ПРЕВЕНЦИЯ

- Измервайте редовно кръвното си налягане. То не трябва да бъде над 140/90 mm/HG, а е желателно да бъде по-ниско. Някои лекарства за високо кръвно налягане са особено благоприятни за бъбречната функция. Консултирайте се със своя лекар.
- Ако имате диабет, той трябва да бъде компенсиран възможно най-добре. Не се самоуспокоявайте, че кръвната захар е "само малко над нормата". Това увреждa бъбреците.
- Не прекалявайте с консумацията на храна, съдържаща много белтъчини и животински мазнини.
- Намалете консумацията на сол.
- Нормализирайте телесното си тегло. Затлъстяването увреждa бъбреците.
- Пийте достатъчно течности, за да имате 1,5 – 2 литра урина на денонощие.
- Спрете тютюнопушенето. То също увреждa бъбреците.
- Не злоупотребявайте със самолечение. Много медикаменти, особено при неправилна употреба, увреждат бъбреците.

  Много често бъбречни увреждания се получават от дългогодишна употреба на болкоуспокояващи средства, които се купуват от аптеката без рецепта.
- Не забравяйте веднъж годишно да изследвате кръвта си за наличие на креатинин и урината си за белтък!

БЪЛГАРСКИ ЧЕРВЕН КРЪСТ

София 1407, бул. "Джеймс Баучер" 76
тел.: 02/ 81 64 700; e-mail: pressoffice@redcross.bg
www.redcross.bg

ЖИВОТ С УСМИВКА

Български съюз на бъбречно трансплантираните
e-mail: bsbt@abv.bg
www.bsbt-bg.com

ФОНДАЦИЯ НА ПАЦИЕНТИТЕ С ХРОНИЧНА БЪБРЕЧНА НЕДОСТАТЪЧНОСТ И ХЕМОДИАЛИЗИРАНИТЕ В БЪЛГАРИЯ

София, ж.к. "Банишора", ул. "Клокотница" 29, ет. 4, ст. 408
тел.: 02/ 832 61 31; e-mail: hemodi@abv.bg
www.hemodializa.org

Партньори:
Българска бъбречна асоциация, „Бела плюс“ ЕООД

ДОНОРСТВОТО Е ДАР ЗА ЖИВОТ

ИЗ ЗАКОНА ЗА ТРАНСПЛАНТАЦИИ НА ОРГАНИ, ТЪКАНИ И КЛЕТКИ

Вземане на органи, тъкани и клетки от човешки трупове

Всеки дееспособен български гражданин, както и чужденец, дългосрочно пребиваващ в Република България, има право приживе да изрази писмено несъгласие за вземане на органи, тъкани и клетки след смъртта му, както и за вземането им за други лечебни, диагностични, научномедицински, учебни и преподавателски цели. Това става, като лицето собственоръчно и в свободен текст попълни декларация, която предоставя на семейния си лекар.

Ако липсва изразена воля на починалото лице и се обсъжда възможността за донорство, се иска съгласие от близките на починалия за взимането на органите, тъканите и клетките му за трансплантация.

Вземане на органи, тъкани и клетки от жив донор

Вземането на органи, тъкани и клетки от донор се извършва само при условие, че не представлява опасност за живота му и е получено нотариално заверено писмено съгласие от него, след като предварително са му обяснени на достъпен език рисковете, които поема. Донорът може да оттегли даденото съгласие по всяко време, преди да е извършено вземането на органи, тъкани и клетки. Забранява се предлагането на материална облага на донор на органи, тъкани и клетки, както и приемането на материална облага от донора.

Донор може да бъде само лице, което е съпруг или роднина на реципиента по права линия или по съребрена линия до четвърта степен, включително при родство, възникнало въз основа на осиновяване, но не по-рано от три години от осиновяването, в случаите, когато реципиентът е осиновител, което се доказва с официален документ. По изключение с разрешение на Етичната комисия по трансплантация донор може да бъде и лице, което съжителства физически с реципиента повече от две години без сключен граждански брак или биологичен родител на реципиента, който не го е припознал по законово установения ред.

Как да стана донор?

1. Като изразя желанието си пред личния си лекар и

2. Като декларирам писмено какво точно искам да даря

Информацията за вашето решение е напълно поверителна!

Органни трансплантации

Година	Брой трупни донори на органи	Сърдечни трансплантации	Белодробни трансплантации	Блок трансп. Сърце-бял дроб	Чернодробни трансплантации	Бъбречни трансплантации
2003	12	4	1	1		34
2004	7	1			1	24
2005	11	1			8	24
2006	19	3			10	32
2007 до 18.11	9	3			7	27

Национален списък на нуждаещите се от трансплантация

Сърце	Черен дроб	Бъбреци
87	89	947

Пациенти, провеждащи диализно лечение – 2970

- **Хемодиализа** – провежда се в диализен център. При нея кръвта на човека преминава през специален филтър и пречистена се връща в тялото му. Обикновено хемодиализата се провежда 3 пъти седмично и продължава 4 часа.

- **Перитониална диализа** – най-често се провежда в домашни условия. При нея в коремната кухина се вкарва разтвор, с който се отмиват ненужните отпадъчни продукти.

- **Хемодиализата и перитониалната диализа** са методи на лечение, които се опитват да заместят част от функциите на неработещите бъбреци. Те удължават живота на хората, но не водят до излекуване от бъбречна недостатъчност.

- **Бъбречна трансплантация** – позволява на хората с тежко бъбречно заболяване да живеят без диализа. За да се осъществи бъбречната трансплантация, е необходим бъбрек с добро генетично сходство с организма на пациента.

ЗАМИСЛЯЛИ ЛИ СТЕ СЕ, ЧЕ

♥ Трансплантацията спасява човешки живот.

♥ Един загубен човешки живот може да спаси няколко други.

♥ Дарявайки органите си посмъртно, Вие гарантирате последното си голямо добро дело в живота.

"Не отнасяйте органите си на небето – ангелите знаят, че се нуждаем от тях на земята."

(из английска песен)