

National Kidney
Foundation™

Повышенное артериальное давление и хроническое заболевание почек

(Для больных ХЗП стадий 1–4)



Инициатива качественного контроля последствий заболевания почек (NKF-KDOQI), созданная National Kidney Foundation

В рамках Инициативы качественного контроля последствий заболевания почек (NKF-KDOQI), созданной National Kidney Foundation, разрабатываются руководства по клинической практике в целях улучшения состояния больного после перенесенного заболевания. Информация в настоящем буклете основана на рекомендациях этих руководств. Цель руководств — не описать стандартный способ лечения, но предоставить необходимую информацию и оказать содействие врачу или лечащему вас коллективу в выборе подходящего для вас курса лечения. Руководства могут получить врач и сотрудники больницы. При возникновении вопросов относительно этих руководств проконсультируйтесь с врачом.

Стадии хронического заболевания почек (ХЗП)

В феврале 2002 г. National Kidney Foundation опубликовала руководства по клиническому лечению хронического заболевания почек. Они помогут врачу определить стадию заболевания почек на основании признаков нарушения функции почек и показателя уровня клубочковой фильтрации (УКФ), показателя уровня функционирования почек. Курс лечения выбирается с учетом стадии заболевания почек. (См. таблицу ниже.) При возникновении вопросов о стадии заболевания почек или курсе лечения проконсультируйтесь с врачом.

Стадии заболевания почек		
Стадия	Описание	Уровень клубочковой фильтрации (УКФ)*
1	Нарушение функции почек (белок в моче) и нормальный УКФ	Более 90
2	Нарушение функции почек и умеренное снижение УКФ	60–89
3	Снижение УКФ наполовину	30–59
4	Сильное снижение УКФ	15–29
5	Почечная недостаточность	Менее 15

*На основании УКФ врач определяет качество функции почек.

По мере прогрессирования хронического заболевания почек наблюдается снижение УКФ.

Содержание

Знали ли вы...	4
Что такое хроническое заболевание почек?	5
Что такое повышенное артериальное давление?	5
Как взаимосвязаны повышенное артериальное давление и заболевание почек?	6
Как определить, слишком ли сильно повышено артериальное давление?	6
Как измеряется артериальное давление? Как часто требуется измерять артериальное давление?	7
У меня повышено артериальное давление, но я сомневаюсь в наличии у меня ХЗП. Что следует предпринять?	8
Какие анализы необходимо сдавать при ХЗП?	8
Как часто следует ходить на прием к врачу или в больницу?	9
Как лечится повышенное артериальное давление и ХЗП?	10
Какие изменения потребуется внести в рацион?	10
Следует ли менять образ жизни?	12
Какие лекарства нужно принимать?	12
Каковы последствия ХЗП и диабета?	13
Какие последствия могут быть после пересадки почки?	13
Что делать для контроля артериального давления?	14
Что следует делать членам семьи?	14
Существуют ли другие источники?	15
Основные данные	17
Контроль знаний	18

Знали ли вы...

- У более половины больных хроническим заболеванием почек (ХЗП) повышено артериальное давление.
- Повышенное артериальное давление увеличивает риск осложнения заболевания почек.
- Повышенное артериальное давление увеличивает вероятность развития заболевания сердца.
- Тщательное соблюдение курса лечения и контроль артериального давления помогут предупредить возникновение этих осложнений.
- Лечение повышенного артериального давления при ХЗП и ХЗП включает в себя здоровый рацион, физические упражнения и прием лекарств. Артериальное давление должно находиться на уровне ниже 130/80.
- При нарушении функции почек при диабете либо при наличии белка в моче для снижения артериального давления рекомендуется принимать ингибиторы ферментов АПФ (АПФ) либо блокаторы рецепторов ангиотензина (БРА).
- При ХЗП из-за диабета либо при наличии белка в моче врач должен прописать ингибитор АПФ или БРА, даже если артериальное давление находится в норме.



