WOJSKOWA SPECJALISTYCZNA
PRZYCHODNIA LEKARSKA SPZOZ W WITKOWIE
ŻWIRKI I WIGURY 9, 62-230 WITKOWO
tel./fax.61 477 76 60 e-mail: kontakt@wspl-witkowo.pl

PROGRAM EDUKACYJNY

DLA PACJENTA Z PRZEWLEKŁĄ CHOROBĄ NEREK (PChN)

1. Czym jest przewlekła choroba nerek?

Przewlekła choroba nerek (PChN) to stan, w którym nerki stopniowo tracą swoją zdolność do prawidłowego działania.

2. Przyczyny choroby:

- cukrzyca
- nadciśnienie tętnicze
- choroby zapalne nerek
- choroby dziedziczne

3. Objawy

Na początku często brak objawów. Z czasem mogą pojawić się:

- zmęczenie i osłabienie
- obrzęki (np. nóg, twarzy)
- problemy z oddawaniem moczu
- brak apetytu, nudności
- świąd skóry

4. Leczenie

Nie zawsze można całkowicie wyleczyć chorobę, ale można ją spowolnić. Leczenie obejmuje: leki (np. na ciśnienie, cukrzycę), odpowiednią dietę, kontrolę wyników badań, w zaawansowanym stadium: dializę lub przeszczep nerki.

5. Postępowanie w chorobie (co możesz zrobić?)

Styl życia:

- regularnie przyjmuj leki
- kontroluj ciśnienie krwi i poziom cukru
- nie pal papierosów
- dbaj o aktywność fizyczną (np. spacery)

Dieta:

- ogranicz sól

- unikaj nadmiaru białka (zgodnie z zaleceniem lekarza)
- pij odpowiednią ilość płynów (zgodnie z zaleceniem)
- ogranicz produkty wysoko przetworzone

Kontrole:

- regularnie wykonuj badania krwi i moczu
- zgłaszaj się na wizyty lekarskie
- informuj lekarza o nowych objawach

7. Kiedy zgłosić się pilnie do lekarza?

- nagłe pogorszenie samopoczucia
- duszność
- brak oddawania moczu
- silne obrzęki