

KRONİK BÖBREK HASTALIĞININ 10 TEMEL İŞARETİ

- ❗ Daha yorgunsanız, daha az enerjiniz varsa veya dikkatinizi odaklamakta sorun yaşıyorsanız...
- ❗ Uyuyamıyorsunuz...
- ❗ Cildiniz kuruyorsa ve kaşınıyorsa...
- ❗ Daha sık idrara çıkma ihtiyacı hissediyorsanız...
- ❗ İdrarınızda kan görüyorsanız...
- ❗ İdrarınız köpüklüyse...
- ❗ Gözlerinizin etrafında inatçı şişlikler varsa...
- ❗ Ayak bilekleriniz ve ayaklarınız şişiyorsa...
- ❗ İştahınız azalmışsa...
- ❗ Kaslarınıza kramp giriyorsa...

MUTLAKA DOKTORA BAŞVURUNUZ!



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

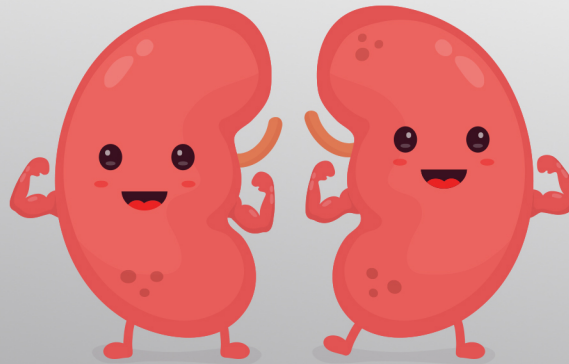
Aşırı kilodan kaçının

Az tuz tüketin

**Her gebe muayenenizde
tansiyonunuzu ölçtürün**

**Gebelikte, bilinen
böbrek hastalığınız varsa**

**mutlaka doktorunuza
bildirin!**



T.C.
Sağlık Bakanlığı
Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü



**SAĞLIKLI
NESİLLER
İÇİN
SAĞLIKLI
GEBELİK**

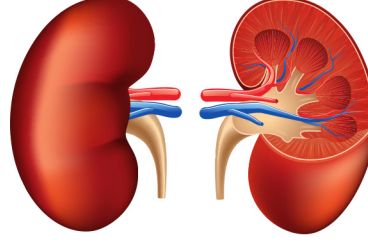


GEBELİKTE BÖBREK SAĞLIĞI

- ❗ Kadınlarda böbrek enfeksiyonları sık görülür ve gebelikte artar.
- ❗ Kronik böbrek hastalığı erken belirti vermeyebilir.
- ❗ Gebeyseniz doktorunuza danışın
- ❗ Ailenizde, gebelikte yüksek tansiyon öyküsü varsa mutlaka doktorunuza bildirin.



GEBELİKTE HİPERTANSİYON



Daha önce hiç yüksek tansiyon yakınması olmayıp, gebeliğin 20. Haftasından sonra büyük tansiyonun 140 mm Hg, küçük tansiyonun 90 mmHg'nin üstüne olması durumu gebelik hipertansiyonudur.

Gebelikte başlayan hipertansiyon doğum sonrası 12 hafta içinde normale döner.

Ancak bazen 12 haftayı geçtikten sonrada ısrarcı olursa kalıcı hipertansiyon olarak kabul edilir ve ona göre tedavi edilir.

Gebe kalmayı planlayan annelerin gebelik öncesinde genel bir kontrolden geçerek hipertansiyon varlığını veya yatkınlığını önceden araştırması önerilmektedir.

Gebelikte yüksek tansiyon varsa dikkat edilmemesi durumunda annede ve bebekte olumsuz sağlık sorunları gelişmesine neden olabilir.

KRONİK BÖBREK HASTALIĞI

- ❗ Kronik Böbrek Hastalığı görülme oranı erkeklere göre kadınlarda daha fazladır.
- ❗ Zamanında tedavi edilmeyen kronik böbrek hastalığı diyaliz ve böbrek nakline kadar götürebilir.
- ❗ Kronik böbrek hastalığı erken saptanır ve uygun şekilde tedavi edilirse böbrek işlevindeki bozulma yavaşlatılabilir veya durdurulabilir.
- ❗ Kronik böbrek hastalığı tanısı basit bir kan testiyle koyulmaktadır.
- ❗ Kronik böbrek hastalığınız varsa gebe kalmadan önce doktorunuza danışın.
- ❗ Kronik böbrek yetmezliği bulunan gebelerde yüksek tansiyon, erken doğum, bebeğin gelişiminde gerilik ve bebek ölümü riski arttığından mutlaka doktora gidilmelidir.
- ❗ Gebelikte kan basıncı ve kilo kontrolü sağlanmalıdır.