В настоящем буклете рассматриваются вопросы повышенного артериального давления и заболевания почек, а также приводятся советы, следуя которым вы сможете поддерживать здоровье при наличии указанных нарушений. Информация в буклете предназначена для лиц, страдающих повышенным артериальным давлением и ХЗП стадии 1–4. Для определения стадии заболевания почек см. таблицу на форзаце обложки настоящего буклета и проконсультируйтесь с врачом.

Что такое хроническое заболевание почек?

Хроническое заболевание почек — это нарушение нормального функционирования почек в результате диабета, повышенного артериального давления или гломерулонефрита. В результате почки теряют способность к выполнению следующих функций для поддержания организма в здоровой форме:

- Выведение продуктов распада и излишней жидкости из крови
- Выработка гормонов, отвечающих за:
 - контроль артериального давления
 - укрепление костей
 - предотвращение развития анемии за счет увеличения количества эритроцитов в организме.
- Поддержание нормального баланса важных химических веществ в крови, например натрия, калия, фосфора и кальция. Поддержание баланса кислот и основных веществ организма.

При нарушении функции почек уровень продуктов распада в крови повышается и состояние больного ухудшается. Даже до этой стадии могут появиться другие осложнения, например повышенное артериальное давление, анемия (снижение количества клеток крови), слабость в костях, снижение аппетита и нарушения нервной системы. При заболевании почек велика вероятность развития заболевания сердца и кровеносных сосудов. Эти нарушения могут проявляться медленно на протяжении длительного периода времени, как правило, без видимых симптомов. ХЗП может со временем привести к почечной недостаточности, в результате чего для сохранения жизни больного потребуются диализ или пересадка почки. Выявление заболевания на ранней стадии и своевременное лечение может предупредить или замедлить развитие этих осложнений.

Что такое повышенное артериальное давление?

Артериальное давление — это сила, с которой кровь действует на стенки кровеносных сосудов вследствие работы сердца, в результате которой кровь циркулирует по всему организму.

Если это давление становится слишком высоким, больному ставят диагноз «повышенное артериальное давление», или гипертония.

Как взаимосвязаны повышенное артериальное давление и заболевание почек?

Они взаимосвязаны между собой на основании двух критериев:

- Повышенное артериальное давление — главная причина развития ХЗП. Со временем повышенное артериальное давление может стать причиной нарушения функции кровеносных сосудов во всем организме. В результате приток крови к важнейшим органам, например почкам, может сократиться. Кроме того, повышенное артериальное давление также становится причиной разрушения мельчайших частиц, отвечающих за фильтрацию в почках. В результате почки теряют способность к выведению продуктов распада и излишней жидкости из крови. Излишняя жидкость в кровеносных сосудах может накапливаться и привести к еще большему повышению артериального давления.
- Повышенное артериальное давление может также являться признаком осложнения ХЗП. Почки играют важную роль в поддержании артериального давления в норме для здорового человека. Из-за нарушений способность почек регулировать уровень артериального давления снижается. В результате артериальное давление повышается.

При ХЗП повышенное артериальное давление увеличивает вероятность развития осложнений заболевания почек и возникновения нарушений функции сердца. Соблюдение курса лечения и поддержание артериального давления в норме помогут избежать осложнений заболевания почек и предупредить развитие болезни сердца.

Как определить, слишком ли сильно повышено артериальное давление?

Единственный способ определить, повышено ли артериальное давление, — это измерять его. Повышение артериального давления, как правило, не сопровождается никакими симптомами. Именно поэтому оно получило название «безмолвного убийцы». Высокий показатель давления при единичном измерении не всегда означает наличие

повышенного артериального давления. Этот диагноз подтверждается при последующих посещениях врача или больницы. Артериальное давление измеряется по двум показателям. Верхнее значение, или систолическое артериальное давление,



— давление, при котором сердце сокращается. Нижнее значение, или диастолическое артериальное давление, — давление, при котором сердце находится в состоянии покоя между сокращениями. Показатель артериального давления 130/80 читается как 130 на 80.

