

# ADJON ESÉLYT A VESÉINEK!



## CSÖKKENTSE A NYOMÁST!

3 hónapnál tovább fennálló 60 ml/perc/1,73m<sup>2</sup> alatti  
becsült glomerulus filtrációs ráta (bGFR) esetén idült vesebetegség (CKD) áll fenn.

## MI AZ IDÜLT VESEBETEGSÉG (CKD), ÉS MIT TEHETÜNK ELLENE?

# CKD ESETÉN A KORAI DIAGNÓZIS KULCSFONTOSÁGÚ

---

Minél hamarabb derül fény a **CKD** diagnózisára, annál jobb. A kezelőorvos a betegség felismerését követően javasolhat olyan kezeléseket, melyek bizonyítottan lassíthatják a CKD rosszabbodását (progresszióját), és segíthetnek megőrizni a veseműködést.

Ezt az útmutatót azzal a céllal dolgoztuk ki, hogy hasznos információkat, javaslatokat és hivatkozásokat biztosítsunk a betegséggel kapcsolatban.

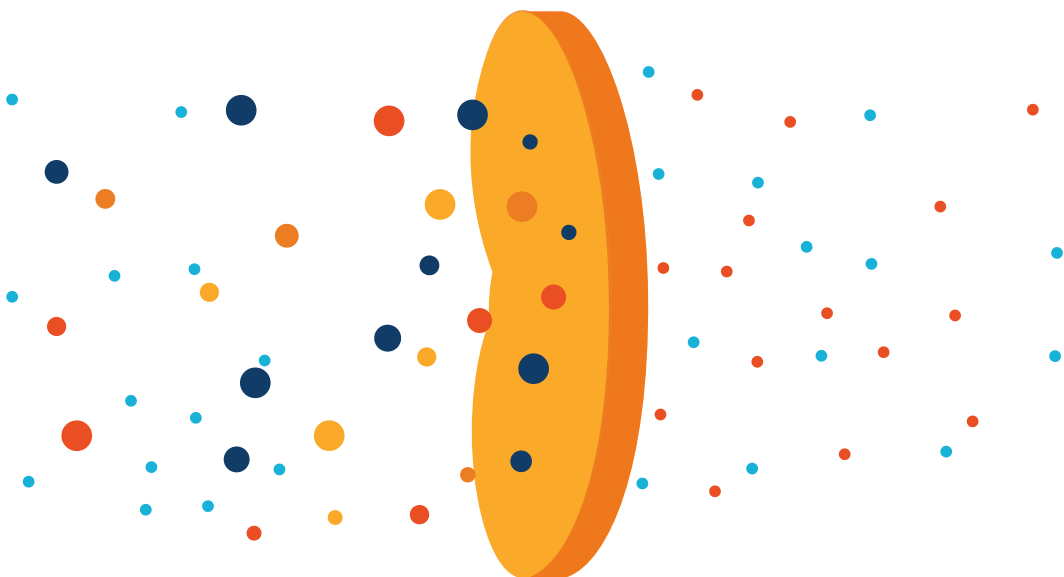


# MILYEN FELADATOKAT LÁT EL A VESE?

---

A vesék igen komoly feladatot látnak el: többek között a szervezetünk méregtelenítését végzik. Folyamatosan szűrik a keringő vért, eltávolítják a benne lévő salakanyagokat, és a szervezet igényeinek megfelelően szabályozzák a vegyületek és tápanyagok mennyiségét. A vese működése nem áll helyre a károsodást, vagy betegséget követően úgy, mint azt más szervek esetén tapasztaljuk, ezért különösen fontos, hogy mindent megtegyünk veséink védelme érdekében.

A vese működése testünk összes szervére kihat. A szív és a vesék különösen szoros kapcsolatban állnak egymással – az egyik sérülése a másik károsodását vonja maga után, és súlyos szövődmények kialakulását eredményezheti.








