

14 MARZO 2024

GIORNATA MONDIALE DEL RENE



federfarma umbria

Unione Regionale Sindacale dei
Titolari di Farmacia dell'Umbria



Giornata Mondiale del Rene

14 MARZO 2024



Salute renale per tutti

Promuovere
un accesso
equo alle cure
e una pratica terapeutica
ottimale



#worldkidneyday
#kidneyhealthforall
www.worldkidneyday.org

World Kidney Day is a joint initiative of
ISN **KF-WKA**
© World Kidney Day 2019-2024



Prevenire le malattie renali è possibile. Puoi cominciare seguendo queste semplici regole.

8 REGOLE D'ORO

PER PREVENIRE LE MALATTIE RENALI

- 1 Mantieniti **attivo** e in forma.
- 2 Controlla periodicamente i **livelli di zucchero nel sangue**.
- 3 Controlla periodicamente la **pressione sanguigna**.
- 4 Segui una **dieta sana** e bilanciata.
- 5 Mantieni un adeguato e regolare apporto di **liquidi**.
- 6 **Non fumare**.
- 7 Assumi **farmaci** solo sotto stretto controllo medico.
- 8 Tieni sotto controllo la funzione renale (azotemia, creatinina, esame urine), soprattutto se sei un soggetto a rischio.

Controllare la **pressione arteriosa ed effettuare pochi esami del sangue e delle urine** costituisce un semplice strumento per una diagnosi precoce di tutte le malattie renali fin da ragazzi.

Per altre indicazioni consulta un **nefrologo**, il medico esperto della salute dei reni.

In occasione della **Giornata Mondiale del Rene 2024**, la Fondazione Italiana del Rene (FIR) e la Società Italiana di Nefrologia (SIN) sostengono moltissime iniziative su tutto il territorio italiano.

PORTE APERTE IN NEFROLOGIA

Numerosi **centri di Nefrologia e/o Dialisi** aderiscono al progetto "Porte Aperte in Nefrologia", conducendo **gratuitamente attività di screening** (visita, misurazione pressione arteriosa, esame urine), distribuendo materiali informativi e invitando i soggetti positivi allo screening a successivi controlli nefrologici. Verifica nel sito web della FIR le attività vicino a te!

PIAZZE, CENTRI DI ACCOGLIENZA, PALESTRE

Attività gratuite di screening nei centri di accoglienza locali in **centri sportivi/palestre** e in numerose piazze italiane. In collaborazione con **Croce Rossa Italiana**.

PROGETTO SCUOLE E INFORMAZIONE

Incontri informativi e di screening nelle scuole **dedicate ai giovani studenti** con distribuzione di materiale informativo.

ATTIVITÀ DI SENSIBILIZZAZIONE PRESSO FARMACIE E MMG

Distribuzione di opuscoli informativi dedicati al tema centrale della GMR 2024 ed alla **Malattia Renale Cronica**.

MONUMENTI ILLUMINATI IN MOLTE CITTÀ

ATTIVITÀ ON-LINE - GIOVEDÌ 14 MARZO 2024

DIRETTA FACEBOOK CONDOTTA CONGIUNTAMENTE DAI PRESIDENTI SIN E FIR DEDICATA ALLE DOMANDE DEI PAZIENTI.
DISPONIBILI DIVERSI FILMATI INFORMATIVI SULLA GMR 2024 ANCHE NEI CANALI SOCIAL FIR.

Monitora la funzione renale con l'App myFIR

- Monitora i tuoi reni
- Diario alimentare
- Inserisci i parametri vitali
- Registra la terapia prescritta
- Ricette personalizzate
- Accedi alle novità FIR

Controlla come funzionano i tuoi reni con l'App myFIR

Scaricala su

App Store
Google Play

Nei siti web della Fondazione Italiana del Rene e del sito web della Società Italiana di Nefrologia troverai inoltre molte altre informazioni dedicate.

Contattaci per porre quesiti specifici, inviando una mail a contatti@fondazioneitalianadelrene.org.
Ti risponderà uno specialista Nefrologo.

Ti invitiamo a consultare anche il nuovo Forum della FIR dedicato alla malattia renale:
www.fondazioneitalianadelrene.org/forum/



FONDAZIONE ITALIANA DEL RENE

CHI SIAMO E COSA FACCIAMO

La Fondazione Italiana del Rene nasce nel 2000 con l'**obiettivo di migliorare il dialogo e la collaborazione fra tutte le persone che ogni giorno lottano per prevenire e curare le malattie renali.**

Il **nostro team** è composto da **pazienti, nefrologi, infermieri, dietisti, psicologi, tecnici di dialisi, laboratoristi e molti altri esperti**, anche di discipline diverse.

Ci sono numerose **cure** che il nefrologo può attuare per rallentare o curare una insufficienza renale. Talvolta queste cure possono non avere l'effetto sperato ed allora il nefrologo può consigliare il ricorso al **trapianto** o ad altre terapie che sostituiscano la funzione renale.

Per questo motivo ogni giorno siamo attivi per favorire ed implementare:

- La **prevenzione** e la **diagnosi precoce** (anche attraverso strumenti come la nostra app **myFIR**);
- La diffusione della **cultura del dono** e del **trapianto**;
- Il **dialogo** fra pazienti, professionisti del settore sanitario ed associazioni;
- Il **miglioramento delle cure**, della **qualità della vita** e delle condizioni di salute dei pazienti affetti da malattie renali e delle loro famiglie, anche attraverso lo sviluppo della ricerca medica;
- La **formazione** e l'**aggiornamento professionale** delle figure sanitarie interne ed esterne alla Fondazione.

Vuoi partecipare ed aiutarci a raggiungere i nostri obiettivi? Puoi sostenerci con una **donazione** o con i tuoi consigli contattandoci.

Dona il Tuo 5x1000
alla
Fondazione Italiana del Rene
CF: 94216060635

La Tua Firma

www.fondazioneitalianadelrene.org

Email: contatti@fondazioneitalianadelrene.org

Tel.: 06.4465270 (lunedì-venerdì, ore 9:00-17:00).

Seguici anche nei nostri canali social



Con il contributo incondizionato di

