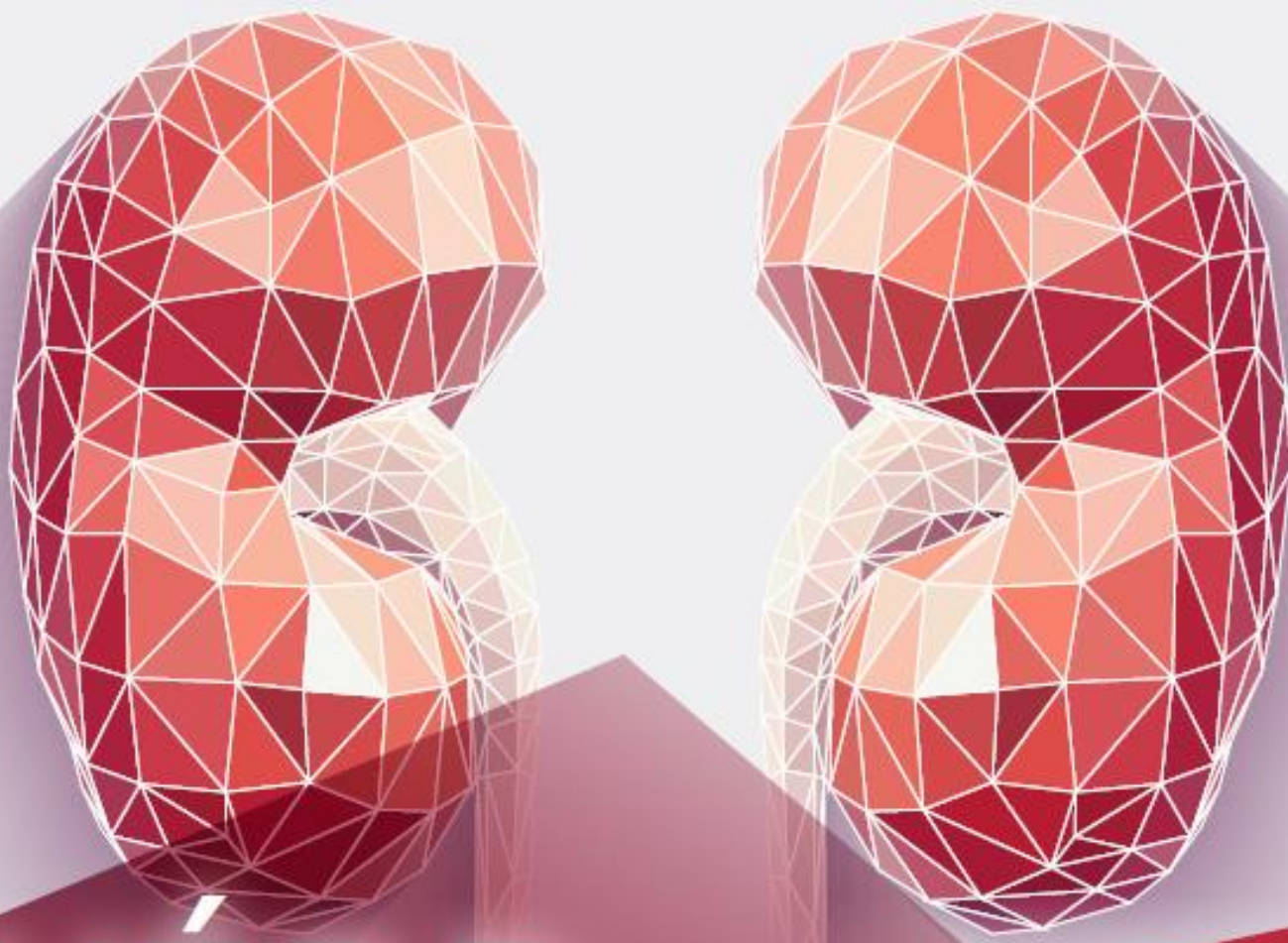




NEMZETI VESE PROGRAM



# VÉDD A VESÉD!

[www.nemzetiveseprogram.hu](http://www.nemzetiveseprogram.hu)  
[www.facebook.com/NemzetiVeseProgram](https://www.facebook.com/NemzetiVeseProgram)  
[www.nephrologia.hu](http://www.nephrologia.hu)



**Nemzeti  
Együttműködési  
Alap**



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR  
Alapkezelő Zrt.



**SOPRONI**  
Gyógyközpont

A **romló veseműködést**  
az alábbi tünetek kísérhetik:

napi vizeletmennyiség  
jelentős fokozódása,  
később csökkenése



testsúly csökkenése,  
később vizesedés miatt  
annak növekedése



gyengeség,  
fáradtság



alvászavar, koncent-  
rációképesség romlása



romló étvágy



bőrviszketés



A vesebetegségre irányuló  
**szűrővizsgálatok** fokozottan  
ajánlottak, amennyiben Ön:



cukorbeteg



magasvérnyomás-  
betegségben szenved



túlsúlyos



dohányzik

50+

50 év feletti



ha van olyan  
egyenesági rokona,  
aki vesebeteg



Nemzeti  
Együttműködési  
Alap



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR  
Alapkezelő Zrt.



SOPRONI  
Gyógyközpont

# Az elhízás, a cukorbetegség és a magas vérnyomás a krónikus vesebetegség előszobája

Magyarországon minden **10.** ember érintett  
valamely vesebetegségben.

## Évente

mintegy **600 ezer** vesebeteg  
szorul gondozásra

közel **350** veseátültetés  
valósul meg

és **6500** közeli azon krónikus vesebetegség-  
ben szenvedők száma, akiknek  
életbenmaradását a művesekezelés  
biztosítja.

A krónikus vesebetegség  
a kezdeti stádiumban  
gyakran tünetmentes.

A beteg  
vesefunkciója akár  
**90%-kal**  
is romolhat

mielőtt az első  
tünetek jelentkeznek!



Nemzeti  
Együtműködési  
Alap



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR  
Alapkezelő Zrt.

SOPRONI  
Gyógyközpont 

## 8 arany szabály a vesebetegség megelőzése érdekében:



1. Legyen fitt és aktív!



2. Rendszeresen ellenőriztesse vércukorszintjét!



3. Ellenőrizze vérnyomását!



4. Étkezzon egészségesen és kerülje a túlsúlyt!



5. Fogyasszon megfelelő mennyiségű folyadékot, elsősorban vizet!



6. Ne dohányozzon!



7. Kerülje a vény nélküli gyógyszerek rendszeres szedését!



8. Ellenőriztesse rendszeresen vesefunkcióját, amennyiben egy, vagy több "nagy kockázati tényezővel" rendelkezik, mint amilyen a cukorbetegség, magas vérnyomás, vagy elhízás, és ha a családjában előfordult vesebetegség.



Nemzeti  
Együtműködési  
Alap



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR  
Alapkezelő Zrt.



SOPRONI  
Gyógyközpont