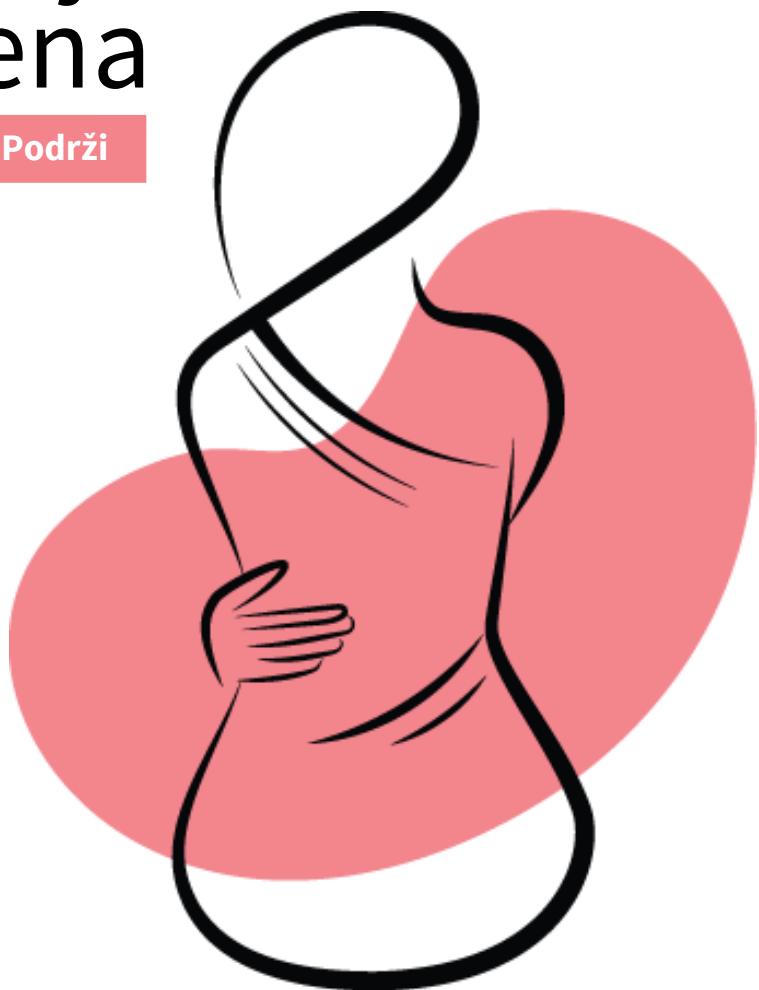


Bubrezi i zdravlje žena

Uključi, Ceni, Podrži

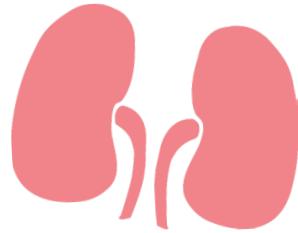


Priručnik za kampanju

SADRŽAJ

O Svetskom Danu Bubrega Svetski Dan Bubrega 2018	3
Uključi se	4
Priručnik za društvene mreže	5
	6

O SVETSKOM DANU BUBREGA



Svake godine, drugog četvrtka u martu, obeležava se Svetski Dan Bubrega (World Kidney day, WKD), svetska kampanja koja ima za cilj da podigne svest o značaju bubrega za naše zdravlje i utiče na smanjenje učestalosti i težine bolesti bubrega, kao i drugih problema vezanih uz ove bolesti, svuda u svetu.

Zašto je važan Svetski Dan Bubrega?

Hronične bolesti bubrega (HBB) su nezarazne bolesti koje pogađaju svakog desetog čoveka u svetu. Iako mogu biti različite po svojoj težini, HBB su neizlečive i čine da ovi pacijenti zahtevaju doživotno lečenje. Sa porastom incidence bolesti bubrega, Svetski Dan Bubrega ima ključnu ulogu u edukaciji javnosti, medicinske zajednice i vlada i u podsticanju mera prevencije i ranog otkrivanja bolesti bubrega.

Naši ciljevi

- Podići svest o značaju naših "čudesnih bubrega".
- Podstićati skrining svih pacijenata sa dijabetesom i hipertenzijom na HBB.
- Promovisati preventivne navike i ponašanje.
- Edukovati sve zdravstvene radnike o njihovoj ključnoj ulozi u otkrivanju i smanjivanju rizika od HBB, naročito u visokorizičnim populacijama.
- Podvući značajnu ulogu lokalnih i nacionalnih zdravstvenih vlasti u kontroli HBB epidemije.
- Podsticati transplantaciju kao opciju sa najboljim ishodom kada je u pitanju lečenje terminalne bubrežne insuficijencije (terminalne bubrežne slabosti) i promovisati davalanstvo organa kao čin spašavanja života.

Osnivači

Svetski Dan Bubrega je zajednička inicijativa **Međunarodnog Društva Nefrologa** (ISN) i **Međunarodne Federacije Fondacija Bubrežne** (IFKF). ISN je neprofitno društvo posvećeno dijagnostici, lečenju i prevenciji bolesti bubrega u zemljama u razvoju i u razvijenim zemljama.