Нормальное артериальное давление у взрослых людей в возрасте 18 лет и старше составляет 120/80. Лица, у которых верхнее значение артериального давления варьируется между 120 и 139, а нижнее между 80 и 89, более подвержены риску повышенного артериального давления, если они воздерживаются от профилактических мер. В целом артериальное давление 140/90 или выше считается повышенным. Однако для больных диабетом или ХЗП повышенным считается артериальное давление 130/80 или выше.

Как измеряется артериальное давление? Как часто требуется измерять артериальное давление?

Как правило, артериальное давление измеряется с помощью манжеты для измерения давления, которая накладывается на руку. Его следует измерять на каждом приеме у врача или в больнице. Кроме того, можно научиться измерять артериальное давление и делать это дома. Ежедневно записывайте показатели артериального давления и показывайте записи врачу на каждом приеме. Вы можете получить копии публикации *Get the Facts on High Blood Pressure and Your Kidneys* (Факторы, влияющие на повышение артериального давления и функцию почек) (11-10-0211), куда включена таблица, которая поможет вести записи показателей артериального давления.

У меня повышено артериальное давление, но я сомневаюсь в наличии у меня ХЗП. Что следует предпринять?

Каждый человек, страдающий повышенным артериальным давлением, больше подвержен риску развития ХЗП. Обсудите с врачом необходимость сдачи следующих анализов:



- Анализ крови на содержание креатинина в крови. Это продукт распада, образующийся в результате расщепления мышечной массы. На основе анализа высчитывается уровень клубочковой фильтрации, или УКФ. УКФ — это показатель уровня функционирования почек. Если УКФ слишком низкий, это может означать, что почки утратили способность к выведению необходимого количества продуктов распада и излишней жидкости из крови.
- Анализ мочи на содержание белка. Постоянное присутствие белка в моче — это признак нарушения функции почек. Высокий уровень содержания белка в моче означает, что больной подвержен повышенному риску осложнения заболевания почек и развития болезни сердца.
- Анализ мочи на содержание эритроцитов и лейкоцитов.

Какие анализы необходимо сдавать при ХЗП?

Кроме анализа для определения УКФ и содержания белка в моче, необходимы следующие мероприятия:

- Определение стадии ХЗП. Для этого, возможно, потребуется УЗИ с целью определения общего состояния почек и выявления возможных нарушений в размере и структуре или закупорок.
- Некоторые процедуры с целью определения возможного развития заболевания сердца или кровеносных сосудов либо уже существующих нарушений функции сердца. Эти процедуры включают в себя:
 - Электрокардиограмму (ЭКГ)

- Анализ крови на содержание глюкозы (сахара)
- Анализ крови на содержание липидов (жировых веществ в крови, например холестерина)
- Измерение роста и веса для расчета индекса массы тела (ИМТ). На основании этого показателя определяется избыток веса.

Врач должен проконсультировать вас о:

- побочных эффектах или осложнениях от приема лекарств
- возможных нарушениях во время прохождения курса лечения.

Как часто следует ходить на прием к врачу или в больницу?

Как только вы освоите курс лечения, уже не будет необходимости в регулярных посещениях врача или больницы. Необходимость в более частых посещениях может возникнуть по следующим причинам:

- Прием нового лекарства
- Изменение дозы лекарства
- Осложнения заболевания почек
- Невозможность стабилизации артериального давления.

При последующих посещениях врач должен проверять:

- артериальное давление
- УКФ
- уровень содержания белка в моче
- уровень содержания калия в крови. При снижении функции почек уровень калия может увеличиться до высоких значений. Это может вызвать осложнения в состоянии сердца. Прием лекарств, наиболее подходящих для снижения повышенного артериального давления и предотвращения дальнейшего снижения функции почек, может также привести к увеличению калия в крови. При увеличении количества калия необходимо внести изменения в рацион (см. раздел «Какие изменения потребуются внести в рацион?» на стр. 10–12).

Как лечатся повышенное артериальное давление и ХЗП?

