

## Светски дан бубрега

Светски дан бубрега обележава се на иницијативу Међународног друштва за нефрологију и Интернационалног удружења Фондације за бубрег у више од 100 земаља широм света. Од 2006. године обележава се сваког другог четвртка у марту месецу. Циљ је подизање свести о важности бубрега, органа који има кључну улогу у одржавању живота и упознавање јавности да су болести бубрега честе, опасне и излечиве.

Слоган овогодишњег Светског дана бубрега „Здравље бубрега свима и свуда – од превенције до откривања и равноправног приступа лечењу” има за циљ подизање свести о растућем оптерећењу бубрежним болестима широм света и промовисање здравља становништва кроз осигуравање универзалног, одрживог и равноправног приступа висококвалитетној здравственој заштити и смањење неједнакости у здрављу међу различитим социјално-економским групама становништва. Конкретно, кампања 2020. наглашава важност превентивних интервенција за спречавање настанка и напредовања бубрежних болести.

Главна функција бубрега је излучивање токсичних продуката метаболизма и вишка течности из организма. Болести бубрега чине велику групу обољења различитог узрока, тока, клиничке слике и прогнозе. Ова обољења најчешће су изазвана инфекцијама, метаболичким поремећајима, токсинима и другим узроцима, а манифестују се као упале бубрега (гломерулонефритис, пијелонефритис, нефротски синдром) и акутна, односно хронична смањена функција бубрега (бубрежна инсуфицијенција).

Процењује се да тренутно око 850 милиона људи широм света болује од болести бубрега. Свака десета одрасла особа има хроничну болест бубрега. Глобални терет оболелих од хроничне болести бубрега расте, а предвиђа се да ће хронична болест бубрега постати пети најчешћи узрок изгубљених година живота на глобалном нивоу до 2040. године.

У нашој земљи 10.749 особа се болнички лечило због обољења бубрега у 2018. години, а од тог броја 6.196 особа се болнички лечило због хроничне бубрежне инсуфицијенције. Исте године је умрло 752 хоспитализованих особа због болести бубрега, од којих је 70% умрло због хроничне бубрежне инсуфицијенције.

Трошкови за дијализу и трансплантацију чине 2–3% годишњег буџета за здравствену заштиту у високоразвијеним земљама, потрошених од стране мање од 0,03% укупног становништва ових земаља. У средњеразвијеним и слаборазвијеним земљама већина људи са хроничном болешћу бубрега нема довољан приступ дијализи и трансплантацији бубрега.

Пресудно је да се болести бубрега могу спречити, као и да се напредовање болести до терминалне бубрежне инсуфицијенције може одложити уз одговарајући приступ основној дијагностици и раном лечењу. Међутим, иако су националне политике и стратегије за хроничне незаразне болести опште присутне у многим земљама, често недостају специфичне политике усмерене на рано откривање, превенцију и лечење болести бубрега. Такође, постоји и потреба за повећањем свести о важности превентивних мера како у општој популацији, тако и међу здравственим радницима и доносиоцима одлука.

Шта се подразумева под превенцијом бубрежних болести?

Наиме, примарна превенција болести бубрега захтева модификацију фактора ризика, укључујући шећерну болест и хипертензију, неправилну исхрану, урођене аномалије мокраћних путева и нефротоксичност. Примарна превенција укључује промовисање здравих

стилова живота, укључујући физичку активност и правилну исхрану, као и скрининг болесника под повећаним ризиком за настанак хроничне бубрежне инсуфицијенције.

Код особа са већ постојећим обољењем бубрега, секундарна превенција је усмерена ка едукацији пацијената о адекватној исхрани базираној на биљној исхрани и смањеном уносу соли и беланчевина као и примени фармакотерапије, што за крајни циљ има регулацију крвног притиска и контролу гликемије.

Код пацијената са узнатредованом хроничном болешћу бубрега, приоритет у превенцији је управљање ко-морбидитетима као што су уремија и кардиоваскуларне болести.

С обзиром да су хроничне болести бубрега повезане са високим трошковима, превентивне мере, посебно мере примарне превенције, имају значајну вредност. Подизање свести и едукација појединаца о најважнијим факторима ризика и начинима превенције су важни како би се смањила оптерећеност бубрежним болестима.

Овогодишња кампања је усмерена на залагање да се имплементирају конкретне мере превенције у свакој земљи које укључују:

- фокус на примарну здравствену заштиту, подизање свести и едукацију, укључујући оснаживање пацијента;
- интегрисање превенције хроничне бубрежне болести у националне програме хроничних незаразних болести како би се пружиле свеобухватне и интегрисане услуге, које су кључне за побољшање раног откривања и праћења хроничне болести бубрега на националном нивоу;
- залагање доносилаца одлука, читавог друштва и мултисекторску сарадњу у циљу промоције значаја превенције бубрежних болести.

**Извор:** <http://www.worldkidneyday.org>