

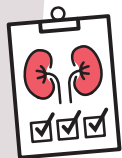
Νεφρική Νόσος

Αντιμετωπίζετε
κίνδυνο;

Επικοινωνήστε μαζί μας:
Δωρεάν Κλήση 1800 454 363
kidney.org.au



της νεφρικής λειτουργίας
μπορεί χαθεί χωρίς
να αισθανθείτε
συμπτώματα



Συμπληρώστε την αξιολόγηση των
κινδύνων στο πίσω μέρος αυτής της
κάρτας για να μάθετε εάν χρειάζεστε
έναν **Έλεγχο Υγείας των Νεφρών**.

Ο **Έλεγχος Υγείας των Νεφρών** περιλαμβάνει:



Εξέταση Αίματος

Για να ελέγξουμε πόσο
καλά φιλτράρεται το αίμα
από τα νεφρά σας.



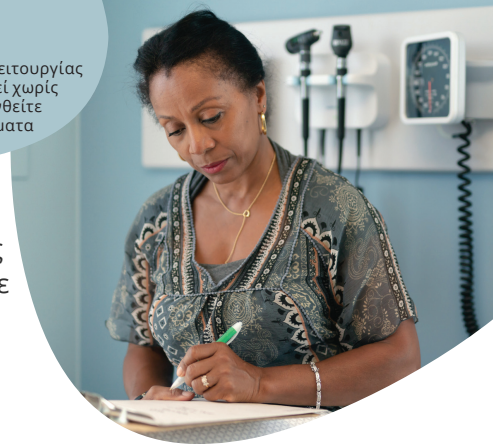
Εξέταση Ούρων

Για να ελέγξουμε την
ποσότητα πρωτεΐνης
στα ούρα.



Έλεγχος Αρτηριακής Πίεσης

Η υψηλή αρτηριακή πίεση
μπορεί να βλάψει τα νεφρά σας.



Οι ακόλουθες ομάδες διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο ανάπτυξης νεφρικής νόσου. Μήπως ανήκετε σε κάποιες από αυτές;

(αν **ναι**: παρακαλούμε σημειώστε με κύκλο)



Διαβήτη



Υψηλή
αρτηριακή
πίεση



Νυν ή πρώην
καπνιστής



Πολύ υπέρβαρος
ή παχύσαρκος



Είχατε εγκεφαλικό
επεισόδιο, καρδιακή
προσβολή ή καρδιακή
ανεπάρκεια



Οικογενειακό ιστορικό
νεφρικής ανεπάρκειας,
αιμοκάθαρσης
ή μεταμόσχευσης νεφρού



Ιστορικό οξείας
νεφρικής βλάβης



Αβορίγινας ή από
τις νήσους Torres
Strait στην καταγωγή,
ηλικίας 30+ ετών



Άνω των 60 ετών

Τι γίνεται τώρα;

Μήπως σημειώσατε με κύκλο
κάποιες από αυτές;



Κλείστε ραντεβού με τον Γιατρό
σας για έναν **Έλεγχο Υγείας των
Νεφρών**. Θα πρέπει να κάνετε
εξετάσεις κάθε 1-2 χρόνια.

Είστε αβέβαιοι;

Παρακαλούμε συζητήστε με τον Γιατρό σας ή
τη Νοσοκόμα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.

Μήπως δεν σημειώσατε με κύκλο κανέναν παράγοντα κινδύνου;

Ενημερωθείτε για τους παράγοντες κινδύνου
νεφρικής νόσου και συμπληρώστε αυτήν την
κάρτα αξιολόγησης κινδύνου σε 12 μήνες.