Курс лечения должен разрабатываться индивидуально в зависимости от стадии развития ХЗП. В некоторых случаях врач может порекомендовать записаться на прием к другому врачу, специализирующемуся на лечении почек или повышенного артериального давления. Этот врач поможет разработать курс лечения. Цели лечения:

- снизить показатели артериального давления ниже уровня 130/80
- предотвратить возникновение осложнений заболевания почек
- избежать развития заболевания сердца.

Для достижения этих целей необходимо внести изменения в образ жизни, например соблюдать более здоровый рацион, увеличить количество физических упражнений и принимать лекарства.



Какие изменения потребуется внести в рацион?

Это зависит от стадии ХЗП. На стадиях 1–2 врач может порекомендовать рацион с большим количеством фруктов, овощей и молочных продуктов, например DASH (Diet Approaches to Stop Hypertension — рацион при гипертонии). При возникновении вопросов о рационе проконсультируйтесь с врачом. Врач может направить вас к специалисту по диетологии, который поможет разработать схему рациона для достижения необходимых целей.

Больным ХЗП стадий 1–4 могут порекомендовать внести следующие изменения:

- Сократить употребление натрия (в больших количествах содержится в столовой соли и продуктах с добавлением соли). В день следует употреблять не более 2400 миллиграммов натрия. Советы, как снизить натрий в рационе, см. в проспекте NKF *Keep Sodium Under Control: How to Spice Up Your Cooking* (Контроль потребления натрия: какие специи использовать).

- Сократить потребление продуктов питания с высоким содержанием жиров и холестерина. Они могут закупорить артерии и увеличить риск развития заболевания сердца и кровеносных сосудов. Дополнительные сведения см. в брошюре NKF *Keeping Your Heart Healthy When You Have Chronic Kidney Disease (Stages 1–4): What You Should Know About Lipids* (Здоровое сердце при хроническом заболевании почек (стадии 1–4): что необходимо знать о липидах). (Английский: 11-50-2106; испанский: 11-50-2190)
- Контролировать потребление углеводов в рационе. Количество углеводов не должно превышать 50–60 процентов от общего числа калорий, потребляемых за день. Углеводы содержатся в пище, которая после переваривания превращается в сахар. К такой пище относятся хлеб, рулеты, тортильи, рис, блюда из макарон, картофеля, зерновых культур, сушеные бобы, фрукты и фруктовые соки, молоко и йогурт. Для получения дополнительных сведений проконсультируйтесь с лечащим врачом и диетологом, а также см. проспект NKF *Carbohydrate Counting With Chronic Kidney Disease* (Расчет потребления углеводов при хроническом заболевании почек).

При ХЗП стадий 3–4 больному могут порекомендовать внести дополнительные изменения для предупреждения осложнений ХЗП и других заболеваний, например костей. Возможно, потребуется:

- Контроль количества потребляемых белков. Проконсультируйтесь с врачом на предмет необходимого количества белков в день. Диетолог поможет разработать схему питания с нужным количеством белков для достижения необходимых целей. Дополнительные сведения см. в брошюре NKF *Nutrition and Chronic Kidney Disease* (Питание и хроническое заболевание почек) (11-50-0135).
- Сокращение употребления продуктов питания с высоким содержанием фосфора. Высокий уровень фосфора в крови может привести к заболеванию костей. В больших количествах фосфор содержится в молочных продуктах, например молоке, сыре, запеканке, йогурте и мороженом; в орехах и арахисовом масле, напитках, например в какао, пиве и темных сортах кока-колы. Дополнительные сведения см. в проспекте NKF *Phosphorus and Your CKD Diet* (Фосфор и рацион при ХЗП) и брошюре *Keeping*

Your Bones Healthy When You Have Chronic Kidney Disease (Stages 3–4) (Здоровые кости при хроническом заболевании почек (стадии 3–4)) (английский: 11-50-2206; испанский: 11-50-2290).

- Сокращение калия в рационе. Врач должен проверять содержание калия в крови. Спросите у врача, высок ли уровень калия в вашей крови. Если это подтвердится, то необходимо сократить употребление продуктов питания, богатых калием. Диетолог может рассказать о продуктах питания с высоким и низким содержанием калия и подобрать схему питания с нужным количеством калия. Дополнительные сведения см. в проспекте *Potassium and Your CKD Diet* (Калий и рацион при ХЗП).

