

## Insuficiència Renal crònica

Si a vostè li han diagnosticat una Insuficiència renal vol dir que els seus ronyons estan lesionats i no funcionen correctament.

Volem ajudar-lo perquè vostè s'adapti el millor possible a la nova situació, per això és important que conegui la seva malaltia i el que ha de fer per afavorir un retard del seu desenvolupament.

### Com funcionen els ronyons sans?

Els ronyons treballen més del que s'imagina. Tenim dos ronyons, cadascun d'ells de la mida del puny d'una persona. Aquests òrgans estan situats a banda i banda de la columna vertebral, just per sobre de la regió lumbar

Els ronyons eliminen a través de l'orina l'aigua sobrant de l'organisme i els productes de rebuig, durant 24 hores al dia.

Regulen l'equilibri dels electròlits a la sang com el potassi, el sodi, el calci i el fòsfor. Els ronyons també produeixen hormones que ajuden a controlar la tensió arterial, produir glòbuls vermells i mantenir forts els ossos.

### ¿Que passa si els meus ronyons fallen?

Les causes poden ser diverses, entre elles la diabetis, la hipertensió, les infeccions, l'obstrucció de les vies urinàries i les malalties inflamatòries cròniques.

Una persona pot estar bé encara que només disposi d'un ronyó capaç de funcionar un 20% de la capacitat normal

Per aquest motiu de vegades es diu que la malaltia renal és una malaltia "silenciosa".

Quan els ronyons comencen a fallar, disminueix l'activitat de les seves funcions més importants. L'aigua sobrant de l'organisme i els productes de rebuig s'acumulen en la sang. També hi ha un descens en la producció de determinades hormones. Això es coneix com urèmia.



### Principals símptomes de la malaltia

Entre els símptomes s'inclouen: cansament i / o debilitat, edemes en mans, cara i cames, dificultat per respirar, pèrdua de gana, mal gust a la boca, vòmits, nàusees, pèrdua de pes, dificultat per dormir, picor, rampes enfosquiment de la pell, disminució de la gana sexual, sensació de fred ...

Els símptomes de la malaltia renal poden variar d'una persona a una altra.

### Que puc fer si tinc insuficiència renal?

La insuficiència renal és una malaltia crònica que no es cura, però durant les fases inicials de la malaltia el nefròleg/loga i l'/la infermer/a intentaran retardar el seu avanç i l'aparició d'alguns símptomes mitjançant **dieta i medicació**.

Porti una vida el més saludable possible seguint la dieta que li indiquin, fer exercici físic regularment adequat a la seva condició, no fumar, no beure alcohol, controlar el colesterol i els triglicèrids i evitar el sobrepès.

**És important seguir les recomanacions que li donarà el nefròleg/loga i l'/la infermer/a. Ells l'ajudaran a alentir al màxim la progressió de la seva malaltia.**

### Què puc fer si la insuficiència renal avança?

En l'última fase de la seva malaltia necessitarà un tractament que substitueixi la funció del ronyó.

Disposem de diverses opcions de tractament aquestes són: el trasplantament, la diàlisi peritoneal i l'hemodiàlisi.

El trasplantament renal serà la millor opció ja que li permetrà recuperar la seva forma de vida, encara que seguirà controls mèdics i prendrà una medicació de manera rigorosa.

La diàlisi peritoneal i l'hemodiàlisi substituiran eficaçment la funció dels seus ronyons. Haurà de seguir una dieta especial, prendre medicació i seguir la pauta de diàlisi i controls que li indicaran.

**Se l'assessorarà i vostè podrà escollir l'opció que millor s'adapti al seu estat de salut i a la seva forma de vida.**