

ЛЮБОМИРА НИКОЛАЕВА

Около 850 милиона души в света страдат от хронично бъбречно заболяване. Това е около 80% повече от броя на хората с диабет и около 10 пъти над броя на хората с онкологични диагнози.

Хроничното бъбречно заболяване в напредналите си стадии може да доведе до критични сърдечносъдови инциденти, нужда от трансплантация

Мислиш ли, че бъбреците ти са здрави? **Провери**

или заместване на работата на органа с диализно лечение. То обикновено протича незабелязано. Възможно е да няма симптоми дори до момента на пълния отказ на бъбреците. Това превръща профилактиката в ключов фактор за здравето на бъбреците и откри-

ването на заболяването навреме, когато все още може да се помогне с терапия и да се спре евентуална загуба на функция.

Дори да мислите, че бъбреците ви са здрави, изследвайте се, за да се уверите! Около апела се обединиха участни-

ците в онлайн дискусия, проведена в „24 часа“, която е достъпна на фейсбук страницата на медията.

Как да удължите здравето на бъбреците си, какви изследвания са достатъчно показателни за насочване към по-задълбочени тестове, кои фактори предразполагат към хронично бъбречно заболяване и какви са възможностите за лечение - вижте съветите на трима от водещите нефролози в България.

Проф. Емил Паскалев, началник на Клиниката по нефрология, трансплантация и диализно лечение към УМБАЛ „Александровска“ и председател на Българското дружество по нефрология:

- Проф. Паскалев, защо хроничното бъбречно заболяване и бъбречната недостатъчност не са синоними?

- Хроничното бъбречно заболяване представлява бъбречно увреждане, което може да доведе до нарушаване на бъбречната функция, включително да се развие най-неблагоприятната му форма - бъбречната недостатъчност. Хроничното бъбречно заболяване (ХБЗ) минава през 5 етапа. При първите два функцията на бъбреците е запазена въпреки съществуването на някаква причина, която може да доведе до нарушаване на работата на бъбреците. Това е времето, в което имаме терапевтични възможности да спрем процеса на увреждане и дори да възстановим напълно нормалната функция. Когато се развие увреждане от трета и четвърта степен, то вече има само неблагоприятно прогресивно развитие, което с напредването си се забързва.

С лечение ходят може да се забави, но не може да се върне назад

Хубавото е, че днес сме много обнадеждени от терапевтични възможности, които могат да забавят влошаването на бъбречна функция. Петата степен е терминална бъбречна недостатъчност, която изисква заместването на бъбречната функция чрез бъбречна трансплантация или диализа.

- Не е случайно, че слагате на първо място трансплантацията, нали?

- Трансплантацията дава несравнимо по-добро качество на живот и трябва да е първи избор, но трябва да се каже, че тя е възможна и след започнато диализно лечение.

- При откриване на бъбречния проблем още в началото може ли да се избегне същинското заболяване?

- Независимо в кой стадий на развитие откриваме ХБЗ, трябва да открием причината, довела до увреждането на бъбречната функция. Важно е усилията да се насочат към началните стадии и особено в първия състояние може дефинитивно да се овладее, да се възстанови напълно. При втори стадий в благоприятния случай прогресията може да се стопира, което също е ценно. Ако го направим, ще имаме възможност да научим пациентите в първите два етапа на ХБЗ как да преоформят живота си, как да проследяват заболяването си, за да постигнат заедно с терапията добро качество на живот и да предотвратят по-голямо влошаване на бъбречната

Хипертонията и диабетът



СНИМКА: НИКОЛАЙ ЛИТОВ

функция.

Според СЗО

до 10 г. хроничното бъбречно заболяване ще е 5-ата причина за смърт в глобален мащаб

Това ни кара да насочим усилията си за откриване на ХБЗ в началните стадии, когато състоянието е обратимо и бъбречното засягане може да бъде преодоляно.

- Медицината има ли полезни ходове при напреднало състояние?

