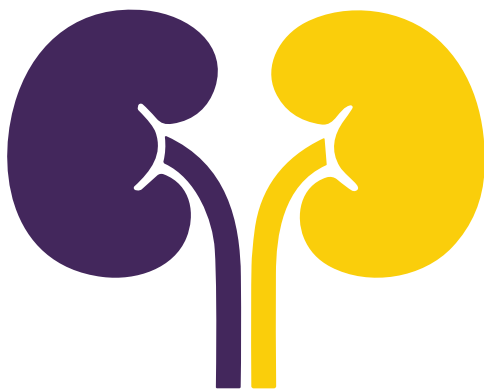


У ВАС ДІАБЕТ?

Як ваші нирки?



Одним з ускладнень діабету може бути хронічна хвороба нирок (ХХН). Це стан, коли нирки хворі й, можливо, не можуть очищати кров так само добре, як здорові. Чим раніше буде виявлено й розпочато лікування ХХН, тим менша ймовірність виникнення інших проблем зі здоров'ям.

Чому потрібно проходити скринінгові обстеження на виявлення хронічної хвороби нирок?

- Люди з діабетом часто мають хронічну хворобу нирок.¹
- Багато людей не усвідомлюють, що вони хворіють, допоки це не стане проблемою.¹
- Найкращий спосіб подолати проблеми з нирками — почати лікування на ранній стадії. Це може запобігти іншим проблемам зі здоров'ям.

Скринінгові обстеження на виявлення хронічної хвороби нирок

Кому слід проходити скринінгові обстеження?

Усім, у кого діабет.

Як проходить скринінгове обстеження?¹

Ваш постачальник медичних послуг призначить низку аналізів:

- аналіз сечі (називається uACR);
- аналіз крові (називається eGFR).

Коли слід проходити скринінгове обстеження?

Щороку.

Порадьтеся зі своїм постачальником медичних послуг щодо проходження скринінгового обстеження на виявлення хронічної хвороби нирок.

Як знизити ризик розвитку хронічної хвороби нирок²

- Тримайте артеріальний тиск під контролем.
- Підтримуйте свій цільовий рівень цукру в крові.
- Проходьте скринінгове обстеження щороку.
- Якщо у вас ХХН, проконсультуйтеся з дієтологом щодо плану здорового харчування для нирок.
- Якщо ви курите, киньте.
- Включіть у групу осіб, які займаються вашим лікуванням, лікаря-нефролога (nephrologist, англійською звучить як *ni-frol-us-jist*).

Посилання на джерела:

¹ National Kidney Foundation. (July 2023). Know Your Kidney Numbers: Two Simple Tests. [kidney.org/kidney-topics/know-your-kidney-numbers-two-simple-tests](https://www.kidney.org/kidney-topics/know-your-kidney-numbers-two-simple-tests)

² CDC. (May 2024). Chronic Kidney Disease Basics | Chronic Kidney Disease | CDC [cdc.gov/kidney-disease/about/index.html](https://www.cdc.gov/kidney-disease/about/index.html)