# MENNYIRE JÓL MŰKÖDNEK A VESÉI? LEGYEN TISZTÁBAN AZ ÉRTÉKEKKEL!

A CKD-t 5 stádiumra szoktuk osztani. Az egyes stádiumokat az úgynevezett bGFR érték alapján határozzuk meg, mely megmutatja, milyen jól látja el a vese a szűrőfunkcióját.

Szerencsére a bGFR értéket a kezelőorvos könnyen figyelemmel kísérheti, mivel a rutinvizsgálat során elvégzett átfogó laboratóriumi vértesztek többsége tartalmazza azt.

A bGFR értékének követése segítségével az orvos észlelheti a veseműködés romlására utaló, figyelmeztető jeleket. Ilyen esetekben Ön és kezelőorvosa megbeszélhetik, milyen további, megelőző lépéseket kell tenni az egészsége érdekében.

STÁDIUM	GLOMERULÁRIS FILTRÁCIÓS RÁTA (GFR) EGYSÉG	A VESEMŰKÖDÉS MÉRTÉKE		
<b>1. STÁDIUM</b>	Minimális vesekárosodás normál veseműködéssel	90, vagy több	90-100%	
<b>2. STÁDIUM</b>	Vesekárosodás a veseműködés enyhe beszűkülésével	60 - 89	60-89%	
<b>3a STÁDIUM</b>	A veseműködés enyhe-közepes fokú beszűkülése	45 - 59	45-59%	
<b>3b STÁDIUM</b>	A veseműködés közepes-súlyos fokú beszűkülése	30 - 44	30-44%	
<b>4. STÁDIUM</b>	Súlyos mértékben beszűkült vesefunkció	15 - 29	15-29%	
<b>5. STÁDIUM</b>	Végstádiumú vesebetegség	<15	<15%	

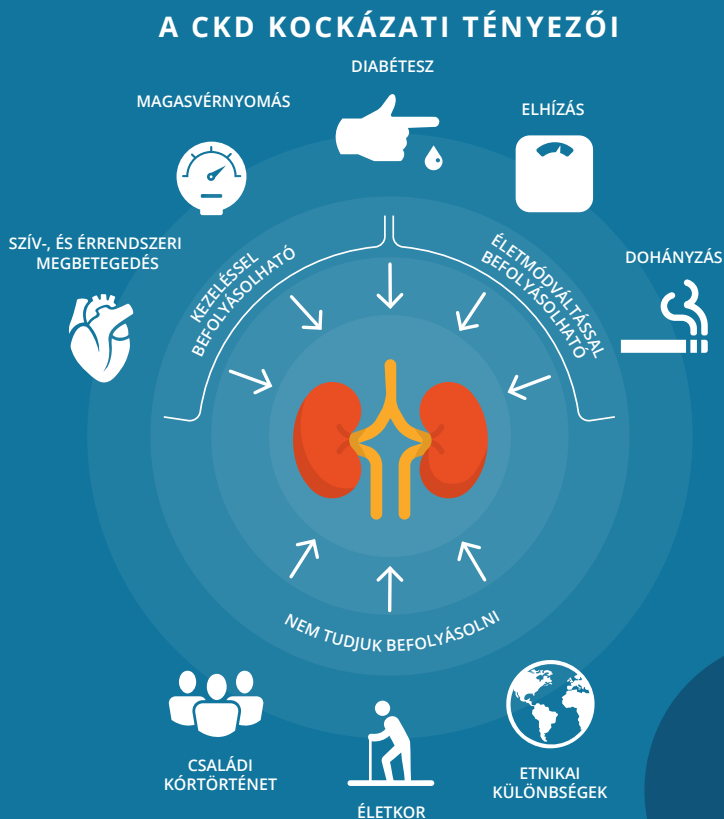
\*a bGFR jelentése: becsült glomeruláris filtrációs ráta.

