

## Πρόληψη και Θεραπεία της ΧΝΝ Σωτηρία της Καρδιάς

Αξιοσημείωτο είναι ότι οι ασθενείς που έχουν βλάβη στους νεφρούς στην πορεία του χρόνου συνήθως κινδυνεύουν περισσότερο να καταλήξουν ειδικά από καρδιαγγειακό επεισόδιο, παρά να φτάσουν σε τελικό στάδιο **Χρόνιας Νεφρικής Νόσου** και να κάνουν αιμοκάθαρση ή περιτοναϊκή κάθαρση. Αυτό υποδηλώνει τη μεγάλη σημασία πρόληψης και θεραπείας της καρδιαγγειακής βλάβης σε ασθενείς με νεφρική βλάβη.

Από την άλλη μεριά όμως, η πρώιμη αναγνώριση της νεφρικής βλάβης και ο εντοπισμός έγκαιρα κάποιου από τους παράγοντες που προδιαθέτουν στην εμφάνισή της, μπορεί να αποδειχθούν καθοριστικά για την εξέλιξη της νόσου και την προστασία της καρδιάς.

- ➔ **Απευθυνόμαστε άμεσα στο γιατρό** και ειδικότερα στο νεφρολόγο, μετά την διαπίστωση κάποιου παράγοντα προδιάθεσης για νεφρική βλάβη.
- ➔ **Κάνουμε τις απαραίτητες εξετάσεις** που υποδεικνύει ο γιατρός, προκειμένου να διαπιστώσουμε σε ποιο στάδιο βρίσκεται η νόσος.
- ➔ **Τηρούμε πιστά τις οδηγίες του γιατρού μας** για τη θεραπευτική αντιμετώπιση των παραγόντων εξέλιξης της νόσου (δηλαδή της υπέρτασης, του αυξημένου σακχάρου, της λευκωματουρίας κ.α.).

Η έγκαιρη διάγνωση της **ΧΝΝ** και η πρώιμη πρόληψή της (με τον έλεγχο και παρακολούθηση των ατόμων με τους προδιαθεσικούς παράγοντες εμφάνισής της, όπως π.χ με υπέρταση, σακχαρώδη διαβήτη, οικογενειακό ιστορικό) είναι πολύ σημαντικοί παράγοντες, γιατί μπορεί να μειώσουν σημαντικά τον κίνδυνο προσβολής της καρδιάς και των αγγείων και το θάνατο από τη βλάβη τους.

**Γι' αυτό λοιπόν:**

**ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΝΕΦΡΟΥΣ ΣΩΖΕΤΕ ΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ**

Με την ευγενική χορηγία  
της Roche (Hellas) A.E. και Abbott Laboratories (Ελλάς) A.B.E.E.



We Innovate Healthcare



A Promise for Life

## Προστατεύοντας τους νεφρούς



## ΣΩΖΕΤΕ ΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ



Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (Ε.Ν.Ε.)

## Τί είναι η Χρόνια Νεφρική Νόσος;



Χρόνια Νεφρική Νόσος (**XNN**), αυτό που ο κόσμος συνηθίζει να λέει *Χρόνια Νεφρική Ανεπάρκεια*, είναι μια κατάσταση όπου οι νεφροί έχουν υποστεί βλάβη και δεν λειτουργούν σωστά. Αποτέλεσμα της μη σωστής λειτουργίας των νεφρών είναι η αδυναμία τους να αποβάλλουν από τον ανθρώπινο οργανισμό μέσω των ούρων τα άχρηστα γι' αυτόν προϊόντα του μεταβολισμού και το περίσσειμα των υγρών και του αλατιού. Το γεγονός ότι οι νεφροί δε λειτουργούν σωστά διαπιστώνεται εργαστηριακά, όταν στην γενική εξέταση αίματος και ούρων βρεθούν:

- Πρωτεϊνουρία (λευκωμα) ή ± ερυθρά αιμοσφαίρια στα ούρα ή και τα δύο (ως εκδήλωση πρώιμης βλάβης των νεφρών).
- Αυξημένη ουρία και κρεατινίνη στο αίμα, αλλά και μια σειρά άλλων εργαστηριακών ευρημάτων (σε πιο προχωρημένη βλάβη των νεφρών).

