na nerki i o tym nie wie. Jeśli weźmiemy pod uwagę fakt, że nerki to drugi narząd po płucach, który ulega uszkodzeniu na skutek zachorowania na koronawirusa, te statystyki na pewno są nieaktualne. Specjaliści alarmują, że epidemia covid może przynieść następny związ z przewlekłą niewydolnością nerek. Fresenius Nephrocare dba o nerki Polaków, prowadzi najwięcej stacji dializ i poradni nefrologicznych w Polsce. Widzimy nie tyle potrzeb, ile pilną konieczność aktywnego włączenia się w profilaktykę chorób tego narządu w Polsce. Każdy z nas, szczególnie po przebytej chorobie wywołanej wirusem COVID-19, powinien przebadать nerki. Im szybciej choroba nerek zostanie wykryta, tym lepiej i skuteczniej możemy sobie z nią poradzić. Dlatego prowadzimy Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek. Niech to będzie pierwszy, ważny krok w profilaktyce chorób tego narządu – mówi dr Tomasz Prystacki, prezes zarządu Fresenius Nephrocare Polska, który jest organizatorem akcji społecznej dla zdrowia nerek.

Najpierw test, później badanie w laboratorium

Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek to pomysł na stworzenie wirtualnej poradni nefrologicznej. Na stronie www.poradnianefrologiczna.pl każdy użytkownik internetu może wykonać krótki test online. Test składa się z pytań związanych ze zdrowiem nerek. Pytania, dotyczące wieku, stylu życia, występujących chorób i dolegliwości oraz przebytego zakażenia wirusem Sars-CoV-2 zostały przygotowane przez specjalistów w zakresie chorób nefrologicznych. Akcją wspiera prof. Ryszard Gellert, Krajowy Konsultant w dziedzinie Nefrologii. To wstępne rozpoznanie kondycji nerek danej osoby. Po wykonaniu testu pacjenci, u których wynik testu pokazuje zwiększone prawdopodobieństwo zachorowania, dostaną skierowania na bezpłatne badania krwi i moczu w laboratorium **ALAB w Mławie, Nidzicy lub Żurominie**.

Rozpoznanie choroby nerek nie jest skomplikowane – wystarczy proste badanie krwi (test poziomu kreatyniny z oznaczeniem e-GFR) oraz ogólne badanie moczu. Takie badania będzie można za darmo zrobić w powiatach mławskim, żuromińskim i nidzickim w ramach Ogólnopolskiego Testu Zdrowia Nerek – mówi dr Piotr Koźmiński, specjalista nefrolog, ordynator Centrum Dializ Fresenius w Mławie. Pamiętajmy, że test w internecie nie jest wizytą lekarską i nigdy jej nie zastąpi, ale to pierwszy krok, żeby zainteresować się zdrowiem swoich nerek. Mam nadzieję, że będzie to początkiem regularnego dbania o ten narząd – dodaje stanowczo dr Piotr Koźmiński.

Choroba nerek rozwija się skrycie

O tym, że mamy chore nerki, możemy nie wiedzieć nawet przez 20 – 30 lat. Nerki chorują skrycie, często nie dają żadnych alarmujących objawów. Te, które się pojawiają, są mało charakterystyczne. To mogą być zmęczenie, uczucie słabości, mniejszy apetyt, nudności, swędząca skóra, podwyższone ciśnienie, wysoki cukier, ból w okolicy lędźwiowej. Często leczymy np. nadciśnienie, nie kontrolując stanu nerek. Im później odkryjemy prawdziwą przyczynę dolegliwości, tym stadium rozwoju choroby będzie bardziej zaawansowane. Jeśli do lekarza trafimy zbyt późno, jedynym ratunkiem dla chorego będzie dializa (mechanicznie zastępująca funkcje nerek) lub przeszczep.

Jeśli mamy jakiegokolwiek niepokój?ce objawy to, z jednej strony, powinniśmy przestać je bagatelizować, ale z drugiej nie wpadać w panikę. Pierwszy krok to prosty test internetowy – zrobmy go i jeśli będzie taka potrzeba, skorzystajmy z darmowego skierowania na badania w laboratorium. Po otrzymaniu wyniku warto go skonsultować ze swoim lekarzem rodzinnym, on postawi diagnozę i pokieruje dalej – doradza dr Piotr Koźmiński, który od lat przyjmuje te? chorych w poradni nefrologicznej przy Centrum Dializ Fresenius. Niestety wciąż ma pacjentów, którzy wprost z pierwszej wizyty u niego, trafiają na salę dializ.

Jesteśmy przekonani, że Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek ma potencjał by pomóc milionom ludzi, w całej Polsce. Przez najbliższe ponad 2 miesiące akcja będzie skoncentrowana na mieszkańcach tego regionu, więc serdecznie zachęcam, aby z tej możliwości skorzystał – dodaje dr Tomasz Prystacki, prezes zarządu Fresenius Nephrocare Polska.

Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek

Rozpoczęta akcja społeczna jest wzorowana na opracowanym i dystrybuowanym przez Krajowy Szpital Zdrowia w Wielkiej Brytanii (NHS) teście: What's your heart age? (Ile lat ma Twoje serce?). W Wielkiej Brytanii test, który ma określać wiek naszego serca, a tym samym oceniać ryzyko zawału czy udaru oraz prognozować długość życia, stał się niezwykle popularny. Na podstawie otrzymanych wyników, angielscy lekarze doszli do wniosku, że serca osób biorących udział w badaniu są w znacznie lepszej kondycji, biorąc pod uwagę wiek metrykalny tych osób. Polski odpowiednik testu ma zwrócić uwagę społeczeństwa na konieczność zadbania o kondycję nerek.

Ogólnopolski Test Zdrowia Nerek będzie dostępny w całej Polsce. Organizatorem akcji społecznej jest Fresenius Nephrocare Polska. W skali ogólnopolskiej patronat nad przedsięwzięciem objęli: prof. Ryszard Gellert, Krajowy Konsultant w dziedzinie Nefrologii, Ogólnopolskie Stowarzyszenie Osób Dializowanych (OSOD) i Klub Młodych Nefrologów (PTN). Akcję wspierają m.in. Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski, Starosta Mławski Jerzy Ryszard Rakowski, Starosta Łużycki Jerzy Rzymowski, Burmistrz Nidzicy Jacek Kosmała, Burmistrz Gminy i Miasta Łużmin Aneta Goliat, Dyrektor ZOZ w Nidzicy dr Anna Osowska oraz Radio7, Codziennik Mławski, TV Mazury.

Kinga Adamczewska / Fresenius Medical Care Polska

Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/index.php/arttykul/czy-masz-zdrowe-nerki>