Следует ли менять образ жизни?

Да. Выполнение следующих действий также поможет в достижении целей лечения:

- Снижение веса, если имеется значительный избышек.
- Выполнение физических упражнений средней сложности по 30 минут в день и по мере возможности ежедневно. Перед началом нового курса физических упражнений всегда консультируйтесь с врачом.
- Сокращение употребления алкоголя (не более двух бокалов в день для мужчин и одного бокала для женщин).
- Отказ от курения.

Какие лекарства нужно принимать?

Уровень артериального давления должен быть ниже 130/80. Для его достижения, возможно, потребуется принимать не только таблетки для снижения артериального давления. В качестве лекарств можно принимать:

- Ингибитор ферментов АПФ (АПФ) или блокатор рецепторов ангиотензина (БРА). Исследования показывают, что они способствуют нормальной функции почек и помогают сократить риск развития заболевания сердца.



- Мочегонное средство.
- Другие лекарства, например бета-блокаторы или блокаторы кальциевых каналов, для достижения целей лечения.

Принимайте лекарства точно по рецепту врача. Обо всех побочных эффектах незамедлительно сообщайте врачу. Возможно, потребуется сократить дозу или заменить этот препарат другим лекарством. Запрещается прекращать прием лекарств, не известив об этом врача и не дав ему возможности проконтролировать ваш уровень артериального давления. Даже при хорошем самочувствии повышенное артериальное давление, не подвергающееся лечению, может отрицательно повлиять на функцию важных органов, например сердца или почек. Помните, повышенное артериальное давление — «безмолвный убийца».

Каковы последствия ХЗП и диабета?

Контроль уровня сахара в крови и артериального давления — это самые важные меры, которые следует предпринимать для предупреждения осложнений заболевания почек и других нарушений. Измените образ жизни в соответствии с рекомендациями врача и принимайте лекарства точно по рецепту. При диабете и ХЗП курс лечения непременно должен включать в себя прием ингибитора АПФ и БРА, даже если артериальное давление ниже 130/80. Эти лекарства необходимы для защиты функции почек.

Какие последствия могут быть после пересадки почки?

У многих больных после пересадки почки наблюдается повышенное артериальное давление и ХЗП. Очень важно снизить артериальное давление ниже 130/80 для поддержания нормальной функции пересаженной почки. При повышенном артериальном давлении обязательно измените образ жизни в соответствии с рекомендациями врача и принимайте лекарства точно по рецепту.

Что делать для контроля артериального давления?

Существует много способов.

- Не пропускайте приемы у врача.
- Попросите врача обучить вас измерению артериального давления дома. Ежедневно записывайте показатели артериального давления и показывайте записи врачу на каждом приеме.
- Принимайте таблетки для снижения артериального давления точно по рецепту даже при хорошем самочувствии. Повышение артериального давления, как правило, не сопровождается никакими симптомами.
- Сообщайте врачу обо всех побочных эффектах. Запрещается прекращать прием лекарств самостоятельно.
- Чтобы запомнить время приема лекарств, используйте специальную коробку для таблеток с небольшими отделениями, на которых отмечены дни недели и время приема. Кроме того, можно заводить будильник на время приема. Попросите членов семьи напоминать вам о приеме лекарств.
- Точно соблюдайте рацион и курс физических упражнений. При возникновении вопросов относительно рациона попросите врача направить вас к специалисту-диетологу. Диетолог расскажет о рационе и разработает приемлемую для вас схему питания.
- Изучите все доступные источники о лечении заболевания. При возникновении вопросов не стесняйтесь спрашивать. На прием к врачу берите с собой список вопросов.

Что следует делать членам семьи?

Членам семьи настоятельно рекомендуется помогать больному. Гораздо легче изменить образ жизни, например соблюдать более здоровый рацион, увеличить количество физических упражнений и бросить курить, при поддержке членов семьи. Поскольку повышенное артериальное давление часто передается по наследству, некоторые члены вашей семьи могут быть также подвержены развитию этого

заболевания и ХЗП. Вы должны порекомендовать им изучать все доступные источники о повышенном артериальном давлении и измерять его по меньшей мере один раз в год. Наличие повышенного артериального давления или ХЗП у ваших кровных родственников повышает риск возникновения у вас этих заболеваний.

