



CONOSCERE L'INSUFFICIENZA RENALE

Le risposte
alle domande
più frequenti

Progetto di prevenzione dell'insufficienza renale progressiva



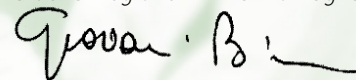
Le conoscenze scientifiche raggiunte nel campo delle patologie renali hanno dimostrato che oggi è possibile ritardare il progredire dell'insufficienza renale, una malattia che interessa ogni anno un numero crescente di persone e che può portare alla perdita della funzionalità dei reni fino alla necessità del ricorso alla dialisi e al trapianto.

E' a partire da queste considerazioni che il Servizio sanitario regionale dell'Emilia-Romagna ha messo in campo un progetto per la prevenzione e la diagnosi precoce dell'insufficienza renale, nato dalla collaborazione degli specialisti nefrologi con i medici di famiglia.

L'obiettivo è di offrire alle persone con insufficienza renale o a rischio di sviluppare questa patologia un percorso di diagnosi e cura efficace, semplice e continuativo che permetta di prevenire o intervenire con tempestività per evitare o ritardare quanto più possibile la perdita della funzionalità renale.

Questo opuscolo, alla cui stesura hanno collaborato i responsabili dei Centri specialistici di nefrologia della regione, ha lo scopo di fornire le prime informazioni e di rispondere alle domande più frequenti che una persona può porsi in caso di dubbio di malattia renale. I medici di famiglia e gli stessi specialisti nefrologi, che ringrazio per la loro collaborazione, sono a disposizione per affrontare insieme ai cittadini interessati ogni approfondimento necessario.

GIOVANNI BISSONI
Assessore alla sanità della Regione Emilia-Romagna



Prevenzione dell'insufficienza renale progressiva: la diagnosi precoce e la prevenzione delle complicanze



Le persone affette da insufficienza renale sono in crescita anche in Emilia-Romagna poiché sono in aumento alcune patologie - come diabete mellito tipo 2, ipertensione arteriosa, malattia aterosclerotica dei vasi - che predispongono allo sviluppo e aggravano il decorso della malattia.

L'insufficienza renale sta ad indicare la situazione in cui i reni non sono più in grado di svolgere in modo adeguato il loro lavoro di depurazione del sangue. Se non viene diagnosticata precocemente e se non è opportunamente curata, tende a progredire nel tempo - insufficienza renale progressiva - fino a provocare l'esaurimento totale delle capacità depurative del rene e la conseguente necessità di ricorrere alla dialisi e al trapianto.

In regione sono oltre 3.000 le persone che vivono grazie alla dialisi o al trapianto di rene, mentre sono stimate tra le 160.000 e le 190.000 le persone che hanno una malattia renale che potrebbe progredire e aggravarsi nel tempo.

Proprio per favorire diagnosi e cure precoci e ridurre il numero di coloro che ogni anno arrivano alla dialisi, il Servizio sanitario regionale dell'Emilia-Romagna ha elaborato e realizzato un progetto per la prevenzione dell'insufficienza renale progressiva. Questo ha significato mettere in atto un programma di interventi per riconoscere precocemente l'instaurarsi della malattia, frenarne l'evoluzione, prevenire l'insorgenza delle complicanze correlate.

Il programma è portato avanti da medici di famiglia e specialisti nefrologi in modo concordato e sulla base di linee di intervento e terapie riconosciute appropriate ed efficaci. Ha previsto l'apertura di ambulatori espressamente dedicati alla diagnosi e alla cura dell'insufficienza renale in modo da assicurare tempestività negli interventi e accessi facilitati.

Il percorso assistenziale inizia dal medico di famiglia che, nel sospetto di insufficienza renale, invia il proprio assistito dallo specialista nefrologo per una valutazione complessiva della situazione renale, che sarà effettuata negli ambulatori specialistici dedicati. Da quel momento, la persona con insufficienza renale sarà seguita dal medico di famiglia e dallo specialista nefrologo assieme, con percorsi concordati e continuativi.

Il gruppo regionale "Progetto prevenzione insufficienza renale progressiva"

The background features a warm, yellow-toned image of two hands shaking, symbolizing agreement or partnership. On the right side, there is a blue silhouette of a person's upper body, including the head, shoulders, and arms, with white circular highlights on the neck and shoulder areas.

Le domande e le risposte

A che cosa servono i reni?

I reni sono due organi simmetrici, posti in regione lombare ai lati della colonna vertebrale. Sono indispensabili alla vita perché servono a mantenere costante la composizione chimica del sangue, regolano il bilancio dei liquidi del nostro corpo, intervengono nella regolazione della pressione arteriosa, stimolano la produzione dei globuli rossi da parte del midollo osseo e sovrintendono al metabolismo dell'osso.

