

Munkakönyv, tankönyv vesebetegeknek:

**Kerstin Bergström – Per Ake Zillen: *Veseelégtelenséggel élni*
*Kézikönyv a megelőzésről és önmagunk gondozásáról***

Fordította: Kiss Gergely

Magyar kiadást átdolgozta: Prof. Dr. Rosivall László

Felelős kiadó: Prof. Dr. Rosivall László, Magyar Vese-Alapítvány

Borítót tervezte: Dr. Táncos László

Kiadó: Semmelweis Kiadó

Példányszám: 1500

A 6. Világ Vesenapjáról:

Vigyázz a vesédre, hogy megvéd a szívedet!

A vesebetegség fokozza a magas vérnyomás betegségben és cukorbetegségben szenvedők szívproblémáinak kialakulását és egyébként egészséges egyéneknél is nagy kockázatot jelent a szív- és érrendszeri betegségek kialakulása szempontjából.

A krónikus vesebetegség fennállása a tünetek hiánya miatt sokszor észrevétlen marad, és még ha ki is derül, sokszor sem a beteg, sem a környezete nem fordít kellő figyelmet a betegségre, mivel nincs tisztában annak veszélyeivel. Ma már szerencsére a krónikus vesebetegség korai stádiumban felismerhető. Ennek egyik egyszerű módszere fehérje ürítés mérése a vizeletben. A krónikus vesebetegség gyakran sokkal korábban diagnosztizálható, mint maga a szívbetegség. A felismert korai krónikus vesebetegség hatékonyan kezelhető és a későbbi vesekárosodás és szívbetegség kialakulásának esélye nagymértékben csökkenthető. Fontos volna, hogy minden egészségügyi ellenőrzés során sor kerüljön a vesebetegség korai felismerését lehetővé tevő vizsgálatokat. Ha korai, krónikus vesebetegség kifejlődésének veszélye fokozott, mert magas a vérnyomás, a vércukorszint, a testsúly, az illető dohányzik vagy a családban fordult elő krónikus vesebetegség, akkor okvetlenül forduljon orvosához és kérje segítségét. Ezenkívül javasoljuk, hogy látogassa meg a Magyar Vese-Alapítvány honlapját további információért és segítségért.

Magyar Vese-Alapítvány:

A Magyar Vese-Alapítvány (1987, regisztrációs szám: 596) célja, hogy segítse a hazai veseegógyászati oktatást, kutatást, betegellátást és ezzel hozzájáruljon a vesebetegségek megelőzéséhez, illetve a gyors diagnózishoz, az eredményes gyógyításhoz, a rehabilitációhoz és a betegek életminőségének javulásához. Az Alapítvány elnökének javaslatára jött létre a 2005 óta minden év március második csütörtökén megtartott „Világ Vesenapja”. Ezen a napon emberek százmillióihoz jut el az üzenet, hogy a veseelégtelenség, melynek előfordulása növekszik, megelőzhető és gyógyítható. Az Alapítvány elsők között fordította le és adja közzé e hasznos, egyedülálló munkafüzetet, azzal a meggyőződéssel, hogy ezzel nemcsak a vesebetegeket segíti, de úttörő munkát is végez a társadalom egészségtudatos viselkedésének hazai terjesztésében.

Magyarországon ma több százezer olyan ember él, akinek veseműködése beszűkült és ezért nephrológiai gondozásra, illetve krónikus veseelégtelenség kialakulását megelőző kezelésre volna szüksége. A veseelégtelenség száma évi 10%-al növekszik, minden odafigyelés és próbálkozás ellenére. A vesepótló kezelések, mint a dialízis és a transzplantáció aránytalanul nagy kiadásokkal jár. A veseelégtelenség megelőzése és terápiája a hazai egészségügyi kiadások egyik legjelentősebb tétele. Ennek megfelelően komoly anyagi, emberi és szakmai érdek fűződik ahhoz, hogy az oktatás, kutatás és betegellátás fejlesztésével segítsük a megelőzést, a hatékonyabb gyógykezelést, diagnózist és a szerveleleltség esetén legjobb megoldást biztosító sikeres transzplantációk számát és a rehabilitációt.