- Разбира се, по-добре е да не се стига до влошаване, но в последните години разполагаме и с терапевтични възможности, с които да забавим прогресията на хроничното бъбречно заболяване. Някои от тях могат да доведат до бъбречна недостатъчност дори за няколко дни от началото си. Други може да бъдат значително забавени, когато ги открием навреме.

- Всички ли сме в еднакъв риск от ХБЗ?

- Индивидуалният риск е различен. За да го определим, анализираме основните фактори за бъбречното увреждане. Две водещи диагнози обхващат около 2/3 от причините за ХБЗ. На първо място е захарният диабет – около 36 процента, на второ е артериалната хипертония – около 35 процента, и само една трета от причините за ХБЗ са първични - чисто бъбречни заболявания. За диа-

бета и хипертонията има една много важна характеристика: развиват се бавно и в началото хората не осъзнават, че вече са болни, тъй като се адаптират към промените и обикновено нямат оплаквания.

- Кога причините за ХБЗ са в самите бъбреци?

- Сред причините от бъбречен произход са наглед банални условия като бъбречнокаменната болест, интоксикациите, където характерен пример са нестероидните противовъзпалителни лекарства, които най-често се използват при болка и температура, но когато се прекалява с тях, е възможно да се иницира бъбречно увреждане. Затова трябва да обръщаме внимание на всеки симптом, когато хем се чувстваме здрави, хем нещо не е като в обичайните случаи. Много важно е и редовно да се провеждат профилактични прегледи особено за хипертония и захарен диабет. Дори да се чувстваш добре, за да докажеш, че си добре, трябва да се изследваш, за да се потвърди субективната оценка. В случая начинът са

профилактичните прегледи с насоченост към бъбречното здраве, изследване на урината и на креатинина в серума

Особено ако се установи висока кръвна захар и/или

са в основата на 2/3 от хроничните бъбречни заболявания

високо кръвно налягане.

Често профилактичните прегледи се пропускат в активната възраст 22-55 години, когато хората може да се чувстват добре, но неблагоприятните процеси да са започнали отдавна и лечението да е трудно или заболяването да не може да се овладее. Важно е ХБЗ да бъде установено и лекувано в ранните стадии.

Като се има предвид, че често пациентите с ХБЗ са в трудова възраст, има още един механизъм за навременно установяване на проблем с бъбреците и това е трудовата медицина.

По тази линия би трябвало да се извършват общите изследвания, но впечатлението ми е, че те често се пропускат.

В резултат на всички изброени фактори първите стадии може да минат незабелязано, ХБЗ да прогресира и бъбреците все по-малко да могат да вършат своята работа.

- Как помагат новите терапии, за които говорите?

- При лечението на ХБЗ е важно лекарят да вземе предвид причината за появата му - например хипертония, захарен диабет - при конкретния пациент, и да подхожда комплексно. Така чрез комплексното действие лечението може да помогне да се заобиколи омагьосаният кръг ХБЗ – хипертония – диабет и да се намали увреждането на бъбреците, като едновременно се контролират и другите заболявания.

- Проф. Паскалев, националното дружество на не-

фролозите, което вие ръководите, иницира разговор с депутатите от здравната комисия в краткия мандат на 47-ото народно събрание за повече грижи за опазване на бъбречното здраве на българите и скринингова програма. Ще подновите ли усилията за поемане на ангажменти от новата здравна комисия?

- Впечатлението в цялата ни нефрологична общност е, че контактите с Министерството на здравеопазването и парламентарната здравна комисия трябва да бъдат постоянни и независимо от смяната на екипите. Вниманието върху здравето на човека, в случая бъбречното здраве, трябва да бъде непрекъснато.

Затова насочваме погледа към скринингови кампании, благодарение на които може да се откриват рано заболяванията и благодарение на това – преодоляни в големия си процент, и лекувани по-ефективно.

Такива кампании трябва да са постоянни – бъбрекът работи непрекъснато, но непрекъснато въздействат и причините, които го увреждат.

Материалът се отпечатва с подкрепата на „АстраЗенека - България“. Материалът отразява личната гледна точка и опит на автора. Публикацията е част от информационната кампания за хроничното бъбречно заболяване на „АстраЗенека - България“