

# Malattie renali, la prevenzione è fondamentale

Di Alessandro D'Amelio\*

“Quest’anno la Giornata Mondiale del Rene e la Giornata Internazionale della Donna sono celebrate lo stesso giorno, offrendo l’opportunità di riflettere sull’importanza della salute delle donne e in particolare della loro salute renale. Ma sarebbe riduttivo parlare, ad esempio, di infezioni delle urine, gestosi, malattie autoimmunitarie (il lupus, ad esempio) di pertinenza femminile e trascurare, in generale, tutta la problematica delle malattie renali che non conosce distinzione di sesso.

Le malattie renali sono in continuo incremento a causa dell’aumento dei pazienti diabetici, delle problematiche cardiovascolari e soprattutto dell’età della popolazione sempre più ‘geriatrica’ e quindi esposta particolarmente alle problematiche renali. La Giornata Mondiale del Rene, dal 2006 ad oggi, ha coinvolto un numero sempre più crescente di Nazioni tanto da poter affermare che finalmente, oggi, nel 2018, ci sia a livello mondiale una coscienza dell’importanza di una problematica fino ad alcuni anni fa assolutamente trascurata. Le malattie renali vengono diagnosticate spesso in ritardo in quanto non si riesce a far diagnosi tempestiva proprio a causa della frequente assenza di sintomi a carico del paziente che possano far sospettare tale evenienza.

I soggetti a rischio ovvero i diabetici, i cardiopatici, gli ipertesi e gli anziani in generale sono i maggiori indiziati ad avere danni renali. Fondamentale appare quindi riuscire a diagnosticare precocemente un danno renale inteso come insufficienza renale ma anche una perdita anomala di proteine nelle urine ovvero presenza di sangue nelle stesse, tutti segni di un qualcosa che potrebbe non andare a livello renale.

Se agli esami ematici (prelievo per creatinina, azotemia, uricemia, sodio, potassio) associamo un semplice esame delle urine ed una urinocoltura e completiamo il tutto con una altrettanto semplice ed innocua ecografia dell'apparato urinario avremo fatto un checkup completo renale.

Vorrei solo sottolineare come proprio una ecografia dell'apparato urinario, in mani esperte, possa evidenziare presenza di calcoli, cisti, neoplasie a carico dell'apparato urinario anche in un soggetto assolutamente normale ed asintomatico, e come possa darci utili informazioni morfologiche a completamento dei dati di laboratorio.

Ricordo ancora come gli anziani (intendo popolazione al di sopra dei 65 anni) siano particolarmente esposti agli insulti renali e siano per questo i più interessati. Non per niente, a causa della perdita della funzione renale, stiamo assistendo ad un numero sempre più crescente di pazienti anziani che iniziano il trattamento dialitico sostitutivo, ovvero il ricorso al rene artificiale, con un sensibile e preoccupante incremento dei costi sociali legati alla terapia. Giusto per rendere l'idea, basta pensare che dopo i 40 anni di età ogni anno di vita in più comporta una perdita annua, fisiologica legata all'invecchiamento, dell'1% della funzione renale: una persona di 90 anni, quindi, avrà per questo perso il 50% della sua funzione renale. E proprio questo lo rende particolarmente suscettibile e bersaglio per danni renali legati, ad esempio, alla assunzione di particolari farmaci cardiovascolari, antibiotici, antidolorifici il cui uso in persone con funzione renale ridotta può determinare un rapido peggioramento della funzione residua renale spesso dipendente dalla concomitante scarsa assunzione di liquidi per bocca (tutti gli anziani non sentono la necessità di bere e quindi sono tendenzialmente disidratati e più esposti al danno renale).

Ritornando a quello che è il tema scelto quest'anno per la Giornata Mondiale del Rene vorrei sottolineare come anche una banale infezione delle urine in una donna, magari non

riconosciuta o, peggio ancora, mal curata con assunzione di antibiotici non idonei e/o consigliati dal vicino di casa per esperienze analoghe (!) possa determinare un danno serio e difficilmente risolvibile quando perdurante negli anni. Mai prendere un antibiotico senza aver effettuato prima una urinocoltura in caso di presenza di bruciori ad urinare e/o necessità frequente di urinare: solo in caso di presenza accertata di una infezione si potrà eventualmente scegliere l'antibiotico più idoneo per debellare l'infezione.

Ma il messaggio che la Società Italiana di Nefrologia (come tutte le Società Internazionali Nefrologiche) sta cercando oggi di trasmettere è che la prevenzione delle problematiche renali sia prioritaria e vada affrontata facendo ricorso alle Strutture Ambulatoriali Specialistiche Nefrologiche distribuite su tutto il territorio nazionale. Grande aiuto, in questo senso, può e deve venire dai medici di famiglia che sono spesso i primi ad intercettare pazienti a rischio e che necessitano di invio precoce allo specialista nefrologo. La prevenzione territoriale necessita di una stretta collaborazione integrata tra medico di medicina generale, nefrologo e altri specialisti (diabetologi, cardiologi, eccetera eccetera): solo così potremo cercare di ridurre questa 'epidemia' di nefropatici".

\*Medico nefrologo nel reparto di Nefrologia dell'Ospedale Vito Fazzi di Lecce e Consigliere nel direttivo nazionale della Società Italiana di Nefrologia