Существуют ли другие источники?

При возникновении вопросов проконсультируйтесь с врачом и другими членами лечащего вас коллектива. Кроме того, полезные сведения содержатся в следующих публикациях National Kidney Foundation:



Публикации:

- *About Chronic Disease: A Guide for Patients and Families* (О хроническом заболевании: руководство для больных и членов их семей) (Английский: 11-50-0160; испанский: 11-50-0166)
- *Diabetes and Chronic Kidney Disease* (Диабет и хроническое заболевание почек) (Английский: 11-10-0209; испанский: 11-10-0242)
- *Get the Facts on High Blood Pressure and Your Kidneys* (Факторы, влияющие на повышение артериального давления и функцию почек) (настольная книга для желающих измерять артериальное давление) (11-10-0211)
- *High Blood Pressure and Your Kidneys* (Повышенное артериальное давление и почки) (Английский: 11-10-0204; испанский: 11-10-0241)
- *Keep Sodium Under Control: How to Spice Up Your Cooking* (Контроль потребления натрия: какие специи использовать)
- *Keeping Your Heart Healthy: What You Should Know About Lipids When You Have Chronic Kidney Disease (Stages 1-4)* (Здоровое сердце: что необходимо знать о липидах при хроническом заболевании почек (стадии 1-4) (Английский: 11-50-2106; испанский: 11-50-2190)
- *Nutrition and Chronic Kidney Disease* (Питание и хроническое заболевание почек) (11-50-0135)
- *Phosphorus and Your CKD Diet* (Фосфор и рацион при ХЗП) (проспект)
- *Potassium and Your CKD Diet* (Калий и рацион при ХЗП) (проспект)
- *Staying Fit With Kidney Disease* (Поддержание формы при заболевании почек) (11-10-0502)
- *What You Need to Know About Anemia and Chronic Kidney Disease* (Что необходимо знать об анемии и хроническом заболевании почек) (Английский: 11-10-0283; испанский: 11-10-0287)
- *What You Need to Know When You Have Chronic Kidney Disease* (Что необходимо знать больному с хроническим заболеванием почек)

Веб-сайт NKF, посвященный Kidney Learning System (KLS):

При наличии доступа в Интернет дополнительные сведения см. на веб-сайте www.nkfkls.org

Основные данные

- Повышенное артериальное давление и заболевание почек тесно взаимосвязаны. Повышенное артериальное давление — это одновременно и причина развития, и осложнение заболевания почек.
- Повышенное артериальное давление повышает риск осложнения заболевания почек и возникновения нарушений функции сердца.
- Надлежащий контроль артериального давления сокращает риск развития этих осложнений.
- Повышение артериального давления, как правило, не сопровождается никакими симптомами. Единственный способ определить, повышено ли артериальное давление, — это измерять его. Артериальное давление необходимо измерять при каждом посещении врача или больницы.
- При ХЗП врач должен брать анализ крови для проверки функции почек (УКФ) и уровня содержания в крови других химических веществ, например калия.
- Курс лечения включает в себя изменение существующего образа жизни на более здоровый и прием лекарств.
- Цели лечения: снизить показатели артериального давления до значения 130/80; предотвратить возникновение осложнений заболевания почек и сократить возможность развития заболевания сердца.
- Для достижения целей, возможно, потребуется принимать большее количество таблеток для снижения повышенного артериального давления. В качестве лекарств можно принимать мочегонное средство, ингибитор АПФ и БРА для защиты функции почек и другие лекарства для снижения артериального давления до необходимого уровня.
- Сообщайте о любых нарушениях врачу. Запрещается прекращать прием лекарств без ведома врача.
- Изучите все доступные источники о повышенном артериальном давлении и ХЗП. Следите за своим здоровьем самостоятельно.
- Посоветуйтесь с членами семьи измерять артериальное давление. Они могут быть также подвержены риску повышенного артериального давления и ХЗП.

