

**Népbetegség, mégis alig beszélünk róla: másfél millió magyar szenved tőle**  
*Ma van a Vese Világnapja – Magyarországon is jelentősen aluldiagnosztizált az idült vesebetegség*

Budapest, 2023. március 9. – **Nehéz felismerni, pedig könnyű diagnosztizálni – mondhatjuk a világ népességének mára mintegy tizedét érintő idült vesebetegségről (chronic kidney disease). Az ellentmondás csak látszólagos: a CKD valóban szinte észrevehetetlenül, panasz nélkül jelentkezik, miközben már egy rutin vérvizsgálat során is egyszerűen megállapítható az ún. bGFR-érték rendszeres ellenőrzésével – hangsúlyozza a [Magyar Nephrologiai Társaság](#) a [Vese Világnapján](#). A változatos kórképekkel, többek között súlyos szív- és érrendszeri komplikációkkal együtt járó civilizációs betegség mozgásgazdag életmóddal és egészséges táplálkozással előzhető meg leginkább. A CKD-nak az egészségügyi ellátórendszerre rótt óriási terhe miatt pedig ösztársadalmi jelentősége van a széleskörű edukációnak mind a páciensek, mind az orvosok körében.**

A március 9-i Vese Világnapját a [Magyar Nephrologiai Társaság](#) elnöke javaslatára 2005. óta világszerte tartják, célja, hogy mindenki megismerje a vese működését és fordítson nagyobb figyelmet egészségének megőrzésére.

Túlzott kalóriabevitel, elhízás, dohányzás – csupa olyan civilizációs jelenség, melyek veszélyeiről nap mint nap hallunk, és pontosan tudjuk, hogy a modern kor legsúlyosabb népbetegségeiért felelősek. Miközben azonban gyakran beszélünk a krónikus anyagcsere-elváltozásokról vagy a szívelégtelenségről, ritkán esik szó az ezeket előfordulásában jócskán megelőző CKD-ról. Az idült vesebetegség a becslések szerint mintegy másfél millió embert érint hazánkban, és a kialakulásában a magas vérnyomás és a diabétesz is komoly szerepet játszik. Jól látszik tehát, hogy ezek az **ártalmak és kórképek szorosan összefüggnek egymással, és szinte dominószerűen következve károsítják az egyes szervrendszereket az egészségtelen életmódból fakadó szövődmények – melyek gyakran végzetesen sokáig rejtve maradnak.**

#### **A rendszeres ellenőrzés a kulcs**

A Vese Világnapján az ismeretterjesztést alapkövetésének tekintő Magyar Nephrologiai Társaság arra hívja fel a figyelmet, hogy **az idült vesebetegség kezelésében kifejezetten kulcsszerepe van a korai felismerésnek.** „*Kevesen vannak tisztában azzal a megdöbbentő ténnyel, hogy a páciensek [vesefunkcióik akár 90%-át is elveszíthetik, mire diagnosztizálják náluk a CKD-t. Mindez abból fakad, hogy a kór nem okoz egyértelmű, könnyedén felismerhető tüneteket, sőt, kifejezetten változatos panaszok jelentkezhetnek, így az orvosok is nehezebben tudják összerakni a teljes képet. Ebből adódóan gyakoriak a hirtelen, gyors állapotromlást mutató betegutak, és akkor már a súlyos szövődményekkel is számolni kell: előrehaladástól függően akár 14-szeresére is nőhet például a szív-érrendszeri halálozás kockázata](#)*” – mondja **Prof. Dr. Rosivall László, a Magyar Nephrologiai Társaság elnöke.**

Ezért is rendkívül fontos, hogy **az idült vesebetegség mihamarabb kikerüljön a leginkább aluldiagnosztizált kórképek közül, a betegek tisztában legyenek az ehhez szükséges rendszeres vizsgálatok jelentőségével, valamint az orvosi protokoll is megváltozzon. Valójában egy rutinszerű, laboratóriumi vérvizsgálattal kimutatható a CKD a páciensek szervezetében, ehhez ugyanis**

elegendő az úgynevezett bGFR (becsült glomerulus filtrációs ráta, mértékegysége: ml/perc/1,73m<sup>2</sup>) értéket vizsgálni: amennyiben a 60 alatti eredmény 3 hónapon túl is fennáll a laborletünkben, úgy sajnos joggal feltételezhetjük, hogy érintettek vagyunk a betegségben, és mihamarabb szakorvos segítségét kell kérnünk. Prof. Dr. Rosivall László hangsúlyozza, hogy a cél az lenne, hogy **a bGFR vizsgálata is olyan rendszeres és rutinszerű legyen, mint akár a koleszterin-szint mérése.**

### **A leghatékonyabb mindig a megelőzés**

Mint a többi hasonló civilizációs népbetegség esetében, úgy **a vesénk egészségének megőrzéséhez is a megelőzés a kulcs:** a rendszeres testmozgás, a tudatos táplálkozás és a káros szokások (dohányzás, túlzott alkoholfogyasztás) elhagyása a legfőbb szövetségesünk az idült vesebetegség elkerülésében. A már kialakult károsodásokat, a sorban megjelenő szövődményeket már sokkal nehezebb kezelni: a statisztikák szerint a globálisan mintegy 750 millió CKD-s közül **több mint 2 millió ember szorul vesepótló kezelésre vagy transzplantációra napjainkban.**

A CKD nemcsak a beteget, a családját és a környezetét terheli, de mint **az egyik „legdrágább”, a legmagasabb egészségügyi társadalombiztosítási kiadással járó betegség,** a nemzeti összkiadást is befolyásolja. A kezelések, eljárások hatalmas terhet rónak az egészségügyi ellátórendszerekre világszerte, az Egyesült Királyságban például az idült vesebetegek [kezelése többbe kerül](#), mint a mell-, vastagbél-, tüdő- és bőrdaganatosok gyógyítása együttvéve, a probléma pedig kifejezetten kritikus a fejlődő országok számára.

### **A megelőzés legfontosabb lépései:**

1. Kezdd a megelőzést már gyermekkorban!
2. Vigyázz a vesédre, hogy véd a szívedet!
3. Ne fogyassz sok sót!
4. Tartsd alacsonyan a vérnyomásodat!
5. Ne hízz el!
6. Igyál elég vizet!
7. Ne dohányozz!
8. Figyelj a vesédre és ellenőrizd a kreatinin szintet és bGFR-t!

**Amennyiben sikerülne a krónikus vesebetegség előfordulását jelentősen csökkentenünk, az nemcsak a lakosság jobb életminőségéhez és átlagos élethosszának javulásához, de a nemzeti jövedelem automatikus növekedéséhez is hozzájárulna; ezért a Vese Világnapján – sőt azon túl is – érdekünk és kötelességünk harcolni a CKD előfordulásának csökkenéséért.**

A Magyar Nephrologiai Társaság tavaly lépett partnerségre az [AstraZenecával](#), hogy **figyelemfelhívással, korai felismeréssel és a kezelési protokoll fejlesztésével küzdjenek az idült vesebetegség rohamléptékű terjedése ellen.**

**Prof. Dr. Rosivall László**  
a Magyar Nephrológiai Társaság elnöke

**Dr. Kárpáti István**  
a Magyar Nephrológiai Társaság főtktára