

LA GIORNATA
DI PREVENZIONEDomani in piazza della Vittoria a Pavia
i nefrologi sono a disposizione
per l'esame della pressione e i consigli

Un italiano su dieci ha i reni malati ma forse non lo sa

di Maria Grazia Piccaluga

PAVIA. Basta un esame del sangue, con i valori della creatinina, per rivelare un problema ai reni. Una persona su dieci ne soffre ma a volte neppure lo sa. Domani in tutto il mondo è indetta la "Giornata del Rene". La Società italia-

na di nefrologia organizza nelle piazze presidi e camper per fare prevenzione. A Pavia, in piazza Vittoria, medici e infermieri misureranno la pressione, daranno informazioni e, volendo, effettueranno un test delle urine.

Testimonial della campagna di prevenzione 2010 è Federica Pellegrini, medaglia d'oro ai mondiali di nuoto.

«Ci sono patologie ben presenti nell'immaginario collettivo, come i tumori, la sclerosi multipla, il diabete, il colesterolo. Le malattie renali, invece, sono pressoché sconosciute, confinate in un'area

grigia» spiega Antonio Dal Canton, primario della clinica di Nefrologia della fondazione San Matteo e presidente della società italiana di Nefrologia. «Si

spiega pensando, sbagliando, che siano malattie rare, da guardare con ansia perché aprono la strada alla dialisi. Invece l'epidemiologia ci sta raccontando che una fetta imprevedibilmente ampia della popolazione ne soffre».

La malattia renale cronica colpisce dal 5 al 10% della popolazione. In Italia si stima che ci siano circa 50mila pazienti in dialisi.

Ma prima di arrivare a questa fase - che garantisce una sopravvivenza buona ma compromette la qualità della vita richiedendo un impegno di tre giorni a settimana per circa 4 ore a seduta - è possibile fare molto. La prevenzione consente di intercettare la malattia prima che si cronizzi.

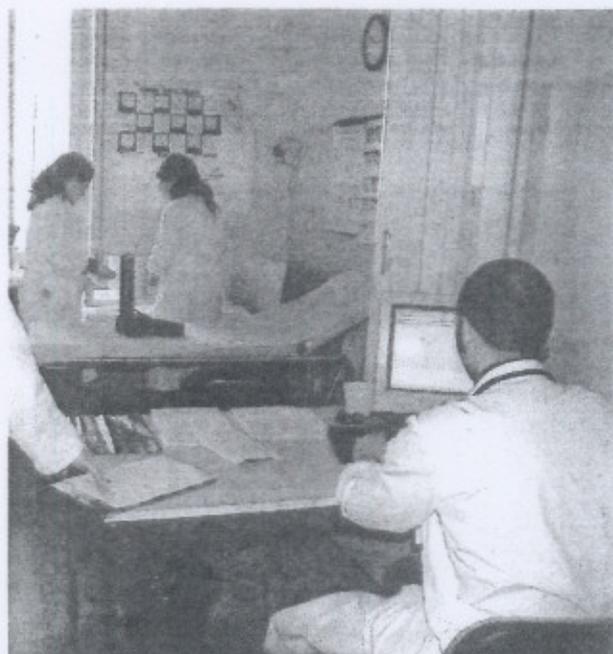
Per questo non vanno sottovalutati i segnali di allarme che l'organismo lancia: gonfiore a gambe e braccia, anemia, pressione alta e presenza di sangue visibile nelle urine.

Le persone più a rischio sono gli adulti con più di 60 anni. «L'invecchiamento è un fattore di rischio importante - spiega Dal Canton - Ma le malattie dei reni possono essere di natura ereditaria e infiammatoria. E colpiscono anche una fetta della popolazione rappresentata dai bambini». I genitori dovrebbero insospettirsi e rivolgersi al pediatra e poi al nefrologo in caso di infezioni delle vie urinarie troppo frequenti, in particolare nei maschietti.

Quali esami fare per scoprire se i reni sono malati?

«I modi più semplici per avere un primo responso sono l'esame delle urine e quello del sangue con rilevamento della creatinina. Il primo poi è davvero banale, costa poco, ma permette di intercettare un rischio» dice il nefrologo.

Prevenzione vuol dire anche adottare uno stile di vita corretto. «Il fumo è un fattore di rischio - spiega Dal Canton - ma vanno tenuti sotto controllo anche colesterolo, pressione, ad esempio mangiando di regola poco salato, e peso perché l'obesità è un altro fattore predisponente». Esiste inoltre una relazione stretta tra le malattie renali e quelle cardiovascolari. I reni fungono da filtro, in presenza di una malattia che



L'ambulatorio di Nefrologia del San Matteo segue più di mille pazienti

riduce l'afflusso del sangue anche i reni vanno in sofferenza. «Inoltre non tutti sanno che se i reni sono malati si deve fare ancora più attenzione al cuore» avverte il nefrologo.

La prevenzione, tuttavia, è più facile della cura. La progressione del danno renale si può rallentare con farmaci che controllano la pressione arteriosa e riducono la presenza di proteine nelle urine.

Controllare diabete e pressione riduce il pericolo di approdare alla dialisi e, soluzione estrema e non sempre praticabile, al trapianto. Al San Matteo, a Nefrologia, dal 2000 a oggi sono stati effettuati circa 300 trapianti di rene e i primi in Italia prelevati da pazienti a cuore non battente. Gli ambulatori del policlinico sono aperti tutti i giorni dalle 8 alle 17. Un migliaio di pazienti in cura.

DAL 15 AL 19 MARZO

Visite gratuite da prenotare per le malattie andrologiche

La Società Italiana di Andrologia promuove la settimana di prevenzione andrologica dal 15 al 19 marzo. Sarà possibile sottoporsi a visite gratuite negli studi e negli ospedali che aderiscono alla campagna. Visite gratuite, su prenotazione, anche a Pavia. Ecco dove rivolgersi: Azienda ospedaliera, poliambulatorio di Vigevano e Voghera, ambulatorio di Andrologia, tel. 800 638 638 (dott. Maurizio Ruggeri) Pavia studio Medico Ida Bianchessi (tel. 335-6717779), studio Giorgio Orlando (0382-303117).



Il professor Antonio Dal Canton