# HOGYAN ALAKULHATOTT KI ÖNNÉL A CKD?

A CKD-t „néma betegségnek” is szokták hívni, mivel a legtöbb beteg semmilyen tünetet nem tapasztal a korai stádiumban. Számos olyan kockázati tényező van azonban, melyek gyakrabban fordulnak elő azoknál, akiknél később CKD alakul ki.

A cukorbetegség (diabétesz), a magasvérnyomás, illetve a szív- és érrendszeri megbetegedések a CKD vezető kockázati tényezői. Vannak azonban egyéb rizikófaktorok is, melyek egy részét befolyásolhatjuk, más részét nem.

A jobb oldali ábrán feltüntettük a gyakori kockázati tényezőket, mint például a diabétesz a magasvérnyomás, az etnikum, a testsúly, a családi anamnézis és az életkor.



# MIT TEHET ANNAK ÉRDEKÉBEN, HOGY MEGAKADÁLYOZZA A CKD ROSSZABBODÁSÁT?

A korai kezelés bizonyítottan segít megőrizni a vese működését, és lehetővé teszi, hogy dialízisre csak később, vagy egyáltalán ne legyen szükség. A dialízis, vagy vesepótló kezelés egy olyan terápiás folyamat, melynek segítségével a salakanyagok kiszűrhetők a vérből, ha a vesék már nem képesek megfelelően ellátni ezt a feladatot. Dialízisre általában a CKD 5. stádiumában kerül sor, amikor a vesék már a működőképességük legalább 85%-át elveszítették.

Felsoroltuk, mit tehet Ön annak érdekében, hogy megelőzze a CKD rosszabbodását. Jó hír, hogy ezek a teste egyéb szerveire, például a szív- és érrendszer állapotára is jótékony hatással vannak!



Ha Ön cukorbeteg, tegyen meg mindent a helyes kezelés és a megfelelő vércukorszint érdekében. A diabétesz a CKD kialakulásának egyik leggyakoribb oka.



Minden szedett gyógyszeréről számoljon be kezelőorvosának, még a vitaminokról és a recept nélkül kapható készítményekről is. Ezek között előfordulhat olyan is, mely károsan hat a vesére



Ellenőrizze és kezeltesse megfelelően magasvérnyomását



Mozogjon, és igyekezzen elérni az egészséges testsúlyt



Tartsa megfelelő értéken koleszterinszintjét, amivel megakadályozhatja az erek további károsodását



Ne dohányozzon – a cigarettázás rontja a veseműködést

## DIÉTA

Tartson vesebarát étrendet – kérjen tanácsot dietetikusától.



Figyeljen a megfelelő folyadék-fogyasztásra.



Rendszeresen keresse fel kezelőorvosát, aki adhat Önnek olyan gyógyszereket, amelyek védhetik veséjét és lassíthatják a vesefunkció romlását

Igyekszünk mindent megtenni a CKD korai szűrése és a helyes diagnózis felállítása érdekében.

Három egyszerű lépéssel Ön is sokat tehet az egészségéért:

**C** ÉLOZZA MEG A GYAKORI ELLENŐRZÉST  
**K** ONZULTÁLJON KEZELŐORVOSÁVAL  
**D** OLGOZZON LABORÉRTÉKEI JAVÍTÁSÁN

*“Azt üzenem  
újonnan diagnosztizált  
betegtársaimnak:  
ne esetek kétségbe!”  
egy CKD beteg*



 [facebook.com/eselytavesekek](https://facebook.com/eselytavesekek)

Mellékhatás/Nemkívánatos esemény/Minőségi panasz bejelentése és orvosszakmai kérdés esetén: +36 1 883 6500 vagy <https://contactazmedical.astrazeneca.com>

AstraZeneca Kft. 1117 Budapest  
Alíz utca 4. B ép. I. em.  
Tel.: +36 1 883 6500; [www.astrazeneca.hu](http://www.astrazeneca.hu).

HU-5426, Lezárás dátuma: 2022.07.01.

AstraZeneca 