

Non aspettare: prenditi cura di te e dei tuoi reni!

Ecco alcune domande e risposte utili per capire chi è più a rischio e come proteggere la salute dei reni.

Chi è più a rischio?

Le persone con:

- ✓ Diabete
- ✓ Ipertensione
- ✓ Patologie cardiovascolari
- ✓ Obesità
- ✓ Storia familiare di malattia renale

Quali altri fattori aumentano il rischio?

- ✓ Malattie autoimmuni (p. es., lupus, vasculite)
- ✓ Danno renale acuto
- ✓ Calcoli renali frequenti
- ✓ Ostruzione delle vie urinarie
- ✓ Nascita prematura o basso peso alla nascita

Come possiamo prevenire?

Con test semplici, non invasivi ed economici:

- ✓ Misurazione della pressione arteriosa
- ✓ Calcolo dell'Indice di Massa Corporea (BMI)
- ✓ Esame delle urine per valutare la presenza di albumina
- ✓ Esami del sangue per controllare glicemia e funzione renale

Perché la diagnosi precoce è così importante?

- ✓ Perché significa più salute e meno costi sanitari: permette di migliorare la qualità della vita e di ridurre l'impatto della Malattia Renale Cronica (MRC) sui sistemi sanitari.

Cosa possiamo fare concretamente?

- ✓ Formare i medici di base a riconoscere la MRC durante le visite di routine
- ✓ Integrare i test renali nei programmi sanitari esistenti
- ✓ Portare la diagnosi precoce anche nelle comunità e non solo negli ospedali
- ✓ Sensibilizzare e informare per una maggiore consapevolezza

QUALI DIFFICOLTÀ AFFRONTANO I PAZIENTI CON RENE POLICISTICO?

- Accettare la diagnosi e comunicarla
- Gestire il follow-up e le preoccupazioni familiari
- Vivere con il dolore cronico
- Affrontare ansia, stress e depressione
- Mantenere relazioni e vita sociale
- Conciliare lavoro e attività quotidiane
- Prendere decisioni importanti, come avere figli

Received: March 31, 2025

Accepted: March 31, 2025

Indirizzo per la corrispondenza:

AIRP- Associazione Italiana Rene Policistico
Via Bazzini 2
20131 Milano- Italy
email: luisa.sternfeld.airp@renepolicistico.it

20 ANNI DI
AIRP
ASSOCIAZIONE ITALIANA RENE POLICISTICO
1995-2015



Come stanno i tuoi reni?

8 Regole d'oro per prenderti cura dei tuoi reni

1. Tieniti in forma, sii attivo
2. Segui una dieta sana
3. Controlla e monitora i livelli di zucchero nel sangue
4. Controlla e monitora la pressione arteriosa
5. Assumi un adeguato apporto di liquidi
6. Non fumare
7. Non assumere regolarmente medicinali antinfiammatori/antidolorifici da banco
8. Se hai fattori di rischio, fai controllare la tua funzionalità renale

Complicanze del rene policistico

Il rene policistico non si limita a colpire i reni, ma può influire anche su altri organi e sistemi del corpo. Conoscere le possibili complicanze è fondamentale per una gestione più consapevole della malattia.

- Cisti epatiche: si sviluppano nel 60-70% dei pazienti, soprattutto con l'avanzare dell'età. Le donne con gravidanze multiple sono più a rischio.
- Prolasso della valvola mitralica (PVM): colpisce circa il 26% dei pazienti con ADPKD e può causare sintomi come palpitazioni e dolore toracico.
- Aneurismi intracranici: presenti nel 5-10% dei casi, possono portare a sintomi gravi come emicrania improvvisa e perdita di coscienza. Un controllo regolare è essenziale, soprattutto in presenza di familiarità.
- Ernie e diverticoli: frequenti nelle persone con PKD, spesso accompagnati da complicazioni, specialmente in chi è in dialisi o ha subito un trapianto.

Affrontare il rene policistico con informazioni chiare fa la differenza!

IL VOSTRO AIUTO È SEMPRE PIÙ IMPORTANTE E VE NE SIAMO GRATI
Non dimenticatevi di donarci il vostro 5x1000

Scrivi il codice fiscale AIRP
97422810156

Nella tua dichiarazione dei redditi firma nella casella riservata a:
“Sostegno degli Enti del Terzo Settore iscritti nel RUNTS di cui all’art. 46, C. 1, del d.lgs. del 3 luglio 2017, n. 117, comprese le Cooperative Sociali ed escluse le Imprese Sociali costituite in forma di Società, nonché sostegno delle ONLUS iscritte all’anagrafe”.

