



ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ (Ν.Π.Δ.Δ.)

ΚΡΙΤΟΒΟΥΛΙΔΟΥ 19, 712 01 ΗΡΑΚΛΕΙΟ

ΤΗΛ.: 2810 283385 - 2810 330193, FAX : 2810 330194

E-mail: info@ish.gr - www.ish.gr

Ηράκλειο, 14/03/2023

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΝΕΦΡΟΥ

Υγεία των
νεφρών για
όλουςΠροώθηση
της ισότιμης
πρόσβασης
στη φροντίδα και τη βέλτιστη
φαρμακευτική πρακτική

Η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού στοχεύει να ευαισθητοποιήσει τους πολίτες γύρω από την σημασία των νεφρών για τη γενική μας υγεία και να μειώσει τη συχνότητα και τον αντίκτυπο της νεφρικής νόσου και των προβλημάτων υγείας που σχετίζονται με αυτή, σε όλο τον κόσμο

Για το 2024, η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού είναι αφιερωμένη στην Προώθηση της ισότιμης πρόσβασης στη φροντίδα και τη βέλτιστη φαρμακευτική πρακτική

Η χρόνια νεφρική νόσος (ΧΝΝ) εκτιμάται ότι επηρεάζει περισσότερους από 850 εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως και οδήγησε σε περισσότερους από 3,1 εκατομμύρια θανάτους το 2019. Επί του παρόντος, η νεφρική νόσος κατατάσσεται ως η 8η κύρια αιτία θανάτου, και εάν δεν αντιμετωπιστεί, προβλέπεται να είναι η 5η κύρια αιτία απώλειας ετών ζωής έως το 2040.

Αφορά στο 10% του γενικού πληθυσμού, δηλαδή σε μια χώρα όπως η Ελλάδα, υπάρχουν περίπου 1.000.000 άνθρωποι που πάσχουν από Χρόνια Νεφρική Νόσο. Από αυτούς γνωρίζουμε τους λιγότερους. Γιατί η Χρόνια Νεφρική Νόσος είναι μια ΣΙΩΠΗΛΗ νόσος, δεν δίνει συμπτώματα, τουλάχιστον στα αρχικά της στάδια. Εκτός από την απουσία συμπτωμάτων, ένα άλλο σοβαρό πρόβλημα είναι και η υποεκτίμηση της νόσου από τους υγειονομικούς.

Ο έλεγχος της νεφρικής λειτουργίας και η έγκαιρη διάγνωση της Νεφρικής Νόσου είναι απλά. Στο γενικό πληθυσμό η μέτρηση στο αίμα της κρεατινίνης (μια εξέταση που βοηθά τον γιατρό να υπολογίσει πόσο λειτουργούν οι νεφροί μας) και η γενική ούρων είναι ικανές για ένα πρώτο έλεγχο. Ιδιαίτερα φυσικά, θα πρέπει να ελέγχονται όλοι μετά την ηλικία των 60 ετών, όσοι έχουν αυξημένο σάκχαρο, υπέρταση, είναι υπέρβαροι, καπνιστές, έχουν οικογενειακό ιστορικό και κατάγονται από περιοχές, όπου υπάρχουν υψηλά ποσοστά της νόσου.

Είναι πλέον αποδεδειγμένο ότι η έγκαιρη διάγνωση και παραπομπή σε νεφρολόγο παρουσιάζει σημαντικά οφέλη, όπως την πιο αργή εξέλιξη της νόσου και τη μείωση της νοσηρότητας και της θνητότητας των ασθενών.

Τις τελευταίες τρεις δεκαετίες, οι προσπάθειες θεραπείας της ΧΝΝ επικεντρώθηκαν στην προετοιμασία και την παροχή θεραπειών νεφρικής υποκατάστασης (αιμοκάθαρση, περιτοναϊκή κάθαρση, μεταμόσχευση). Ωστόσο, οι πρόσφατες θεραπευτικές ανακαλύψεις προσφέρουν άνευ προηγουμένου ευκαιρίες για την πρόληψη ή την καθυστέρηση της νόσου και τον μετριασμό επιπλοκών όπως οι καρδιαγγειακές παθήσεις και

η νεφρική ανεπάρκεια, παρατείνοντας τελικά την ποιότητα και την ποσότητα ζωής των ατόμων που ζουν με ΧΝΝ.

Ενώ αυτές οι νέες θεραπείες θα πρέπει να είναι καθολικά προσβάσιμες σε όλους τους ασθενείς, σε κάθε χώρα και περιβάλλον, εμπόδια όπως η έλλειψη ευαισθητοποίησης για τη ΧΝΝ, η ανεπαρκής γνώση ή εμπιστοσύνη με νεότερες θεραπευτικές στρατηγικές, οι ελλείψεις ειδικών νεφρολόγων και το κόστος θεραπείας συμβάλλουν σε μεγάλες διαφορές στην πρόσβαση στις θεραπείες, ιδιαίτερα σε χώρες χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος, αλλά και σε ορισμένες περιοχές υψηλού εισοδήματος. Αυτές οι ανισότητες υπογραμμίζουν την ανάγκη να εστιάσουμε στην ευαισθητοποίηση για τη ΧΝΝ και στην ανάπτυξη ικανοτήτων του εργατικού δυναμικού της υγειονομικής περίθαλψης.

