

Cukrzycowa choroba nerek

Cukrzycowa choroba nerek, nazywana też nefropatią cukrzycową, to jedno z poważniejszych, przewlekłych powikłań cukrzycy. Rozwija się stopniowo, często bezobjawowo, dlatego regularne badania kontrolne mają kluczowe znaczenie dla jej wczesnego wykrycia.

Jak cukrzyca uszkadza nerki

Przewlekłe podwyższony poziom cukru we krwi stopniowo uszkadza drobne naczynia krwionośne w nerkach, odpowiedzialne za filtrowanie krwi. Prowadzi to do pogorszenia funkcji filtracyjnej nerek oraz do przenikania do moczu białka (albuminy), które w prawidłowych warunkach powinno pozostawać we krwi. Proces ten przebiega zwykle powoli, przez wiele lat, i we wczesnych stadiach nie daje żadnych zauważalnych objawów.

Jak wykrywa się nefropatię cukrzycową

Podstawowymi badaniami przesiewowymi są oznaczenie albuminy w moczu (tzw. mikroalbuminuria) oraz obliczenie wskaźnika filtracji kłębuszkowej (eGFR) na podstawie badania krwi (poziomu kreatyniny). Zgodnie z zaleceniami, osoby z cukrzycą powinny wykonywać te badania co najmniej raz w roku, niezależnie od tego, czy odczuwają jakiegokolwiek objawy ze strony nerek.

Jak spowolnić postęp choroby

Najważniejszym elementem ochrony nerek u osób z cukrzycą jest dobra kontrola poziomu cukru we krwi oraz ciśnienia tętniczego, ponieważ oba te czynniki bezpośrednio przyspieszają uszkodzenie nerek, jeśli są źle kontrolowane. Niektóre leki stosowane w leczeniu cukrzycy i nadciśnienia wykazują dodatkowe działanie ochronne dla nerek, dlatego lekarz może dobrać leczenie z myślą nie tylko o kontroli cukru, ale też o ochronie tego narządu. Ograniczenie spożycia soli, unikanie leków szkodliwych dla nerek (np. niektórych leków przeciwbólowych stosowanych przewlekłe bez konsultacji) oraz rzucenie palenia tytoniu również spowalniają postęp choroby.

Podsumowanie

Cukrzycowa choroba nerek rozwija się podstępnie, dlatego regularne badania przesiewowe są kluczowe dla jej wczesnego wykrycia. Dobra kontrola cukrzycy i ciśnienia tętniczego pozostaje najskuteczniejszym sposobem ochrony nerek przed tym powikłaniem.

Ten materiał ma charakter edukacyjny i nie zastępuje konsultacji z lekarzem. W razie wątpliwości dotyczących Twojego stanu zdrowia skontaktuj się z lekarzem prowadzącym.