

Αθήνα 11/03/2025

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
13 Μαρτίου 2025

Η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού έχει καθιερωθεί από το 2006 να εορτάζεται κάθε δεύτερη Πέμπτη του μηνός Μαρτίου και αποτελεί παγκόσμια πρωτοβουλία που έχει στόχο να ευαισθητοποιήσει και να κινήσει το ενδιαφέρον του κοινού για τη σημασία που έχει η υγεία των νεφρών και να τονίσει την αναγκαιότητα έγκαιρης ενημέρωσης και αντιμετώπιση των νεφρικών παθήσεων.

Οι νεφροί αποτελούν ένα από τα σημαντικότερα όργανα του ανθρώπινου σώματος, καθώς είναι υπεύθυνοι για να φιλτράρουν το αίμα και να αποβάλλουν απόβλητα, τοξίνες και κάθε άχρηστη ουσία από τον οργανισμό. Η νεφρική λειτουργία επηρεάζεται από διάφορες παθήσεις και παράγοντες, όπως η αρτηριακή υπέρταση, ο σακχαρώδης διαβήτης και άλλα αυτοάνοσα νοσήματα (πχ. ερυθματώδης λύκος, αγγειίτιδα κ.α), η παχυσαρκία, οι κακές διατροφικές συνήθειες, η υπερκατανάλωση αλατιού και η κατανάλωση αλκοόλ.

Η επίπτωση της χρόνιας νεφρικής νόσου, που χαρακτηρίζεται και ως σιωπηλή νόσος, αυξάνει ανησυχητικά αφού τα τελευταία χρόνια με βάση έγκυρες μελέτες αποτελεί μία από τις κυριότερες αιτίες θανάτου παγκοσμίως. Οι αριθμοί είναι ιδιαίτερα ανησυχητικοί αφού το 1990 η ΧΝΝ αποτελούσε την 36^η αίτια θανάτου διεθνώς και το 2017 είχε φτάσει να αποτελεί την 12^η αίτια θανάτου. Το μέλλον προοιωνίζεται δυσοίωνα σύμφωνα με τις μελέτες που δείχνουν ότι το 2040 θα αποτελεί την 3^η αίτια θανάτου διεθνώς.

Παγκοσμίως, περισσότερα από 850 εκατομμύρια άτομα πάσχουν από νεφρικές παθήσεις ενώ στην Ελλάδα 1.000.000 και πλέον άνθρωποι πάσχουν από νεφρική νόσο κάποιου σταδίου με τους 12.000 και πλέον να βρίσκονται στο τελικό στάδιο και να υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση ή περιτοναϊκή κάθαρση ή να έχουν υποβληθεί σε μεταμόσχευση νεφρού. Σύμφωνα με τα στοιχεία που έδωσε στη δημοσιότητα η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία στην Ελλάδα η χρόνια νεφρική νόσος αποτελεί την 10^η σημαντικότερη αιτία θανάτου.

Οι προβλέψεις είναι δυσοίωνες και δείχνουν ότι απαιτείται εγρήγορση όλων των αρμοδίων φορέων με πρώτη την Πολιτεία και το Υπουργείο Υγείας, τους φορείς της επιστημονικής – ιατρικής κοινότητας, των κοινωνικών φορέων και των συλλόγων ασθενών ώστε να αρχίσει μία οργανωμένη εκστρατεία πρόληψης ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης της ελληνικής κοινωνίας για τη νεφρική νόσο.

Η πρόληψη είναι το κλειδί για τη διατήρηση της υγείας των νεφρών μας. Απλά μέτρα, όπως η υγιεινή διατροφή, η επαρκή ενυδάτωση, η αποφυγή του καπνίσματος και η τακτική άσκηση μπορούν να βοηθήσουν στην πρόληψη των νεφρικών παθήσεων.

Ειδικά για τους συνανθρώπους μας που πάσχουν από νόσους που σχετίζονται με τη λειτουργία των νεφρών και οδηγούν σε χρόνια νεφρική νόσο απαιτείται η συστηματική παρακολούθησή τους με απλές ουρολογικές αιματολογικές και διαγνωστικές εξετάσεις για την πρόληψη της εξέλιξης της νεφρικής νόσου.

Σε αυτή την κατεύθυνση απαιτείται η ενίσχυση της Πρωτοβάθμιας Περίθαλψης με υγειονομικό προσωπικό και η εκπαίδευση του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού για να ενσωματώσει σε συχνή βάση πολιτικές πρόληψης της νεφρικής νόσου για τον γενικό πληθυσμό και τον πληθυσμό που κινδυνεύει από επιβαρυντικούς παράγοντες για την εμφάνιση και εξέλιξη της.

Η ενσωμάτωση πολιτικών πρόληψης για την πρόληψη και έγκαιρή διάγνωση της νόσου θα μειώσει το οικονομικό υγειονομικό κόστος που απαιτείται για την αντιμετώπιση της και πρωτίστως θα βελτιώσει την ψυχική και σωματική υγεία του πληθυσμού.

Η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού πρέπει να αποτελεί για τις κυβερνήσεις και τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικών υγείας σημαντικό εργαλείο για να αναδειχτεί η Χρόνια Νεφρική Νόσος ως μια επείγουσα παγκόσμια προτεραιότητα για την υγεία.

Το ΔΣ της ΠΟΝ