Per fare questo lavoro i reni filtrano ogni giorno circa 180 litri di sangue ed eliminano, attraverso l'urina, le sostanze di "scarto" prodotte dal nostro metabolismo. Quando i reni si ammalano questo lavoro viene a mancare e l'organismo va incontro ad una grave intossicazione.

Quali sono le cause delle malattie dei reni?

Le malattie renali sono molte e colpiscono varie strutture del rene. Negli ultimi 15 anni, tra le cause di nefropatia evolutiva prevalgono la malattia aterosclerotica, l'ipertensione arteriosa, ed il diabete. Altre malattie dei reni sono di origine immunologica/infiammatoria, come le glomerulonefriti, o di origine infettiva, come le pielonefriti. Altre ancora sono ereditarie, come la malattia policistica dei reni. Le malattie renali possono colpire adulti e bambini. Secondo i dati epidemiologici degli ultimi anni colpiscono maggiormente le persone al di sopra dei 60 anni.

Come accorgersi di una malattia renale in atto?

Molto spesso i reni si ammalano senza dare dolori o disturbi importanti. A volte, invece, sono presenti alcuni sintomi che possono suggerire la presenza di una malattia renale:

- aumento della pressione arteriosa;
- necessità di urinare spesso, specie la notte;
- stanchezza immotivata;
- comparsa di edemi (gonfiore alle caviglie e/o al volto).

Di fronte ad uno o più di questi sintomi e se vi sono alterazioni negli esami delle urine o del sangue, è opportuno consultare il proprio medico di famiglia che, se necessario, proporrà la valutazione dello specialista nefrologo.

Quali esami sono necessari per diagnosticare precocemente una malattia dei reni?

L'esame delle urine e alcune analisi del sangue, come azotemia e creatininemia, sono sufficienti a diagnosticare una malattia renale. A questi esami va sempre accompagnata anche la misurazione dei valori di pressione arteriosa.

Che cos'è l'insufficienza renale progressiva?

Molte malattie renali, se diagnosticate precocemente e curate adeguatamente, possono guarire o stabilizzarsi. In altre situazioni invece non si riesce a fermare la malattia e questa procede sino a compromettere la funzione renale determinando l'insufficienza renale. Raggiunta questa fase, le malattie renali hanno tutte la tendenza ad evolvere ulteriormente (insufficienza renale progressiva), riducendo sempre di più la capacità depurativa dei reni.

Si parla di insufficienza renale quando i reni non svolgono completamente la loro funzione depurativa e nel sangue si accumulano sostanze di "scarto": urea, creatinina, potassio, acidi.

E' possibile prevenire l'insorgere di insufficienza renale progressiva?

Alcune malattie renali, se diagnosticate e curate precocemente con terapie farmacologiche, possono guarire o stabilizzarsi. Qualora questo non avvenga, con terapie adeguate e modificando alcune abitudini di vita è ancora possibile frenarne l'evoluzione e ritardare il ricorso alla dialisi.

Quale è la prima spia di una ridotta funzionalità renale?

Il grado di funzionalità renale è espresso dal valore della creatinina nel sangue.

La creatinina è una sostanza normalmente prodotta dai muscoli, eliminata dai reni ogni giorno. Quando i reni non funzionano perfettamente la creatinina tende ad accumularsi nel sangue, indicando quindi il grado di insufficienza renale in atto.

Che cosa indica la presenza di sangue nelle urine?

Il riscontro di tracce di sangue nelle urine si chiama microematuria.

Vi sono molte malattie che provocano microematuria: infezioni delle vie urinarie, calcolosi renale, malattie della prostata, cisti renali, glomerulonefriti, tumori del rene e delle vie urinarie.

Se la microematuria persiste in 2-3 esami delle urine consecutivi, è necessario consultare il proprio medico di famiglia che prescriverà alcuni approfondimenti specifici per chiarirne l'origine.

La pressione alta è correlata all'insufficienza renale progressiva?

La pressione alta (ipertensione arteriosa) può essere causa o conseguenza di una malattia renale, e provoca peggioramento della funzionalità del rene. Per questo, è molto importante riportare i valori pressori a livelli accettabili attraverso l'assunzione continuativa di farmaci anti ipertensivi prescritti dal medico di famiglia.

Il diabete può danneggiare i reni?

Sì. Quando il diabete è mal controllato rovina tutte le arterie dell'organismo comprese quelle del rene determinando un danno progressivo (insufficienza renale progressiva).

E' per questo di grande importanza intervenire nelle fasi precoci del diabete per prevenire l'insorgenza della nefropatia di origine diabetica.

