



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού 13 Μαρτίου 2025

Η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, που γιορτάζεται κάθε χρόνο την 2η Πέμπτη του Μαρτίου, έχει σκοπό να ευαισθητοποιήσει το κοινό για τη σημασία της πρόληψης, διάγνωσης και θεραπείας των νεφρικών νοσημάτων, καθώς και να υπογραμμίσει τη σπουδαιότητα της δωρεάς οργάνων. Οι νεφρικές παθήσεις αποτελούν μια από τις πιο σοβαρές καταστάσεις για την ανθρώπινη υγεία, επηρεάζοντας εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως. Η αιμοκάθαρση και η μεταμόσχευση νεφρού είναι οι κύριες θεραπευτικές επιλογές για τους ασθενείς με τελική νεφρική ανεπάρκεια, ενώ η δωρεά οργάνων είναι ζωτικής σημασίας για την αντιμετώπιση αυτής της κατάστασης.

Ιστορία της Αιμοκάθαρσης και της Μεταμόσχευσης

Η αιμοκάθαρση, η οποία καθαρίζει το αίμα από τις τοξίνες και τις άχρηστες ουσίες όταν οι νεφροί δεν μπορούν να εκτελέσουν αυτήν την λειτουργία, ξεκίνησε τη δεκαετία του 1940 με την εφεύρεση του «τεχνητού νεφρού» από τον Ολλανδό γιατρό Willem Kolff. Παρά τις αρχικές δυσκολίες, το μηχάνημα αυτό αποτέλεσε την αφετηρία για την εξέλιξη των συστημάτων αιμοκάθαρσης, τα οποία με την πάροδο του χρόνου έχουν γίνει πιο αποδοτικά, ασφαλή και ανεκτά από τους ασθενείς.

Από την άλλη πλευρά, η μεταμόσχευση νεφρού αναπτύχθηκε τη δεκαετία του 1950 και, από τότε, έχει αποτελέσει την καλύτερη θεραπεία για την τελική νεφρική ανεπάρκεια. Σήμερα, με τη βοήθεια της εξελιγμένης χειρουργικής, της ανοσοκαταστολής και της συνεχούς βελτίωσης στην παρακολούθηση των ασθενών, τα ποσοστά επιτυχίας των μεταμοσχεύσεων έχουν αυξηθεί, προσφέροντας στους ασθενείς μια δεύτερη ευκαιρία για ζωή.

Εξέλιξη της Τεχνολογίας

Η σύγχρονη τεχνολογία στον τομέα της αιμοκάθαρσης έχει προχωρήσει σημαντικά, με τη δημιουργία πιο εξειδικευμένων μηχανημάτων που επιτρέπουν τη



σταδιακή προσαρμογή της θεραπείας στις ανάγκες του κάθε ασθενούς. Νέες τεχνολογίες, όπως η συνεχής αιμοδιάλυση, οι φορητές μονάδες αιμοκάθαρσης και η αυτοματοποιημένη παρακολούθηση της θεραπείας, έχουν προσφέρει στους ασθενείς μεγαλύτερη ευχέρεια και άνεση.

Στη μεταμόσχευση νεφρού, οι εξελίξεις στην ανοσοκαταστολή και τη χειρουργική τεχνική έχουν μειώσει τις πιθανότητες απόρριψης του μοσχεύματος, ενώ η χρήση πιο σύγχρονων μεθόδων, όπως η γενετική ανάλυση για την καλύτερη συμβατότητα των μοσχευμάτων, αυξάνει τα ποσοστά επιτυχίας και την μακροχρόνια επιβίωση των ασθενών.

Αιτίες της Νεφρικής Ανεπάρκειας

Οι κυριότερες αιτίες που οδηγούν σε αιμοκάθαρση ή μεταμόσχευση νεφρού είναι ο σακχαρώδης διαβήτης, η υπέρταση και οι λοιμώξεις του νεφρού. Ο σακχαρώδης διαβήτης προκαλεί χρόνια βλάβη στα αιμοφόρα αγγεία των νεφρών, ενώ η υπέρταση αυξάνει την πίεση στο νεφρικό σύστημα, οδηγώντας σε φθορά των νεφρικών ιστών. Επίσης, η πολυκυστική νόσος των νεφρών και τα αυτοάνοσα νοσήματα αποτελούν άλλες σημαντικές αιτίες.

Η Σημασία της Δωρεάς Οργάνων

Η δωρεά οργάνων, και συγκεκριμένα η δωρεά νεφρού, είναι ζωτικής σημασίας για τη θεραπεία των ασθενών με τελική νεφρική ανεπάρκεια. Παρά τις προόδους στην αιμοκάθαρση, η μεταμόσχευση νεφρού παραμένει η πιο αποτελεσματική και βιώσιμη λύση, προσφέροντας στους ασθενείς την ευκαιρία για καλύτερη ποιότητα ζωής και μεγαλύτερη επιβίωση. Ωστόσο, ο αριθμός των δωρεών οργάνων στη χώρα μας είναι περιορισμένος και η ζήτηση υπερβαίνει κατά πολύ τη διαθεσιμότητα μοσχευμάτων.

Η δωρεά νεφρού σώζει ζωές, ενώ οι νέες τεχνικές και η πρόοδος στην ανοσοκαταστολή έχουν καταστήσει τις μεταμοσχεύσεις ασφαλής και αποτελεσματικές.



Πρόληψη των Νεφρικών Νοσημάτων

Η πρόληψη των νεφρικών παθήσεων είναι εφικτή με τη σωστή διαχείριση των παραμέτρων κινδύνου και την υιοθέτηση ενός υγιεινού τρόπου ζωής. Η τακτική άσκηση, η διατροφή χαμηλή σε αλάτι και πλούσια σε φρούτα και λαχανικά, καθώς και η παρακολούθηση των επιπέδων σακχάρου και αρτηριακής πίεσης, είναι σημαντικές για την αποφυγή των αιτιών που οδηγούν σε νεφρική ανεπάρκεια.

Η διακοπή του καπνίσματος, ο περιορισμός της κατανάλωσης αλκοόλ και η διατήρηση του φυσιολογικού βάρους συμβάλλουν στη διατήρηση της καλής λειτουργίας των νεφρών. Επιπλέον, η έγκαιρη διάγνωση και η παρακολούθηση μέσω εξετάσεων όπως η μέτρηση κρεατινίνης και η εκτίμηση της GFR (glomerular filtration rate) είναι καθοριστικής σημασίας για την πρόληψη της εξέλιξης των νεφρικών νοσημάτων.

Συμπεράσματα

Η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού είναι μια ευκαιρία να ενημερωθούμε και να ευαισθητοποιηθούμε για τη σημασία της πρόληψης, της έγκαιρης διάγνωσης και της έγκαιρης θεραπείας των νεφρικών παθήσεων. Οι εξελίξεις στην αιμοκάθαρση και τη μεταμόσχευση νεφρού έχουν βελτιώσει τη ζωή πολλών ασθενών, ενώ η δωρεά οργάνων παραμένει ο πιο αποτελεσματικός τρόπος για να σωθούν ζωές. Η δωρεά οργάνων είναι ένα ανεκτίμητο δώρο που μπορεί να δώσει ελπίδα και ζωή σε χιλιάδες ανθρώπους που πάσχουν από νεφρική ανεπάρκεια.