## Πώς εμφανίζεται κλινικά η XNN;

Στο αρχικό στάδιο η **XNN** δεν εμφανίζει κάποιο σύμπτωμα που θα μπορούσε να ευαισθητοποιήσει τον άρρωστο, ώστε να τρέξει στον οικογενειακό γιατρό ή το νεφρολόγο. Κατά την εξέλιξη της νόσου μπορεί να εμφανιστούν υπέρταση, νυκτουρία (δηλαδή συχνή ούρηση κατά τη νύχτα), αδυναμία, ανορεξία, καταβολή, ναυτία, έμετοι, αναιμία, οιδήματα (δηλαδή πρηξίματα - ιδίως στα πόδια), αλλά και βλάβες στα κόκκαλα, στην καρδιά και τα αγγεία (δηλ. το καρδιαγγειακό σύστημα), στα νεύρα (νευροπάθεια) κ.α.

## Οι παράγοντες που προδιαθέτουν στην εμφάνιση της XNN είναι κυρίως:

- Ο σακχαρώδης διαβήτης
- Η υπέρταση
- Η πολυκυστική νόσος των νεφρών
- Οι σπειραματονεφρίτιδες
- Οι καρδιαγγειακές παθήσεις



- Η μεγάλη ηλικία
- Η έκθεση σε χημικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες

## Οι παράγοντες που επιδεινώνουν την εξέλιξη της XNN είναι:

- Η πρωτεϊνουρία (το λεύκωμα στα ούρα)
- Η υπέρταση
- Η μη καλή ρύθμιση του σακχάρου
- Η υπερλιπιδαιμία (αυξημένη χοληστερίνη και τριγλυκερίδια στο αίμα)
- Η κατάχρηση φαρμάκων και το κάπνισμα

- Το οικογενειακό ιστορικό (δηλαδή ύπαρξη ασθενών στην οικογένεια που υποβάλλονται σε εξωνεφρική κάθαρση - αιμοκάθαρση ή περιτοναϊκή κάθαρση ή έχουν κάνει μεταμόσχευση νεφρού), αλλά και:
- Τα αυτοάνοσα νοσήματα (όπως π.χ. ο συστηματικός ερυθηματώδης λύκος)
- Οι ουρολοιμώξεις
- Η νεφρολιθίαση
- Οι κακοήθειες
- Η οξεία νεφρική βλάβη (οξεία νεφρική ανεπάρκεια)
- Το μικρό βάρος γέννησης του ατόμου

## Η σχέση των νεφρών με την καρδιά

Οι ασθενείς που έχουν βλάβη στους νεφρούς, έχουν και αυξημένο κίνδυνο να αντιμετωπίσουν πρόβλημα με την καρδιά, όπως βέβαια και το αντίστροφο. Έχει μάλιστα αποδειχτεί ότι όσο χειροτερεύει η λειτουργία των νεφρών, χωρίς να υπάρχει άλλη πάθηση, τόσο αυξάνονται και οι βλάβες που προκαλούνται στην καρδιά.

Αποτέλεσμα της κατάστασης αυτής είναι η αύξηση των καρδιαγγειακών συμβαμάτων, όπως στηθάγχη, έμφραγμα του μυοκαρδίου, καρδιακή ανεπάρκεια, εγκεφαλικά επεισόδια κ.α.

Μάλιστα η σχέση της νεφρικής και καρδιακής βλάβης μπορεί να εξηγηθεί από το γεγονός ότι σε ασθενείς με **XNN** συναντά κανείς τους γνωστούς παραδοσιακούς παράγοντες κινδύνου και για καρδιαγγειακή νόσο (όπως η υπέρταση, ο σακχαρώδης διαβήτης, η υπερλιπιδαιμία, το κάπνισμα κ.α.), αλλά και μη παραδοσιακούς παράγοντες κινδύνου (όπως η λευκωματουρία, η αναιμία, η διαταραχή του μεταβολισμού του ασβεστίου και του φωσφόρου κ.α.).

Η καρδιαγγειακή νόσος είναι η κύρια αιτία νοσηρότητας και θνητότητας στους ασθενείς με **XNN**. Σε ασθενείς μάλιστα με τελικό στάδιο **XNN**, δηλαδή αυτοί που κάνουν αιμοκάθαρση, το 40-50% των θανάτων οφείλεται σε καρδιαγγειακό επεισόδιο.