

Март 2013.

“Донирај бубрег – продужи живот “

Светски дан бубрега обележава се на иницијативу Међународног друштва за нефрологију (The International Society of Nephrology) и Интернационалног Удружења Фондација за бубрег (International Federation of Kidney Foundations) у више од 100 земаља широм света. Од 2006. године обележава се сваког другог четвртка у марту месецу. Циљ је подизање свести о важности бубрега, органа који има кључну улогу у одржавању живота и упознавање јавности да су болести бубрега честе, опасне и излечиве. Слоган овогодишњег Светског дана бубрега је: "Донирај бубрег-продужи живот".

Главна функција бубрега је излучивање токсичних продуката метаболизма и вишка течности из организма. Болести бубрега чине велику групу обољења, различитог узрока, тока, клиничке слике и прогнозе. Ова обољења најчешће су изазвана инфекцијама, метаболичким поремећајима, токсинима и другим узроцима, а манифестују се као упале бубрега (гломерулонефритис, пијелонефритис, нефротски синдром) и акутна, односно хронична смањена функција бубрега (бубрежна инсуфицијенција).

У случају постепеног губитака функције бубрега настаје хронична бубрежна инсуфицијенција. Ради се о болести која се развија постепено и најчешће је последица шећерне болести и повишеног крвног притиска. Истраживања у свету показала су да приближно свака десета одрасла особа има неки облик оштећења бубрега. Хронична бубрежна инсуфицијенција неколико пута повећава ризик за настанак болести срца и крвних судова, шећерне болести, повишеног притиска, завршног стадијума бубрежне болести (уремije) и прерану смрт (пре 65 године живота).

У нашој земљи, због болести бубрега лекару опште медицине обрати се у просеку годишње 22.000 особа и болнички се лечи око 15.000 људи. Од свих болести бубрега, хроничне болести бубрега чине скоро трећину болнички лечених особа и чак 84% узрока смрти. Од ове болести у Србији годишње умре приближно 1.650 особа.

У стадијум терминалне бубрежне инсуфицијенције (отказивања функције бубрега) спроводи се дијализа или се трансплантира бубрег. Трансплантација бубрега заснива се на пресађивању органа, који се могу добити од живих или умрлих особа.

Који начини трансплантације ће бити одабран зависи од брзине проналажења одговарајућег органа. Код приближно 10-15% болесника, даваоци органа могу бити крвни сродници (чланови породице) или биолошки несродни донатори (брачни партнери, пријатељи). За остале болеснике траже се подударни даваоци код особа са дијагностикованом можданом смрћу (кадаверични даваоци) Из тог разлога потребно је повећати број кадаверичних трансплантација.

Неопходно је више информисти грађане о значају донације органа. Донирање органа знак је хуманости, солидарности и племенитости, којом једна особа исказује своју жељу и намеру да након смрти донира било који део тела ради пресађивања/трансплантације, како би се помогло тешким болесницима.

У Србији се трансплантације бубрега обављају у пет здравствених центара. Током 2011. године од укупно трансплантираних 59 бубрега, 49 пресађених бубрега узето је од умрлих донора. На листи чекања за трансплантацију бубрега налази се 738 особа. Болести бубрега могуће је на време дијагностиковати. Прегледом узорка мокраће, крви и крвног притиска могу се открити рани знаци бубрежне болести.

Осам златних правила за смањење ризика за развој болести бубрега :

1. Будите физички активни
2. Редовно контролишите ниво шећера у крви
3. Контролишите крвни притисак
4. Храните се правилно и одржавајте нормалну телесну тежину
5. Узимајте довољне количине течности
6. Престаните да пушите
7. Не узимајте лекове који нису прописани рецептима
8. Редовно контролишите бубреге уколико имате један или више фактора ризика

Проверите свој ризик за болести бубрега

Имате ли повишени крвни притисак?

Имате ли шећерну болест?

Имате ли прекомерну телесну тежину?

Имате ли више од 50 година?

Да ли је било болести бубрега у Вашој породици?

Да ли сте малокрвни?

Ако имате један или више потврдних одговора, јавите се изабраном лекару

(<http://www.worldkidneyday.org>)