

Ziua Mondială a Rinichiului



Ghidul Tău Pentru Sănătatea Rinichilor

De la conștientizare la acțiune: Cum să previi, să monitorizezi și să îți protejezi funcția renală.

Sănătate • Calitate • Respect

Evaluarea Riscului: Ce Poți Controla



Factori Nemodificabili

- **Genetici** (rude cu boli renale)
- **Sexul masculin**
- **Vârsta**
- **Greutatea mică la naștere**



Factori Modificabili

- **Proteinuria**
- **HTA** (Hipertensiunea Arterială)
- **Glicemia**
- **Dislipidemia**
- **Hiperuricemia**
- **Glediciem**
- **Greutatea corporală**
- **Fumatul și alcoolul**
- **Consum cronic de medicamente**
- **Anemia**

Când trebuie să vă adresați la nefrolog



Dacă AVEȚI Simptomele

- ⚠ Edeme
- ⚠ Urina spumoasă
- ⚠ Modificarea volumului și culorii urinei
- ⚠ Dureri lombare asociate cu febră
- ⚠ TA crescută
- ⚠ Oboseală
- ⚠ Paliditate
- ⚠ Greață, inapetență



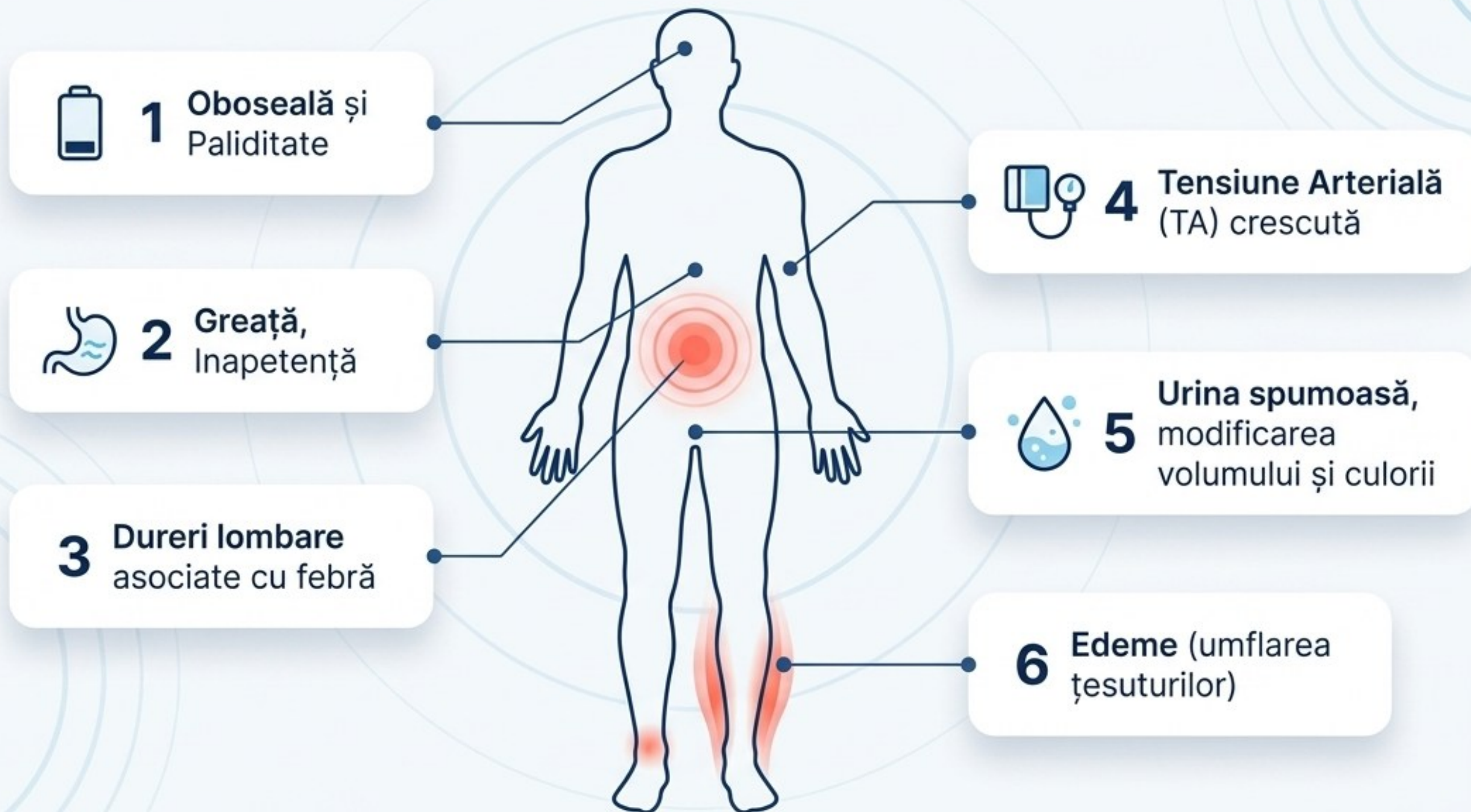
Dacă SUFERIȚI De

- ✓ Boli de rinichi
- ✓ Diabet zaharat
- ✓ Hipertensiune arterială
- ✓ Boli cardiovasculare
- ✓ Obezitate