Per una persona con diabete è importante:

- mantenere livelli adeguati di glicemia, assumendo con regolarità i farmaci prescritti,
- mantenere la pressione arteriosa su valori vicini a 130/80, assumendo con regolarità i farmaci prescritti,
- rispettare la dieta,
- fare attività fisica,
- smettere di fumare.

I calcoli renali possono danneggiare i reni?

I calcoli renali possono provocare “coliche renali” molto dolorose ma che, non necessariamente, danneggiano il rene in modo irreversibile. I calcoli, però, possono ostacolare il flusso dell’urina e favorire infezioni urinarie. Se questi episodi ostruttivi ed infettivi si ripetono più volte, aumenta la possibilità di danno del rene e di sviluppo della insufficienza renale progressiva.

Con una malattia renale le abitudini di vita devono cambiare?

In generale, la persona con malattia renale può continuare a lavorare e a fare attività fisica. E’ necessario però controllare costantemente la pressione arteriosa, l’alimentazione e assumere le medicine prescritte. E’ da evitare il fumo di sigaretta.

A che cosa serve la “dieta nefrologica”?

Quando i reni sono ammalati non sono più in grado di eliminare adeguatamente alcune sostanze come l'azoto e il fosforo che derivano principalmente dal metabolismo delle proteine. Diventa fondamentale allora alleggerire il lavoro dei reni riducendo il contenuto di proteine nella dieta.

La “dieta nefrologica” è quindi una dieta con apporto controllato di proteine, ma non completamente priva delle stesse. Non ha lo scopo di far dimagrire. È personalizzata ed equilibrata. Viene calcolata in modo da non far mancare le sostanze e le calorie necessarie all'organismo.

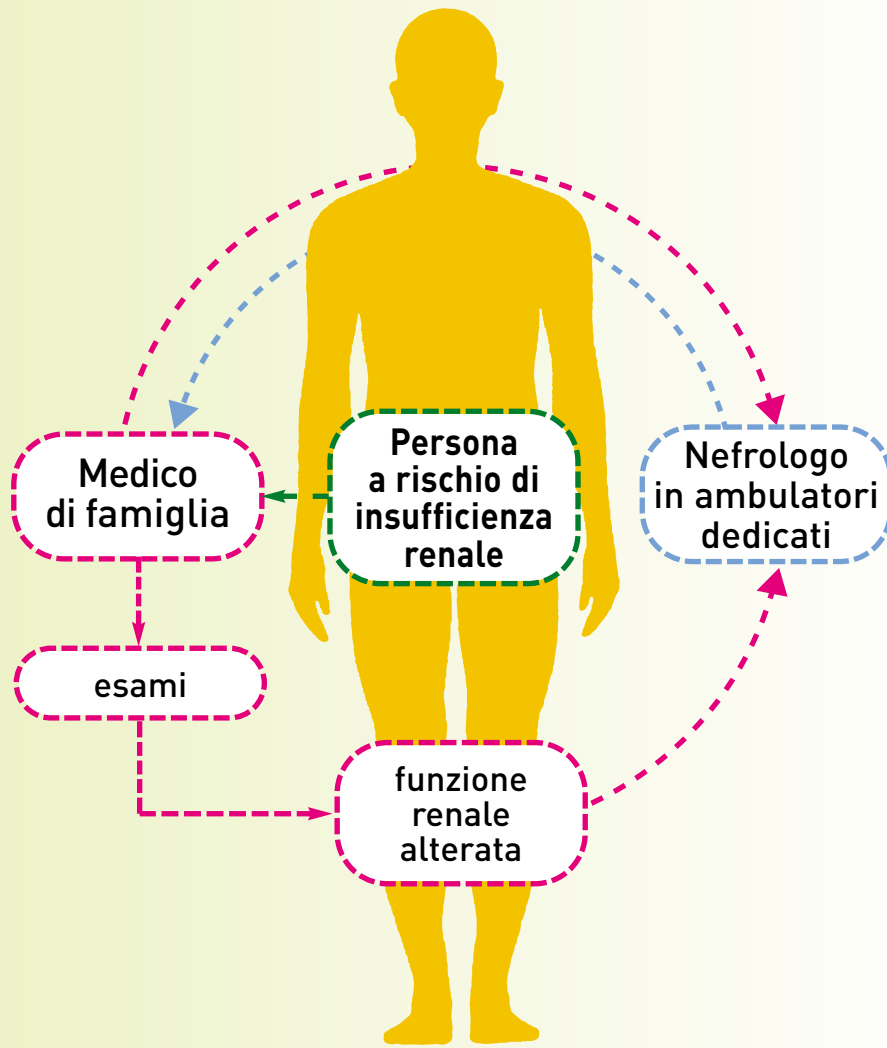
A chi rivolgersi in caso di sospetto di malattia renale?