IFKF je federacija neprofitnih fondacija koje se svuda u svetu zalaže za unapređenje zdravlja, blagostanja i kvaliteta života osoba sa bolestima bubrega i koje promovišu istraživanja u oblasti bolesti bubrega.

SVETSKI DAN BUBREGA 2018

Bubrezi i zdravlje žena

Uključi, Ceni, Podrži

Hronične bolesti bubrega (HBB) pogađaju oko **195 miliona žena** u svetu i trenutno predstavljaju **osmi vodeći uzrok smrti** kod njih, uzrokujući **600 hiljada smrti žena** godišnje. Rizik od razvoja HBB je kod žena u najmanju ruku isti kao kod muškaraca, ako ne i veći. Žene su češće pogodjene određenim vrstama bolesti bubrega kao što su lupus nefritis (bolest u okviru autoimunog oboljenja) i pijelonefritis (infekcija bubrega). Bolesti bubrega su povezane i sa trudnoćom: žene koje imaju HBB imaju povećan rizik za loš ishod trudnoće, i za majku i za bebu; i obrnuto, komplikacije vezane za trudnoću mogu da povećaju rizik za razvoj bolesti bubrega.

Ove, 2018. godine se Svetski Dan Bubrega i Međunarodni Dan Žena obeležavaju istog dana, pružajući tako mogućnost da se istakne važnost zdravlja žena, a naročito zdravlja njihovih bubrega. Na 13-godišnjicu kampanje, promovisati će se pravo svih žena i devojčica, svuda u svetu, da imaju omogućenu zdravstvenu edukaciju, prevenciju i lečenje.



Ključne poruke

- **HBB su 8.i vodeći uzrok** smrti kod žena izazivajući preko 600 000 smrti žena godišnje
- **195 miliona žena** u svetu je pogodjeno hroničnim bolestima bubrega
- **HBB** su nešto češće kod **žena** nego kod muškaraca, i javljaju se kod oko 14% žena i 12% muškaraca
- Neke **bolesti bubrega** kao što su **Lupus nefropatija** ili **infekcija bubrega** su čečće kod žena
- Žene sa **HBB u trudnoći** imaju povećan **rizik za loš ishod** trudnoće i za majku i za bebu; trudnoće kod žena sa uznapredovalom HBB predstavljaju najveći rizik
- Komplikacije vezane za **trudnoću** povećavaju rizik od razvoja **bolesti bubrega** - žene koje su imale **preeklampsiju** imaju 4 do 5 puta veći rizik od nastanka terminalne bubrežne insuficijencije (terminalnog otkazivanja rada bubrega)
- Postoji jasna potreba za većom **svešću**, blagovremenim postavljanjem **dijagnoze** i pravilnim **praćenjem** HBB u trudnoći. I obrnuto, trudnoća može biti prilika da se HBB otkrije rano i da se dobro planira dalje lečenje
- Svetski Dan Bubrega promoviše ostvarivu i ravnopravnu **dostupnost zdravstvene edukacije, lečenja i prevencije** bolesti bubrega za sve žene i devojčice svuda u svetu

UKLJUČI SE!



Raširi priču

Prati Svetski Dan Bubrega na:

Facebooku: World Kidney Day _Official

Tviteru: @worldkidneyday

Instagramu: world_kidney_day_official

i deli naše poruke na tvojim nalozima na društvenim mrežama (o idejama pogledaj naš Priručnik za društvene mreže na strani 6)

Organizuj neko "Dešavanje" povodom Svetskog Dana Bubrega (WKD)

Proslavi Svetski Dan Bubrega tako što ćeš da organizuješ neko prigodno **dešavanje podizanja svesti** u tvojoj zajednici: šetnju, vožnju biciklom, trku, ples, dobrotvornu večeru ili edukativni čas za đake u vašoj lokalnoj školi. Štagod da planiraš, pomoći ćeš da više ljudi sazna i postane svesno značaja njihovih bubrega. Ako već imaš ideju šta ćeš da napraviš, molimo te prijavi tvoje planirano "dešavanje" na: www.worldkidneyday.org/2018-campaign/worldwide-events



Koristi materijale o Svetskom Danu bubrega

Poseti www.worldkidneyday.org i preuzmi naše materijale besplatno. Možeš naći sledeće materijale:

- Liflet za kampanju "Bubrezi i zdravlje žena: Uključi, Ceni, Podrži"
- Zajedničko saopštenje o bolestima bubrega i zdravlju žena
- Priručnik za socijalne mreže
- Podatke za štampu za Svetski Dan Bubrega

Uključi poznate ličnosti i štampu

- Pozovi lokalne poznate ličnosti da podrže Svetski Dan Bubrega i da promovišu podizanje svesti o značaju zdravila ubrega
- Dopri do lokalnih i nacionalnih medija - štampe, radio- i TV stanica
- Podeli zvanične izjave za štampu WKD-a sa kontaktima u medijima
- Obavesti nas o pokrivanju u medijima i učešću poznatih ličnosti preko info@worldkidneyday.org



