

LA FUNCIÓN DEL RIÑÓN Y EL DIABETES

Los riñones realizan un papel importante balanceando la cantidad apropiada de agua y de productos químicos en la corriente de la sangre y filtrándose fuera de los materiales de desecho y de algunas medicaciones. La enfermedad (renal) del riñón deteriora la capacidad de filtración selectiva de los riñones y puede conducir al falta de riñón que puede requerir diálisis o un trasplante del riñón. La falta del riñón es una condición seria que puede dar lugar a muerte. Los individuos que tienen diabetes, un padre o hermano con falta renal, y/o la hipertensión (tensión arterial alta) están en mayor riesgo para desarrollar enfermedad del riñón

La enfermedad del riñón puede suceder sin malestar o síntomas hasta que ha ocurrido una cantidad significativa de daño del riñón ya. Cuando la enfermedad del riñón ocurre al principio, los riñones se convierten en filtros menos eficaces y pueden permitir que proteínas más grandes de la corriente de la sangre (microalbumin) entren en la orina. Un análisis de orina puede descubrir la presencia del microalbumin en la orina.

Complicaciones relacionado con diabetes, hay medidas que se pueden tomar para prevenir enfermedad del riñón. La mejor manera de prevenir enfermedad del riñón está siguiendo en estas pautas:

- Controle los niveles de la glucosa de la sangre (azúcar) manteniendo una una dieta prescrita y el horario de la medicación, supervisando y registrando de niveles de la glucosa de la sangre, y ejercicio.
- Controle la presión arterial. La Asociación Americana de la Diabetes y Los Institutos Nacionales de la Salud recomiendan a gente con diabetes mantienen una presión arterial de 130/80 o menos. Tenga su presión arterial comprobada en cada visita regular de la diabetes con su médico.
- Reserva una cita para un examen físico anual. Informe a su médico si usted tiene cualesquiera de los otros factores de riesgo conocidos para la enfermedad del riñón y pide una prueba de microalbumin en la orina. La Asociación Americana de la Diabetes recomienda que esta prueba esté hecha una vez al año.
- Informe a su médico si usted experimenta síntomas de una infección de la zona urinaria. Las muestras y los síntomas tempranos pueden incluir la orina nublada, sangrienta, dolor, o frecuente. Síntomas más últimos pueden incluir fiebre, frialdades, y dolor de espalda. Si su médico le trata para una infección de la zona urinaria, tome toda su medicación y sigue como dirigido de su medico.
- Tome su medicación según mandado por su médico y divulga cualquier problema con las medicaciones de prescripción a su médico. Si se ha detectado la enfermedad del riñón, su médico puede prescribir una clase especial de las medicaciones que pueden retrasar el progreso de la enfermedad del riñón, tal como inhibidores del ACE (Enzima que Convierte de Angiotension) o ARB (Bloques del Receptor del Angiotensin).
- Pregunte su médico acerca del uso de ciertas medicaciones que puedan afectar la función del riñón, tal como Ibuprofen (Motrin) y Naproxen (Aleve), y los tintes de prueba usados en radiografías y exploraciones especiales.
- Siga las instrucciones especiales de la dieta si se ha detectado la enfermedad del riñón. Su medico puede recomendar una dieta restringid de proteína y/o una dieta baja de sal para prevenir una carga adicional en los riñones.

Los recursos adicionales para la información sobre la función de la diabetes y del riñón son:

American Diabetes Association
1701 N. Beauregard Street
Alexandria, VA 22311
(800) 342-2383
(800) 236-6733 (to order publications)
(800) 232-3472
www.diabetes.org

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK)
National Diabetes Information Clearinghouse (NDIC)
1 Information Way
Bethesda, MD 20892-3560
(800) 860-8747
www.niddk.nih.gov

HEALTHY INITIATIVES

TML IEBP Medical Management, PO Box 141039, Austin, Texas 78714-1039
(512) 719-6571 (800) 847-1213 Fax: (512) 719-6587