Ennek megvalósítására az alapítvány graduális, posztgraduális, rezidens és betegoktatást, valamint szakképzést is végez, szervez és támogat. 1994 óta minden évben megrendezi az egyhetes, angol nyelvű Budapesti Veseiskolát. Országos egészségügyi és szociológiai felméréseket készít a betegek ellátásáról, életminőségéről, szociális helyzetéről, rehabilitációs lehetőségeiről. Támogatja a hazai és nemzetközi nephrológiai kutatásokat.

A kiadott könyvről:

Krónikus vesebetegek gyógykezeléséhez nincs szükség az orvos folyamatos, gyakori jelenlétére, közreműködésére. Elengedhetetlen azonban, hogy a beteg önállóan, illetve környezete segítségével olyan életmódot folytasson, amely gátolja a betegség előrehaladását. A betegnek ismernie kell a különböző panaszok mögött meghúzódó kóreléttani mechanizmusokat, a laboratóriumi eredmények értelmét, a vérnyomás és a vese működésével kapcsolatos vizsgálatok értékeinek értelmezését, a diéta, a mozgás, azaz az életmód szükséges változtatásának részleteit. Ehhez nyújt segítséget e munkafüzet, melyet alapvetően egy vesebeteg fogorvos professzor írt, saját, közvetlen tapasztalatai alapján. Elképzeléseinek helyességét bizonyítja, hogy a súlyos fokú veseelégtelenség ellenére évekig el tudta kerülni a dialízist. A svéd nyelven megjelent első kiadás után – kérdőíves felméréssel – kimutatták, hogy azoknak a betegeknek, akik olvasták és használták a könyvben található információkat és tanácsokat, csökkentek a panaszaik. Lassult a veseszövetük károsodása, illetve alacsonyabb volt az ellátásukra fordított egészségügyi kiadás. Tehát e kiadvány nemcsak a betegeknek, hanem a környezetüknek és a társadalomnak is hasznára vált.

A kiadást támogatókról:

A kiadvány nem születhetett volna meg az Avicenna, a B.Braun, a Diaverum, a Fresenius, a Roche, a Semmelweis Kiadó cégek nagylelkű támogatása nélkül, hiszen a költségek mintegy 50%-át az adományok fedezték. Köszönetet mondunk Kiss Gergely gyógyszerészhallgatónak a gondos fordításáért, Haris Ágnes és Szabó Tamás nephrológusnak a lelkiismeretes szakmai lektori munkáért. Az Alapítvány háláját fejezi ki Papp Ritának, a hazai tápanyagtáblázat megjelentetésének engedélyezéséért. Végül, de nem utolsó sorban, hálás szeretettel és tisztelettel köszönöm a Semmelweis Kiadó igazgatójának, Táncos László grafikusművészeknek szakavatott támogató segítségét, mellyel a könyv eredeti stílusát, formáját nemcsak megőrizni, de azt túlszárnyalni is sikerült.

Egyebek:

Olvassák, használják és terjesszék e könyvet, illetve annak tartalmát, hogy minden érintett könnyebb és jobb minőségű életet élhessen!

A könyv értéke 3800 Ft, de ez a könyv nem kerül kereskedelmi forgalomba. A Magyar Vese-Alapítvány, mely közhasznú jótékonyági szervezet, minden határon belüli és túli rászorulóknak ingyen adja e kiadványát. Ehhez nagylelkű adományokra, jótékonyági támogatásokra van szükség. Kérem, hogy, aki teheti, segítse az alapítványt adománnyal, adójának 1%-ával, hogy a vesebetegekért, illetve a vesegyógyászatért folytatott harcunk még eredményesebb lehessen. Az alapítvány székhelye: 1089 Budapest, Nagyvárad tér 4., adószáma: 18005347-2-42, bankszámla száma: OTP, 11705008-20106153. További információ honlapjainkon található: www.bns-hungary.hu, www.kidneyfoundation.sote.hu