



Всемирный
день
почки

13 марта 2025

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE



ВАШИ ПОЧКИ В ПОРЯДКЕ?

РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА —
ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ ПОЧЕК

Б. Браун в России

Тел.: +7 (812) 320-40-04, +7 (812) 334-06-86



www.bbraun.ru

t.me/bbraun_ru

vk.com/bbraunrussia

World Kidney
Day is a joint



ISN



IFKF-WKA

initiative

www.worldkidneyday.org

#WorldKidneyDay

#AreYourKidneyOK

ХРОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ ПОЧЕК (ХБП) — ГЛОБАЛЬНОЕ БРЕМЯ

1 из 10
ХРОНИЧЕСКАЯ
БОЛЕЗНЬ ПОЧЕК
РАЗВИВАЕТСЯ
У 13,4% НАСЕЛЕНИЯ

КТО СТРАДАЕТ ХБП?

10%

населения во всем мире страдает ХБП

Высокое артериальное давление и сахарный диабет являются наиболее частыми причинами развития ХБП

У половины людей в возрасте

75 лет и старше

выявляется ХБП различной степени тяжести

ХБП отмечается у 1 из 5 МУЖЧИН и 1 из 4 ЖЕНЩИН в возрасте от 65 до 74 лет

ВЫ В ГРУППЕ РИСКА?

- Вы страдаете повышенным артериальным давлением?
- Вы страдаете сахарным диабетом?
- У ваших родственников были заболевания почек?
- У вас есть лишний вес?
- Вы курите?
- Вы старше 50 лет?

8

ЗОЛОТЫХ ПРАВИЛ СНИЖЕНИЯ РИСКА

Болезни почек — глобальное бремя, оказывающее значительное влияние на качество жизни. Однако, есть несколько легких способов снизить риск развития болезней почек.



1. Будьте физически активными
2. Регулярно проверяйте уровень сахара в крови
3. Контролируйте уровень артериального давления
4. Ешьте здоровую пищу и контролируйте свой вес
5. Пейте достаточное количество чистой воды
6. Не курите
7. Не принимайте лекарственные средства без назначения врача
8. Регулярно проходить обследование если у вас имеются

следующие заболевания:

- Сахарный диабет
- Гипертония
- Избыточная масса тела
- Если родители или близкие родственники страдают болезнями почек

Высокое артериальное давление и сахарный диабет являются наиболее частыми причинами развития ХБП

КАК РАСПОЗНАТЬ ХБП?



На ранних стадиях ХБП часто не имеет признаков или симптомов. До их появления функция почек может снизиться на 90%



Но болезнь можно распознать с помощью простых исследований:

- анализа мочи на белок
- анализа крови на уровень креатинина



На поздних стадиях симптомы ХБП включают: отеки, повышенную утомляемость, рассеянность внимания, ухудшение аппетита и вспенивание мочи

ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО ВАШИ ПОЧКИ:

- Вырабатывают мочу
- Очищают кровь от вредных веществ и избытка жидкостей
- Контролируют баланс химических веществ в организме
- Помогают контролировать уровень артериального давления
- Помогают поддерживать здоровье костей
- Участвуют в образовании эритроцитов