

La diabetes y sus riñones

La diabetes puede aumentar su riesgo de tener enfermedad renal. Su riesgo es mucho mayor si es hispano y/o latino, afroamericano o nativo americano.

¿Cómo saber si tiene enfermedad renal?

¿Cómo saber si tiene enfermedad renal?

En las etapas tempranas, la enfermedad renal no causa síntomas.

Por lo anterior, es importante se monitorear la función renal (por exámenes de sangre y orina) en los pacientes con diabetes. Lo que permitirá detectar alteraciones mucho antes de que aparezcan síntomas por insuficiencia renal.

¿Por qué la enfermedad renal es peligrosa?

La enfermedad renal ó insuficiencia renal es cuándo los riñones pierden su capacidad de filtración. Cuando la enfermedad renal se diagnostica de manera temprana, existen tratamientos que pueden evitar que ésta empeore. Si se diagnostica de manera tardía o no se trata, la enfermedad puede avanzar hasta una etapa terminal, en donde los riñones pierden por completo su funcionalidad. Una persona con enfermedad renal en etapa terminal puede necesitar diálisis, es decir, que su sangre sea filtrada. Puede ser hemodiálisis que emplea una máquina o la diálisis peritoneal.



CONSEJO

Pídale a su médico que le haga pruebas para enfermedad renal y que le explique los resultados.

El tener enfermedad renal también aumenta la posibilidad de tener una cardiopatía.

No hay cura para la enfermedad renal pero hay cosas que puede hacer para prevenirla. Entre más temprano se le diagnostique y trate, mayor es la probabilidad de mantener sus riñones funcionales. Visite a su médico con regularidad para ayudar a tratar su diabetes. Esto ayudará a prevenir, diagnosticar o tratar de manera temprana la insuficiencia renal, evitando que avance hasta una etapa terminal.

Cosas que puede hacer para prevenir la enfermedad renal

- Visite a su médico regularmente. Platique sobre las pruebas para enfermedad renal y poder enfrentar los problemas en una etapa temprana.
- Siga los consejos de su médico. En algunas ocasiones el ejercicio, cambios en su dieta y los medicamentos pueden ayudarlo a mantener sus riñones saludables.
- Pregúntele a su médico sobre formas para
 - Mantener su glucosa en sangre bajo control. Mantener los niveles lo más cercano a los niveles normales, es uno de los factores más importantes que permite evitar la enfermedad renal en el paciente con diabetes.
 - Mantener su presión arterial en la meta. La presión arterial alta puede llevar a enfermedad renal o empeorarla.
 - Baje de peso, si tiene sobrepeso.
 - Evite bebidas alcohólicas y fumar.
 - Esté activo todo el día. Hable con su médico antes de empezar cualquier actividad física.