Контроль знаний: проверьте свои знания, выбирая «Истина» или «Ложь»

1. Повышенное артериальное давление увеличивает риск осложнения заболевания почек.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
2. Повышенное артериальное давление может быть осложнением заболевания почек.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
3. Повышение артериального давления сопровождается различными симптомами.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
4. Курс лечения повышенного артериального давления включает в себя изменение образа жизни и прием лекарств.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
5. Как правило, приема одного лекарства достаточно для контроля повышенного артериального давления.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
6. Регулярные физические упражнения помогают снизить артериальное давление.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
7. При повышенном артериальном давлении, возможно, потребуется, увеличить содержание натрия в рационе.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
8. При заболевании почек вы также подвержены риску развития заболевания сердца.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
9. Артериальное давление людей с заболеванием почек и диабетом должно быть ниже 140/90.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____
10. Запрещается самостоятельно измерять артериальное давление.
 ВЕРНО ____ НЕВЕРНО ____

См. ответы на стр. 19.

Вопросы врачу

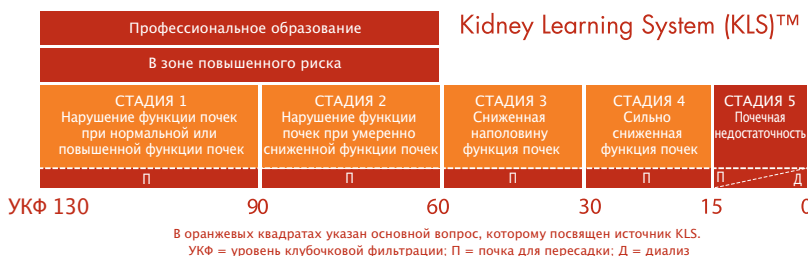
[illegible]

Ответы на вопросы

- | | |
|------|-------|
| 1. B | 6. B |
| 2. B | 7. H |
| 3. H | 8. B |
| 4. B | 9. H |
| 5. H | 10. H |

БОЛЕЕ 20 МИЛЛИОНОВ АМЕРИКАНЦЕВ — ОДИН БОЛЬНОЙ НА ДЕВЯТЬ ВЗРОСЛЫХ ЛЮДЕЙ — СТРАДАЮТ ХРОНИЧЕСКИМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ ПОЧЕК, И БОЛЬШИНСТВО ИЗ НИХ ДАЖЕ НЕ ПОДОЗРЕВАЮТ ОБ ЭТОМ. ДРУГИЕ 20 МИЛЛИОНОВ ПОДВЕРЖЕНЫ РИСКУ РАЗВИТИЯ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК. NATIONAL KIDNEY FOUNDATION, КРУПНЕЙШАЯ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, СТРЕМИТСЯ ПРЕДУПРЕДИТЬ РАЗВИТИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЧЕК И МОЧЕВЫХ ПУТЕЙ, УЛУЧШИТЬ ЗДОРОВЬЕ И БЛАГОПОЛУЧИЕ ОТДЕЛЬНЫХ ЛИЦ И СЕМЕЙ, ПОДВЕРГШИХСЯ ЭТИМ ЗАБОЛЕВАНИЯМ, И УВЕЛИЧИТЬ БАНК ВСЕХ ОРГАНОВ, ДОСТУПНЫХ ДЛЯ ПЕРЕСАДКИ. ЧЕРЕЗ СВОИ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА ПО ВСЕЙ СТРАНЕ НАШ ФОНД ОСУЩЕСТВЛЯЕТ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ ИССЛЕДОВАНИЙ, ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ, ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ И УСЛУГ ВЗАИМОПОМОЩИ, ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ДОНОРСТВА ОРГАНОВ.

Обучение по вопросам сокращения риска развития ХЗП и лечения



PARTNERS IN EDUCATION



National Kidney Foundation
30 East 33rd Street
New York, NY 10016
800.622.9010

www.kidney.org