

## Светски дан бубрега

### ЗДРАВЉЕ БУБРЕГА СВИМА И СВУДА – КВАЛИТЕТАН ЖИВОТ ЈЕ МОГУЋ

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.

Слоган овогодишње кампање: „ЗДРАВЉЕ БУБРЕГА СВИМА И СВУДА – КВАЛИТЕТАН ЖИВОТ ЈЕ МОГУЋ” има за циљ да се повећа свест о значају оснаживања пацијената и њиховом активном укључивању у процес лечења, са крајњим циљем побољшања квалитета живота. Иако је важно постојање ефикасних мера за спречавање настанка и даљег напредовања болести бубрега, подједнако је битна подршка друштвене заједнице како пацијентима са болестима бубрега (укључујући оне који зависе од дијализе и трансплантације) тако и њиховим неговатељима, посебно током пандемије COVID-19 и других изазовних периода.

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).

Хронична бубрежна инсуфицијенција неколико пута повећава ризик за настанак болести срца и крвних судова, шећерне болести, повишеног притиска, завршног стадијума бубрежне болести (уремije) и преране смрти (пре 65. године живота). Хронична болест бубрега је озбиљно обољење које због значајних трошкова лечења, лошијег квалитета живота, скраћеног радног и животног века оболелих представља значајан јавноздравствени проблем. Хроничне болести бубрега чине скоро трећину болнички лечених особа и чак 84% смртних исхода од свих болести бубрега.

У нашој земљи, свом изабраном лекару у свим службама домова здравља због обољења бубрега (N00-N19 према МКБ 10) се обратило 40.329 особа током 2019. године, а умрле су 2173 особе са овом дијагнозом што представља учешће од 2,1% у укупном морталитету. Болнички се лечило 11.860 особа због обољења бубрега у 2019. години, од којих је 6385 особа било хоспитализовано због хроничне бубрежне инсуфицијенције. Број умрлих особа хоспитализованих због болести бубрега износио је 961 у 2019. години, од којих је 689 особа умрло са дијагнозом хроничне бубрежне инсуфицијенције.

Особе код којих су дијагностификоване болести бубрега, посебно у поодмаклој фази, суочавају се са свакодневним изазовима: смањењем способношћу да учествују у свакодневним активностима попут одласка на посао, путовања и дружења, а истовремено суочавају се и са бројним споредним ефектима ове болести, попут умора, бола, депресије, когнитивних оштећења, проблема са варењем и спавањем.

Тренутни приступ у лечењу пацијената са бубрежним болестима је усмерен на продужење њиховог живота. Овај приступ који ставља у фокус болест, може бити

неадекватан јер не уважава права и потребе пацијента. Људи који живе са болестима бубрега желе, пре свега, да одрже привид нормалности у свакодневном функционисању и осећај контроле над својим здрављем и благостањем. Такође, недостаје значајно укључивање пацијента у лечење њихове болести, што доводи до тога да пацијенти често доживљавају лечење као нешто што им је наметнуто и што је ван њихове контроле. Да би пацијенти били задовољнији и ангажованији у погледу свог лечења, они морају да буду мотивисани да постану активни учесници у сопственом лечењу.

Кључне поруке Светског дана бубрега односе се на следеће:

- Оснаживање пацијената са хроничним болестима бубрега и чланова њихових породица, који су најчешће и њихови неговатељи, како би се остварили жељени здравствени исходи и постигли постављени животни циљеви који су за њих значајни и важни. Неопходно је да пацијенти разумеју своју улогу у процесу лечења, поседују неопходно знање како би могли да учествују са лекарима у заједничком доношењу одлука, као и да развију вештине за ефикасно управљање својом хроничном болешћу.
- Залагање за ојачано партнерство са пацијентима при креирању, примени и евалуацији програма управљања хроничним бубрежним болестима, што захтева квалитетну и ефикасну комуникацију.
- Залагање за приступ који обухвата стратегије за: пружање подршке пацијентима у циљу повећања њихове адаптације на епизоде погоршања болести, одржавање социјалних контаката, подизање свести и унапређење знања пацијента, олакшавање приступа подршци и успостављање поверења и контроле у управљању хроничном бубрежном болести.
- Залагање за приступ усмерен на уважавање права и потреба пацијента у спровођењу истраживања, лечења и креирања законске регулативе.
- Оснаживање пацијента, партнерство и ефикасна комуникација, заједно са променом парадигме ка приступу заснованом на оснаживању пацијента и његове околине, могу улити поверење и наду пацијентима да могу квалитетно живети са хроничним болестима бубрега. Залагање за ефикаснији, мултидисциплинарни, интегрисанији и холистички приступ управљања симптомима као што су контрола бола, проблеми са спавањем, анксиозност, депресија, стрес, отежана покретљивост, слабост и др, са циљем ублажавања ових симптома и побољшања квалитета живота како пацијената тако и њихових неговатеља.

### **Извори:**

<http://www.worldkidneyday.org>

Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут”. Здравствено-статистички годишњак Републике Србије 2019. Јовановић В (уредник). Београд: Елит медика; 2020.