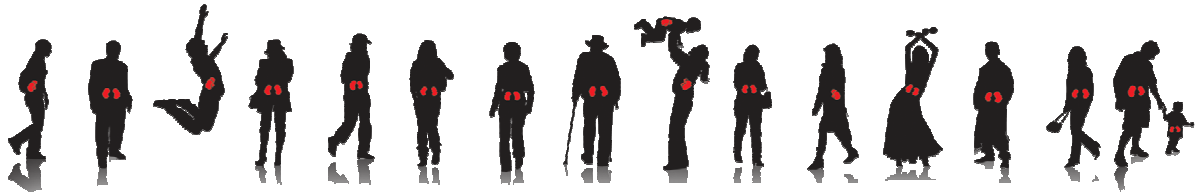
Światowy Dzień Nerki
11 marca 2010



Chroń swoje nerki – kontroluj cukrzycę

Konferencja prasowa

Warszawa, 4 marca 2010

PTN
Polskie Towarzystwo Nefrologiczne

Dziennikarski Klub Promocji Zdrowia

Profilaktyka i objawy chorób nerek w cukrzycy

Prof. **Andrzej Więcek** ***FRCP (Edin.)***

Klinika Nefrologii, Endokrynologii i Chorób Przemiany Materii
Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach

e-mail: *awiecek@sum.edu.pl*

Czynniki ryzyka rozwoju cukrzycowej choroby nerek

- Predyspozycja genetyczna – dotyczy 30-40% chorych
- Obecność retinopatii cukrzycowej
- Płeć męska
- Zła kontrola cukrzycy
- Podwyższone stężenie lipidów w surowicy
- Nadciśnienie tętnicze
- Palenie papierosów
- Otyłość

Objawy kliniczne cukrzycowej choroby nerek – wczesne stadia

We wczesnym okresie objawy kliniczne choroby są skąpe i niecharakterystyczne:

- nadciśnienie tętnicze
- wielomocz
- nykturia (nocne oddawanie moczu)
- osłabienie
- niewielkie obrzęki
- łagodna niedokrwistość

Badania laboratoryjne pozwalające na wczesne rozpoznanie cukrzycowej choroby nerek

- Badanie ogólne moczu (obecność białkomoczu, zmiany w osadzie moczu)

- Ocena albuminurii – w przypadku nie stwierdzenia białkomoczu w badaniu ogólnym moczu; raz w roku (u chorych na cukrzycę typu 1 od piątego roku trwania choroby, u chorych na cukrzycę typu 2 – od momentu rozpoznania)

- Oznaczenie stężenia kreatyniny w surowicy z wyliczeniem przesączania kłębuszkowego (eGFR) – przynajmniej raz w roku

Objawy kliniczne cukrzycowej choroby nerek – późne stadia

- Trudne do opanowania nadciśnienie tętnicze
- Obrzęki
- Duże osłabienie
- Znaczna niedokrwistość
- Skłonność do krwawień spowodowana mocznicową skazą krwotoczną
- Bóle kostne spowodowane osteodystrofią mocznicową
- Nudności, wymioty
- Utrata masy ciała
- Uporczywy świąd skóry

Cukrzycowa choroba nerek - profilaktyka

- **Profilaktyka pierwotna** – zahamowanie „epidemii” cukrzycy poprzez unikanie otyłości i promocję zdrowego stylu życia

- **Profilaktyka wtórna**
  - Dobre wyrównanie cukrzycy (dieta, leczenie farmakologiczne, aktywność fizyczna)
  - Dobra kontrola ciśnienia tętniczego
  - Leczenie współistniejących zaburzeń lipidowych
  - Leczenie współistniejących zakażeń
  - Zaniechanie palenia tytoniu
  - Ograniczenie spożywania alkoholu