Η επίτευξη της βέλτιστης φροντίδας των νεφρών απαιτεί να ξεπεραστούν τα εμπόδια σε πολλαπλά επίπεδα. Αυτά περιλαμβάνουν κενά στην έγκαιρη διάγνωση, έλλειψη καθολικής υγειονομικής περίθαλψης ή ασφαλιστικής κάλυψης, χαμηλή ευαισθητοποίηση των εργαζομένων στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης και προκλήσεις στο κόστος και την προσβασιμότητα των φαρμάκων. Απαιτείται μια πολύπλευρη στρατηγική για να σωθούν οι νεφροί, οι καρδιές και τελικά, ζωές:

Πολιτικές υγείας – Η πρωτογενής και δευτερογενής πρόληψη της ΧΝΝ απαιτούν στοχευμένες πολιτικές υγείας που ενσωματώνουν ολιστικά τη φροντίδα των νεφρών στα υπάρχοντα προγράμματα υγείας, εξασφαλίζουν χρηματοδότηση για τη φροντίδα των νεφρών και διαδίδουν τη γνώση για την υγεία των νεφρών στο κοινό και στο εργατικό δυναμικό της υγειονομικής περίθαλψης. Θα πρέπει να εφαρμοστεί ισότιμη πρόσβαση στον προσυμπτωματικό έλεγχο νεφρικής νόσου, εργαλεία για έγκαιρη διάγνωση και βιώσιμη πρόσβαση σε ποιοτική θεραπεία για την πρόληψη της ΧΝΝ ή της εξέλιξής της.

Παροχή υγειονομικής περίθαλψης – Η μη βέλτιστη νεφρική φροντίδα προκύπτει από περιορισμένη εστίαση στις πολιτικές, ανεπαρκή εκπαίδευση ασθενών, έλλειψη πόρων για φροντίδα υψηλής ποιότητας και περιορισμένη πρόσβαση σε οικονομικά προσιτά φάρμακα. Για την επιτυχή εφαρμογή στρατηγικών, είναι απαραίτητο να υιοθετηθεί μια ολοκληρωμένη, με επίκεντρο τον ασθενή και τοπικά προσανατολισμένη προσεγγίσεις για τον εντοπισμό και την αντιμετώπιση των φραγμών στην υψηλής ποιότητας φροντίδα των νεφρών.

Επαγγελματίες υγείας – Η αντιμετώπιση της έλλειψης πρωτοβάθμιας περίθαλψης και ειδικών νεφρολόγων απαιτεί ενίσχυση της εκπαίδευσης, ελαχιστοποίηση της απώλειας παρόχων υγειονομικής περίθαλψης και δημιουργία ικανοτήτων μεταξύ των εργαζομένων στον τομέα της υγείας, συμπεριλαμβανομένων των γιατρών πρωτοβάθμιας περίθαλψης, των νοσηλευτών και των εργαζομένων στον τομέα της υγείας της κοινότητας. Η εκπαίδευση σχετικά με τον κατάλληλο προσυμπτωματικό έλεγχο για ΧΝΝ και η τήρηση των συστάσεων των κατευθυντήριων οδηγιών κλινικής πρακτικής είναι το κλειδί για την επιτυχή εφαρμογή αποτελεσματικών και ασφαλών στρατηγικών θεραπείας. Η υιοθέτηση της επιστημονικής καινοτομίας και η χρήση φαρμακολογικών και μη εργαλείων για τη θεραπεία της ΧΝΝ, καθώς και η ενθάρρυνση της αποτελεσματικής επικοινωνίας και ενσυναίσθησης μεταξύ των επαγγελματιών θα επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό την ευημερία των ασθενών.

Ενδυνάμωση ασθενών και κοινοτήτων – Σε παγκόσμιο επίπεδο, οι ασθενείς δυσκολεύονται να αποκτήσουν πρόσβαση σε περίθαλψη και φαρμακευτική αγωγή λόγω του υψηλού κόστους και της παραπληροφόρησης, που επηρεάζουν τις συμπεριφορές υγείας.

Η ευαισθητοποίηση σχετικά με τους παράγοντες κινδύνου για ΧΝΝ όπως ο διαβήτης, η υπέρταση και η παχυσαρκία, η ενίσχυση της παιδείας για την υγεία σχετικά με τις επιλογές υγιεινού τρόπου ζωής, η αυτοφροντίδα και η προώθηση της μακροπρόθεσμης συμμόρφωσης στις θεραπευτικές στρατηγικές μπορεί να αποφέρει μεγάλα οφέλη, ειδικά όταν ξεκινά έγκαιρα και διατηρείται με συνέπεια.

Εμπιστευτείτε το γιατρό σας, προστατέψτε τους νεφρούς σας.

Δημήτριος Ξυδάκης

Νεφρολόγος, Ιατρός Ε.Σ.Υ.