PRIRUČNIK ZA DRUŠTVENE MREŽE

Svetki Dan bubrega

- Zabeležite u vašem kalendaru - **8. MART** je i **#SvetkiDanBubrega!**
- Da saznate više o **#prevenciji** bolesti bubrega, posetite sajt www.worldkidneyday.org
- Svako deseto ljudsko biće u svetu je pogodjeno bolescu bubrega **#SvetkiDanBubrega**
- Danas je **#SvetkiDanBubrega**, vaši bubrezi su od životne važnosti! Zato odvojite malo vremena i naučite više o njihovim funkcijama!
- Podržavam akciju **#SvetkiDanBubrega** i napore da se podigne **#svest** o bolestima bubrega!

Bubrezi i zdravlje žena

- Hronične bolesti bubrega pogađaju oko 195 miliona **#žena** u svetu. **#SvetkiDanBubrega**
- Hronične bolesti bubrega su nešto češće kod **#žena** (14%), nego kod muškaraca (12%). **#BuditeSvesni #SvetkiDanBubrega**
- Godišnje u svetu od hroničnih bolesti bubrega umre preko 600 hiljada **#žena** tako da su ove bolesti osmi vodeći uzrok smrti kod **#žena**. **#SvetkiDanBubrega**
- Neke bolesti bubrega, kao što je **#lupus** nefropatija ili infekcija bubrega (akutni ili hronični pijelonefritis) uglavnom su tipične za **#žene**. **#SvetkiDanBubrega**
- Prevalenca hroničnih bolesti bubrega je u porastu i pogađa oko 3% **#žena** u njihovom reproduktivnom dobu. **#prevencija #SvetkiDanBubrega**
- **#Žene** sa hroničnom bolesću bubrega imaju povećan rizik za loš ishod trudnoće i za majku i za bebu. **#BuditeSvesni**
- **#Trudnoća**- komplikacije u njoj povećavaju rizik za bolesti bubrega kod **#žena** - **#preeklampsija** povećava rizik od nastanka hronične insuficijencije (slabosti) bubrega 4 do 5 puta. **#BuditeSvesni #SvetkiDanBubrega**
- Intenzivna dijaliza popravlja šanse da **#žene** sa odmaklom hroničnom bubrežnom insuficijencijom iznesu uspešno trudnoću do kraja. **#SvetkiDanBubrega**
- **#Žene** sa transplantiranim bubregom danas imaju odlične šanse da uspešno iznesu trudnoću, a broj komplikacija tokom trudnoće je kod njih sada znatno manji nego ranije. **#SvetkiDanBubrega**
- **#Žene** su češće **#donori** organa, a manje su im šanse da budu primaoci. I kada su u pitanju bubrezi, situacija je ista. **#SvetkiDanBubrega**
- Edukacija **#žena** štiti i njihovo i zdravlje njihove dece. **#SvetkiDanBubrega**



Zalažemo se za sledeće

- Bolesti bubrega treba da budu uključene u sve programe prevencije, otkrivanja i lečenja nezaraznih hroničnih bolesti, naročito u one koje se odnose na **#žene** **#SvetkiDanBubrega**
- **#Žene** treba svuda da imaju dostupnu zdravstvenu zaštitu, uključujući i onu koja se odnosi na bolesti bubrega. **#SvetkiDanBubrega**
- Potrebno je podići svest o tome da postoji veza između komplikacija u trudnoći kao što je preeklampsija i bolesti bubrega i da su, sa druge strane, bolesti bubrega faktor rizika za ishod trudnoće! **#SvetkiDanBubrega**
- Redovne provere krvnog pritiska i stanja bubrega treba preporučiti svim ženama pre trudnoće kao i na pregledima tokom trudnoće **#SvetkiDanBubrega**
- Blagovremeni skrining za preeklampsiju tokom trudnoće smanjiće i incidencu hroničnih bolesti bubrega. **#SvetkiDanBubrega**
- Programi zdravstvene zaštite i edukacije se moraju prilagoditi prema polu i društvenim okolnostima koje utiču na zdravlje uopšte, pa i na zdravlje bubrega. **#SvetkiDanBubrega**
- Što veća svest i veći pristup kvalitetnoj edukaciji **#žena** i devojaka, to bolji ishodi lečenja u iz generacije u generaciju. **#SvetkiDanBubrega #ZnanjeJeMoć**
- Potrebno je više istraživanja da se razumeju i prepoznačaju prepreke koje sprečavaju **#žene** da dođu do kvalitetne zdravstvene zaštite kada je u pitanju zdravlje njihovih bubrega, kao i mera da se te prepreke prevaziđu. **#SvetkiDanBubrega**
- Potrebno je uključiti sve zainteresovane strane, da bi se postigli Ciljevi održivog razvoja programa UN, naročito oni koji su bitni za zdravlje majke i deteta. **#SvetkiDanBubrega #SDGs**