



Δυνατοί νεφροί

Προστάτεψε τους νεφρούς σου -
Προστάτεψε το μέλλον σου

Το φορτίο της χρόνιας νεφρικής νόσου (ΧΝΝ) στην Ευρώπη

Οι νεφροί: Μικρού μεγέθους, τεράστιας σημασίας

Οι νεφροί, αν και μικροί σε μέγεθος, αποτελούν ζωτικά όργανα που επιτελούν σημαντικές λειτουργίες στον ανθρώπινο οργανισμό. Αυτά τα δύο όργανα σε σχήμα φασολιού έχουν καθοριστικό ρόλο:

- Στο φιλτράρισμα του αίματος για την απομάκρυνση άχρηστων ουσιών, τοξινών και υγρών
- Στη ρύθμιση της υγείας των οστών
- Στη διατήρηση της ισορροπίας των ηλεκτρολυτών
- Στην παραγωγή σημαντικών ορμονών



Οι νεφροί σου έχουν τη δυνατότητα να φιλτράρουν έναν αξιοσημείωτο όγκο αίματος, που μπορεί να φτάσει έως και τα 180 λίτρα την ημέρα!¹

ΧΝΝ: Η σιωπηρή κρίση

Η ΧΝΝ είναι μια χρόνια κατάσταση, κατά την οποία διαταράσσεται η δομή ή η λειτουργία των νεφρών.² Παρότι στα αρχικά της στάδια η νόσος είναι συχνά σιωπηρή και δεν προκαλεί ειδικά συμπτώματα³, ένα σημαντικό ποσοστό της νεφρικής λειτουργίας έχει ήδη χαθεί μέχρι τη στιγμή της διάγνωσης. Κατά συνέπεια, πολλοί άνθρωποι δεν γνωρίζουν καν ότι πάσχουν από ΧΝΝ.



Γιατί έχει σημασία: Ένα αυξανόμενο πρόβλημα

Η ΧΝΝ επηρεάζει εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο και το φορτίο της αναμένεται να αυξηθεί ακόμη περισσότερο. Αυτό οφείλεται κυρίως στη ραγδαία αύξηση παραγόντων κινδύνου όπως ο σακχαρώδης διαβήτης, η υπέρταση, η παχυσαρκία και η γήρανση του πληθυσμού.⁴

Ποσοστό 13%
των ενηλίκων
παγκοσμίως ζουν
με ΧΝΝ⁵



Στην Ευρώπη, η ΧΝΝ:

- Αφορά **100 εκατομμύρια ανθρώπους**⁶
- Κοστίζει 140 δισεκατομμύρια ευρώ ετησίως (χωρίς να υπολογίζονται οι απώλειες λόγω μείωσης της παραγωγικότητας)⁷



Παγκοσμίως, η ΧΝΝ:

- Αφορά **850 εκατομμύρια ανθρώπους**⁸
- Είναι η 11η κύρια αιτία θανάτου⁹
- Αναμένεται να αποτελέσει την 5η κύρια αιτία θανάτου έως το 2050¹⁰

Επιλύοντας το πρόβλημα της ΧΝΝ μαζί

Η ΧΝΝ συχνά υποεκτιμάται, τόσο από τους ασθενείς όσο και από τους επαγγελματίες υγείας, παρά το γεγονός ότι η εξέλιξή της μπορεί να επιβραδυνθεί σημαντικά μέσω έγκαιρης διάγνωσης και σωστής διαχείρισης των παραγόντων κινδύνου.

Γι' αυτόν τον λόγο, απευθύνουμε έκκληση προς τους φορείς χάραξης πολιτικής, τις υγειονομικές αρχές και τους επαγγελματίες υγείας να ενώσουν τις δυνάμεις τους, ώστε η ΧΝΝ να αναδειχθεί σε βασική προτεραιότητα του σχεδίου πολιτικής της υγείας κάθε έθνους.



Στόχος μας είναι:

- Η βελτίωση της έκβασης των ασθενών
- Η αποφυγή της ανάγκης για αιμοκάθαρση ή μεταμόσχευση
- Η διατήρηση ενός βιώσιμου και αποδοτικού συστήματος υγείας

Για να το πετύχουμε, πρέπει να:

- Ενισχύσουμε την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση σχετικά με τη ΧΝΝ, τόσο στο ευρύ κοινό όσο και στους επαγγελματίες υγείας
- Ενδυναμώνουμε τις πολιτικές υγείας, ώστε να βελτιώσουμε τα αποτελέσματα και την ποιότητα της παρεχόμενης φροντίδας στους ασθενείς
- Εφαρμόσουμε συστηματικό προσυμπτωματικό έλεγχο για τον εντοπισμό και την υποστήριξη των πληθυσμών υψηλού κινδύνου
- Δώσουμε έμφαση στους νεφρούς σε κάθε πρόγραμμα υγείας



Μπορούμε να δράσουμε σήμερα ώστε να ευαισθητοποιήσουμε περισσότερους ανθρώπους και να μειώσουμε τον αντίκτυπο της ΧΝΝ αύριο.

Βιβλιογραφία

1. Kidney Care UK (2024). Key Facts about Kidneys. Available at: <https://kidneycareuk.org/kidney-disease-information/about-kidney-health/facts-about-kidneys/>
2. NHS UK (2023). Overview. Chronic Kidney Disease. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/kidney-disease/>
3. Fraser, S.D. & Blakeman, T. (2016). Chronic kidney disease: identification and management in primary care. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27822135/>
4. Luyckx, V.A. et al (2019). Reducing major risk factors for chronic kidney disease. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30675422/>
5. Duff, R. et al (2024). Global health inequalities of chronic kidney disease: a meta-analysis. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38389223/>

6. Vanholder, R. et al (2021). Fighting the unbearable lightness of neglecting kidney health: the decade of the kidney. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34221379/>
7. Mil, D.V. (2023). Cost-effectiveness of screening for chronic kidney disease: existing evidence and knowledge gaps. Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10783263/>
8. Francis, A. (2024). Chronic kidney disease and the global public health agenda: an international consensus. Available at: <https://www.nature.com/articles/s41581-024-00820-6>
9. Institute for Health Metrics and Evaluation (n.d.). Chronic kidney disease – Level 3 cause. Available at: <https://www.healthdata.org/research-analysis/diseases-injuries-risks/factsheets/2021-chronic-kidney-disease-level-3-disease>
10. Vollset, S.E. (2024). Burden of disease scenarios for 204 countries and territories, 2022-2050: a forecasting analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. Available at: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(24\)00685-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(24)00685-8/fulltext)