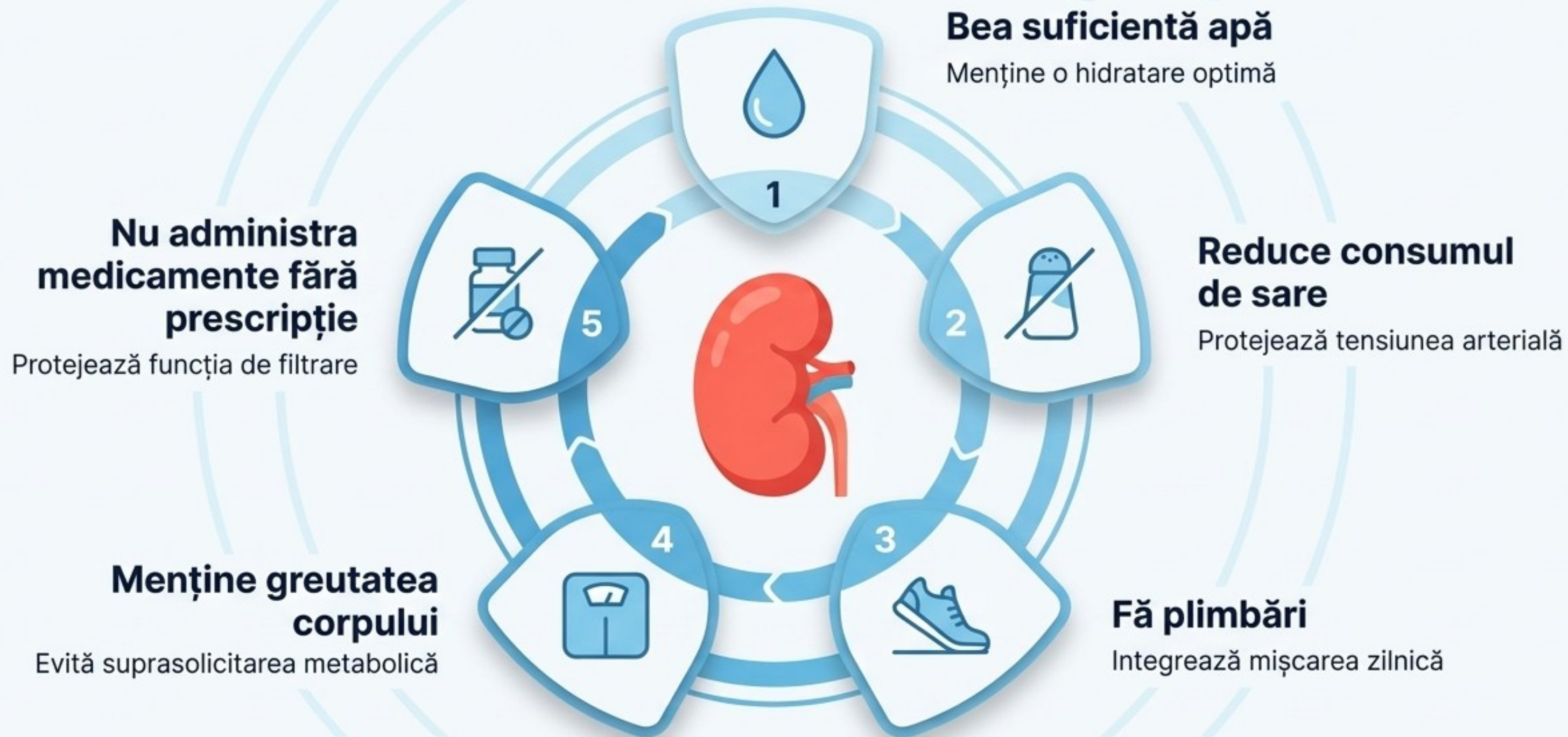
Consultați Nefrologul



Harta Semnalelor de Alarmă



Planul de Prevenție: 5 Obiceiuri Zilnice



Protocolul Tău Pentru Rinichi Sănătoși



Sănătatea rinichilor tăi nu este o întâmplare. Este un proces continuu de prevenție, monitorizare și acțiune la timp.