На иницијатива на **РЗББГ "НЕФРОН"**, а по повод Светскиот ден на бубрегот, **Министерството за здравство**, на 12.3.2009 година организира акција на бесплатно испитување на нивото на уреа и креатинин во крвта и мерење на крвниот притисок, како превентивна мерка за навремено откривање на можно оштетување на бубрезите.

Сите заинтересирани граѓани бесплатни прегледи можат да направат во следните установи:

- Клиника за нефрологија - Скопје
- Завод за нефрологија - Струга
- Центар за дијализа Железара-Скопје
- Центрите за дијализа во: Битола, Велес, Гевгелија, Гостивар, Делчево, Дебар, Кавадарци, Кочани, Куманово, Крива Паланка, Прилеп, Струмица, Тетово и Штип.

Исто така, бесплатни прегледи ќе се вршат и во следните здравствени домови:

- Здравствен дом Берово
- Здравствен дом Македонски Брод
- Здравствен дом Валандово
- Здравствен дом Вевчани
- Здравствен дом Виница
- Здравствен дом Делчево
- Здравствен дом Демир Хисар
- Здравствен дом Кратово
- Здравствен дом Крушево
- Здравствен дом Неготино
- Здравствен дом Пехчево
- Здравствен дом Пробиштип
- Здравствен дом Радовиш
- Здравствен дом Ресен
- Здравствен дом Ростуше
- Здравствен дом Свети Николе

Покровител:

МИНИСТЕРСТВО ЗА ЗДРАВСТВО
РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА

Републичко здружение на бубрежно болни граѓани "Нефрон" - Скопје

Бул. "Климент Охридски" бр. 586 - Скопје
тел./факс: 02/3225-899
e-mail: nefron@mt.net.mk

Дали имате висок крвен притисок?

Високиот крвен притисок е една од водечките причини која може сериозно да ги оштети вашите бубрези.
Бубрезите играат голема улога во регулација на крвниот притисок, а високиот крвен притисок (хипертензија) ги оштетува бубрезите. Поради оваа тесна поврзаност, луѓето со висок крвен притисок се ризична група и треба да се тестираат дали развиле хронична бубрежна болест (ХББ).

Светски ден на бубрегот
12 Март 2009

Зошто крвниот притисок е битен при хроничната бубрежна болест (ХББ)?

- Колку е повисок крвниот притисок, толку снабдувањето со крв во бурезите е помало. Со тоа структурата на бубрезите се оштетува, а се намалува нивната функција што доведува до ХББ.
- Високиот крвен притисок доведува до оштетување на бубрезите, но тој може да биде сигнал и дека оштетување на бубрезите веќе настанало.
- Подобра контрола на крвниот притисок ја забавува прогресијата на ХББ, одложувајќи ја потребата пациентот да заврши на дијализа.

Колку често е застапен високиот крвен притисок?

- Во светот околу еден билион луѓе имаат висок крвен притисок и тој број се очекува драматично да се зголеми на 1.56 билиони до 2025.
- Еден од четири случаи на целосно откажување на бубрезите е резултат на висок крвен притисок.

Што се случува со бубрезите кога имате висок крвен притисок?

- Кога бубрезите се оштетени од висок крвен притисок, тие веќе неможат ефективно да ја извршуваат својата витална функција – филтрирање на непотребните материи и течности од организмот како и продукција на есенцијални хормони како што е еритропоетинот кој ако го нема во организмот се јавува состојба на анемија.
- Кога постои состојба на анемија, срцето треба да работи посилно за да го надополни недостигот на кислород во организмот што доведува до чувство на замор кај пациентите.
- Анемијата е директно поврзана со зголемен ризик од кардиоваскуларни заболувања кај пациентите со ХББ.

Што да направите доколку имате висок крвен притисок?

- Пациентите што имаат висок крвен притисок треба да направат испитување за да утврдат дали нивните бубрези се оштетени.
- Пациентите со ризик за развој на ХББ или кои веќе имаат ХББ треба да превземат мерки да го намалат крвниот притисок преку промена на стилот на живот и начинот на исхрана како на пример намалување на количеството на сол во исхраната, намалено консумирање на алкохол и редовни физички вежби.
- Доколку пациентите се придржуваат на препораките за промена на животниот стил и за редовно земање на лекарства, испитувањата покажале дека со регулирање на крвниот притисок се редуцира ризикот од ХББ како и ризикот од дијализа или некој кардиоваскуларен настан како што се срцев или мозочен удар.