

A VESEBETEGSÉG NÉMA GYILKOS

A Nemzetközi Nephrológiai Társaság és a Vesealapítványok Nemzetközi Szövetsége magyar kezdeményezésre minden év márciusának második csütörtökét a Vese Világnapjának nyilvánította. Idén már a 15. alkalom lesz. A nemzetközi összefogás célja a megelőzés és a szűrés fontosságának hangsúlyozása. Arra szeretnék felhívni a figyelmet, hogy kellő odafigyeléssel és megfelelő életmóddal elérhető: mindenki, mindenhol egészséges veséssel élhesen.

Napjainkban kb. 600 millió 65 év feletti lakos él a Földön, Európa lakosságának 19 százaléka 65 év feletti (142 millió lakos). Előrejelzések szerint 2050-re Magyarországon a 65 év feletti aránya meghaladja a 19 év alattiak arányát, 2060-ra minden harmadik magyar lakos 65 éves, vagy idősebb lesz. Időskorban csökken a vese tömege, véráramlása, működése. Ennek következtében az időskorúak fokozottan veszélyeztetettek a veseelégtelenség, vesebetegség kialakulásában.

BEFOLYÁSOLJA A BETEGEK ÉLETMINŐSÉGÉT

A vesebetegség néma gyilkos, amely nagymértékben befolyásolja a betegek életminőségét. Számos olyan egyszerű szabály létezik, amelyek betartásával csökkenthető a vesebetegség kialakulásának kockázata.

A vesebetegség kockázatának csökkentése érdekében 8 arany szabályt fogalmaztak meg: 1. mozogjon sokat és tartsa fitten magát, 2. rendszeresen ellenőriztesse vércukorszintjét, 3. ellenőrizze a vérnyomását, 4. étkezzen egészségesen, és vigyázzon a testsúlyára, 5. fogyasszon elegendő vizet, 6. ne dohányozzon, 7. kerülje a vény nélküli gyógyszerek (fájdalomcsillapítók) rendszeres szedését, 8. ellenőriztesse rendszeresen vesefunkcióját, ha az alábbiak közül egy vagy több igaz Önre:

– cukorbeteg, – magas a vérnyomása, – túlsúlyos, – időskorú, – valamelyik családtagja vesebeteg.

Az egészséges életmód segít, de fontos, hogy panaszok esetén a beteg időben forduljon orvoshoz, a veszélyeztetett populá-



ció rendszeresen ellenőriztesse veseműködését, vegyen részt szűréseken. Amennyiben már kialakult a veseelégtelenség, a beteg életét a vesepótló kezelés biztosítja. Magyarországon minden indokolt esetben lehetőség van a vesepótló kezelésre (dialízisre), 2019-ben 266 vesetranszplantáció történt, 30 esetben élődonoros transzplantációra került sor. 2019. december 31-én 1176 vesére váró, 44 kombinált vese- és hasnyálmirigy-átültetésre váró beteg szerepelt a transzplantációs várólistán. Magyarország tagja az Eurotransplant Nemzetközi Szervcsere Szervezetnek, melynek jelenleg Magyarországon kívül 7 tagja van. A nemzetek közötti együttműködés javítja a kritikus helyzetű betegek esélyeit.

Szabolcs-Szatmár-Bereg megyében három nephrológiai központ működik (Kisvárdai, Mátészalkai, Nyíregyházi), ahol lehetőség van a vesebetegek kivizsgálására, kezelésére, gondozására, a veseelégtelen betegek dialízisére, a vesetranszplantációra való felkészítésére.

Dr. Szegedi János főorvos, B. Braun Avitum Hungary Zrt. hálózati főorvos

EGÉSZSÉGNAP A KORZÓBAN

Egészségnapot rendeznek a Vese Világnapja alkalmából a Korzóban (Burratinó Bábszínház terme) március 12-én, csütörtökön 11.30-tól. A rendezvényen előadásokkal és ingyenes szűrővizsgálatokkal kívánják felhívni a figyelmet a vesebetegségek megelőzésére és annak kezelésére. Személyes tanácsadással is az érdeklődők rendelkezésére állnak.