

MEDICINA: Insufficienza renale, malattia "subdola"

Si stima siano oltre 5 milioni gli italiani con ridotta funzionalità renale, eppure l'importanza dei reni è spesso sottovalutata, perché l'insufficienza renale nella fase iniziale si manifesta senza sintomi e comporta la perdita progressiva della funzionalità renale fino all'insorgere di serie conseguenze come l'ipertensione e l'anemia. "L'insufficienza renale cronica – spiega Bruno Cianciaruso, professore di Nefrologia presso la Facoltà di Medicina dell'Università degli Studi di Napoli "Federico II", – è una malattia 'subdola', perché i pazienti non si accorgono per molto tempo di avere una ridotta funzionalità renale. Spesso, inoltre, l'insufficienza renale cronica comporta una riduzione dei livelli di emoglobina e, quindi, causa lo sviluppo di anemia renale. I pazienti si accorgono di aver sviluppato questa condizione attraverso una riduzione della loro capacità di lavoro e di concentrazione. L'anemia si manifesta con una facile e frequente affaticabilità e riduce la capacità di avere una buona qualità di vita". Prima dell'introduzione di farmaci in grado di correggere l'anemia renale i pazienti si sottoponevano a frequenti trasfusioni di sangue. Con la scoperta dell'eritropoietina sintetica di tipo umano è stato possibile intervenire sui sintomi dell'anemia. Spesso nell'immaginario collettivo la malattia renale viene associata alla dialisi. Eppure i pazienti, a seconda del differente grado di riduzione della funzionalità renale, vivono esperienze diverse della malattia. "È vero che la malattia renale si identifica con la dialisi, che è una terapia in grado di sostituire la funzione dei reni, ma c'è prima un lungo percorso che il paziente compie. Oggi con le terapie a disposizione questo percorso può durare anni e, se si ha una malattia renale poco progressiva, anche decenni. Nella malattia renale cronica, quando non subentra la dialisi, il paziente può condurre una vita normale, fatta di lavoro, svago e rapporti sociali". Ma che cosa si può fare per proteggere la salute dei propri reni? "Seguire uno stile di vita sano e una corretta alimentazione, garantire all'organismo un'adeguata idratazione ed evitare il fumo sono comportamenti importanti per contrastare l'insorgere di malattie renali. È inoltre consigliabile almeno una volta all'anno fare un esame delle urine, per verificare che non ci sia una perdita di albumina. Occorre poi tenere sotto controllo la pressione arteriosa e prestare particolare attenzione a diabete e ipertensione, in quanto possibili cause di danno renale".