**Αθήνα:** 13.03.2025

**ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού 2025

Η Πανελλήνια Ομοσπονδία Νεφροπαθών (ΠΟΝ), μέλος της ΕΣΑμεΑ, μας ενημερώνει ότι η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού έχει καθιερωθεί από το 2006 να εορτάζεται κάθε δεύτερη Πέμπτη του μηνός Μαρτίου και αποτελεί παγκόσμια πρωτοβουλία που έχει στόχο να ευαισθητοποιήσει και να κινήσει το ενδιαφέρον του κοινού για τη σημασία που έχει η υγεία των νεφρών και να τονίσει την αναγκαιότητα έγκαιρης ενημέρωσης και αντιμετώπιση των νεφρικών παθήσεων.

Η πρόληψη είναι το κλειδί για τη διατήρηση της υγείας των νεφρών μας. Απλά μέτρα, όπως η υγιεινή διατροφή, η επαρκή ενυδάτωση, η αποφυγή του καπνίσματος και η τακτική άσκηση μπορούν να βοηθήσουν στην πρόληψη των νεφρικών παθήσεων. Ειδικά για τους συνανθρώπους μας που έχουν παθήσεις που σχετίζονται με τη λειτουργία των νεφρών και οδηγούν σε χρόνια νεφρική νόσο απαιτείται η συστηματική παρακολούθησή τους με απλές ουρολογικές αιματολογικές και διαγνωστικές εξετάσεις για την πρόληψη της εξέλιξης της νεφρικής νόσου.

Σε αυτή την κατεύθυνση απαιτείται η ενίσχυση της Πρωτοβάθμιας Περίθαλψης με υγειονομικό προσωπικό και η εκπαίδευση του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού για να ενσωματώσει σε συχνή βάση πολιτικές πρόληψης της νεφρικής νόσου για τον γενικό πληθυσμό και τον πληθυσμό που κινδυνεύει από επιβαρυντικούς παράγοντες για την εμφάνιση και εξέλιξη της.

Η ενσωμάτωση πολιτικών πρόληψης για την πρόληψη και έγκαιρή διάγνωση της νόσου θα μειώσει το οικονομικό υγειονομικό κόστος που απαιτείται για την αντιμετώπιση της και πρωτίστως θα βελτιώσει την ψυχική και σωματική υγεία του πληθυσμού.

Η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού πρέπει να αποτελεί για τις κυβερνήσεις και τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικών υγείας σημαντικό εργαλείο για να αναδειχτεί η Χρόνια Νεφρική Νόσος ως μια επείγουσα παγκόσμια προτεραιότητα για την υγεία.

Τώρα μπορείτε να ενημερωθείτε για όλες τις εξελίξεις στο χώρο της Αναπηρίας στην ιστοσελίδα της Ε.Σ.Α.μεΑ.: [www.esaea.gr](http://www.esaea.gr/) ή [www.esamea.gr](http://www.esamea.gr/).

|  |  |
| --- | --- |
| Λογότυπο προσβάσιμου εγγράφου MS Word (*.docx) | **Προσβάσιμο αρχείο Microsoft Word (\*.docx)**Το παρόν αρχείο ελέγχθηκε με το εργαλείο ***Microsoft Accessibility Checker*** και δε βρέθηκαν θέματα προσβασιμότητας. Τα άτομα με αναπηρία δε θα αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην ανάγνωσή του. |