Il medico di famiglia conosce bene le diverse problematiche di salute del proprio assistito. E' dunque a questo professionista che è bene rivolgersi in caso di dubbi o in presenza di disturbi urinari, esami del sangue o delle urine alterati, ipertensione arteriosa, o familiarità per malattie renali.

Il medico di famiglia programmerà eventuali accertamenti o percorsi terapeutici idonei, con la consulenza dello specialista nefrologo, quando necessario.

PROGETTO DI PREVENZIONE DELL'INSUFFICIENZA RENALE PROGRESSIVA

Il medico di famiglia prescrive accertamenti diagnostici alla persona a rischio di insufficienza renale. Nel caso in cui la funzione renale risulti alterata, indirizza l'assistito allo specialista nefrologo che lo visiterà e prescriverà ulteriori esami. Da quel momento, nefrologo e medico di famiglia assicurano la "presa in carico" della persona con insufficienza renale per tutte le fasi della diagnosi e delle cure.



Coordinamento editoriale e redazione:

Marta Fin (*Assessorato regionale alla sanità*), Marcora Mandreoli (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Bologna*), Lorenza Ridolfi (*Assessorato regionale alla sanità*), Antonio Santoro (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Bologna*)

con il supporto tecnico-scientifico del gruppo regionale

"Progetto di prevenzione dell'insufficienza renale progressiva":

Alberto Albertazzi (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Modena*), Alberto Baraldi (*Azienda Usl di Modena*), Pierpaolo Borgatti (*Azienda Ospedaliera di Reggio Emilia*), Leonardo Cagnoli (*Azienda Usl di Rimini*), Vincenzo Cambi (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma*), Luigi Catizone (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Ferrara*), Luciano Cristinelli (*Azienda Usl di Piacenza*), Carlo Feletti (*Azienda Usl di Cesena*), Maurizio Fusaroli (*Azienda Usl di Ravenna*), Maria Stella Padula (*medico di famiglia*), Kyriakoula Petropulacos (*Assessorato regionale alla sanità*), Lorenza Ridolfi (*Assessorato regionale alla sanità*), Antonio Santoro (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Bologna*), Sergio Stefoni (*Azienda Ospedaliero-Universitaria di Bologna*), Sauro Urbini (*Azienda Usl di Forlì*), Alessandro Zuccalà (*Azienda Usl di Imola*)

Progetto grafico:

Nouvelle - Bologna

stampa:

Grafiche Calderini

edizione:

dicembre 2004

Per informazioni più dettagliate sulle problematiche inerenti all'insufficienza renale è possibile rivolgersi al proprio medico di famiglia o al Centro di nefrologia della Azienda Usl di residenza.

SEDI DEI CENTRI DI NEFROLOGIA DELL' EMILIA – ROMAGNA

Città	Sede del Centro e indirizzo	Riferimento telefonico ambulatori nefrologici
BOLOGNA (Malpighi)	<i>"Ospedale S. Orsola-Malpighi"</i> - Via Palagi, 9	051/6362540-434
BOLOGNA (S. Orsola)	<i>"Ospedale S. Orsola-Malpighi"</i> - Via Massarenti, 9	051/6364028-255
CARPI	<i>"Ospedale B. Ramazzini"</i> - Via Molinari, 2	059/659489-488
CESENA	<i>"Ospedale M. Bufalini"</i> - Viale Ghirotti, 286	0547/352897-896
FERRARA	<i>"Arcispedale S. Anna"</i> - Corso Giovecca, 203	0532/236560
FORLI'	<i>"Ospedale Morgagni-Pierantoni"</i> - Viale Forlanini, 34	0543/735305-313
IMOLA	<i>"Ospedale Nuovo"</i> - Via Montericco, 4	0542/662529-546
MODENA	<i>"Ospedale Policlinico"</i> - Via del Pozzo, 71	059/4224006
PARMA	<i>"Ospedali Riuniti di Parma"</i> - Via Gramsci, 14	0521/702016-273
PIACENZA	<i>"Ospedale Guglielmo da Saliceto"</i> - Via Taverna, 49	0523/302174-402
RAVENNA	<i>"Ospedale S. Maria delle Croci"</i> - Via Missiroli, 10	0544/285622-589
REGGIO EMILIA	<i>"Arcispedale S. Maria Nuova"</i> - Viale Risorgimento, 80	0522/296492-404
RIMINI	<i>"Ospedale Infermi"</i> - Viale Settembrini, 2	0541/705544-542