



Nutukimas ir inkstų ligos

SVEIKA GYVENSENA – SVEIKI INKSTAI

2017 m. kovo 9 d.



© <http://www.jrnw.com>

© Pasaulinė inkstų diena 2006-2017

Pasaulinės inkstų dienos yra jungtinis projektas:



International Federation of Kidney Foundations



Pasaulinė inkstų diena 2017m.

Renginiai ir akcijos (1)

KAUNO KRAŠTAS

- Teorinė – praktinė konferencija „Nutukimas ir inkstų ligos“ 2017 m. kovo 9 d., Park Inn (K. Donelaičio g. 27, Kaunas), skirta gydytojams, medicinos slaugytojoms, pacientams.

Plačiau apie šią konferenciją skaitykite LSMU ir LSMU ligoninės Kauno Klinikų savaitraštyje „AVEVITA“ (2017m. kovo 17d.): http://www.lsmuni.lt/media/dynamic/files/11573/2017_av11--10pslweb.pdf

- Spaudos konferencija 2017 03 09d., kurioje dalyvavo nefrologės LNDA prezidentė prof. I.A. Bumblytė, doc. I. Skarupskienė, Delfi, Lryto, 15min.lt, Init televizijos žurnalistai, skirta nutukimui ir inkstų ligoms.
- TV laidoje „Laba diena“ apie nutukimą ir inkstus kalbėjo LNDA prezidentė prof. I.A. Bumblytė.
- Paruošti Pasaulinei inkstų dienai skirti spaudiniai gydytojams, pacientams, kurie vėliau išplatinti Kauno krašto gydymo įstaigose.

Pranešimai spaudoje:

<http://www.vlmedicina.lt/lt/atsikraciusi-25-kilogramu-moteris-igsawbejo-sau-gyvybe>

<http://www.emedicina.lt/lt/gydytojui/lietuvos-naujienos/atsikraciusi-25-kilogramu-moteris-igsawbejo-sau-gyvybe.html>

<http://kauno.diena.lt/naujienos/kaunas/miesto-pulsas/25-kilogramu-atsikraciusi-moteris-igsawbejo-sau-gyvybe-801178>

<http://www.alfa.lt/straipsnis/50148842/atsikraciusi-25-kilogramu-moteris-igsawbejo-sau-gyvybe>

<http://www.diena.lt/naujienos/kaunas/miesto-pulsas/25-kilogramu-atsikraciusi-moteris-igsawbejo-sau-gyvybe-801178>

<http://www.15min.lt/naujiena/aktualu/sveikata/atsikraciusi-20-kg-kauniete-igsawbejo-sau-gyvybe-541-766070>

<http://www.delfi.lt/sveikata/iveik-liga/25-kg-atsikraciusi-marijampoliete-turejo-atsisakyti-didziausios-pagundos.d?id=73991066>

<http://sveikata.lrytas.lt/ligos-ir-gydymas/marijampolietes-inkstus-nuvargino-tai-nuo-ko-kencia-daugelis-lietuviu-galejo-baigtis-tragiskai.htm>

<http://www.ve.lt/naujienos/sveikata/sveikata/smarkus-nutukimas-didina-inkstu-ligu-rizika-ispeja-medikai-1537964/>



Pasaulinė inkstų diena 2017m.

Renginiai ir akcijos (2)

VILNIAUS KRAŠTAS

- Vilniaus krašto gydymo įstaigose platinti pasaulinei inkstų dienai paruošti ir LNDA pagaminti spaudiniai vidaus ligų, šeimos gydytojams, pacientams.

KLAIPĖDOS KRAŠTAS

- Paruošti ir atspausdinti straipsniai „Vakarų eksprese“, „Klaipėdos dienoje“ apie inkstus ir nutukimą.
- Pasaulinės inkstų dienos problematika pasidalinta per gydytojų penkiامينutes Klaipėdos krašto gydymo įstaigose.
- Platinti pasaulinei inkstų dienai paruošti ir LNDA pagaminti spaudiniai vidaus ligų, šeimos gydytojams, pacientams.

ŠIAULIŲ KRAŠTAS

- Platinti pasaulinei inkstų dienai paruošti ir LNDA pagaminti spaudiniai vidaus ligų, šeimos gydytojams, pacientams Šiaulių miesto gydymo įstaigose, Šiaulių apskrities ligoninėse, poliklinikose (Pakruojo, Joniškio, Radviliškio).
- Šiaulių krašto nefrologai supažindino šeimos ir stacionarų gydytojus apie inkstų ligų sąsajas su kitomis patologijomis, kuo yra svarbi pasaulinė inkstų diena.
- Gyd. nefrologė E.Gaupšienė skaitė paskaitą Šiaulių ligoninės vidaus ligų gydytojų susirinkime "Metabolinis sindromas nefrologijoje, besimtominė hiperurikemija“, buvo pristatytas atipinės podagros klinikinis atvejis.
- Prieš pasaulinę inkstų dieną atspausdintas straipsnis "Šiaulių naujienų,“ laikraštyje VL Medicina.lt apie nefrologinę pagalbą Šiaulių Respublikinėje ligoninėje.

PANEVĖŽIO KRAŠTAS

- Pirminės priežiūros centruose Panevėžyje, Rokiškyje, Kupiškyje, Pasvalyje, Biržuose buvo platinti pasaulinei inkstų dienai paruošti ir LNDA pagaminti spaudiniai vidaus ligų, šeimos gydytojams, pacientams.
- Respublikinėje Panevėžio ligoninėje gydytojams buvo skaitoma paskaita apie inkstų svarbą.



Pasaulinė inkstų diena 2017m.

LNDA spaudiniai (1)



KLINIKINĖS PRAKTIKOS GAIRĖS, SKIRTOS VYRESNIŲ PACIENTŲ, SERGANČIŲ 3B IR DIDESNĖS STADIJOS LĒTINE INKSTŲ LIGA (aGFG <45 ML/MIN./1,73M²), GYDYMUI

Europos inkstų asociacija – Europos dializės ir transplantacijos asociacija (ERA-EDTA) bei Europos Sąjungos Geriatrinės medicinos draugija (EUGMS) paruošė klinikinės praktikos gaires vyresnių pacientų, sergančių lėtine inkstų liga, gydymui. Visas gairių dokumentas anglų kalba laisvai prieinamas internete ir ERBP internetinėje svetainėje (www.european-renal-best-practice.org).

Gairėse aptariama:

- Kaip įvertinti vyresnių pacientų inkstų funkciją ir dozuoti vaistus?
- Kokia rizikos vertinimo skaičiuoklė yra patikimiausia prognozuoti lėtinės inkstų ligos progresavimą senyvo amžiaus pacientams su pažengusia LIL (aGFG <45 ml/min./1,73m²)?
- Koks rizikos įvertinimo modelis yra rekomenduojamas, prognozuojant šių pacientų mirtingumą?
- Kaip įvertinti ir pagerinti vyresnių pacientų, su aGFG <45 ml/min./1,73m², funkcinį aktyvumą bei mitybos būklę?
- Kokia yra dializės nauda sergantiems senatviniu silpnumu, pagyvenusiems pacientams?
- Kada senyvo amžiaus pacientus reiktų ruošti pakaitinei inkstų terapijai, o kokiais atvejais apsiriboti nefroprotekcija bei konservatyviu gydymu?

Lietuviškas gairių vertimas yra Lietuvos nefrologijos, dializės ir transplantacijos asociacijos (LNDA) internetinėje svetainėje

www.lnda.lt

skiltyje [Dokumentai] → [Lietuviškos gairės].

Ar Jūs esate rizikos grupėje?

Ar jūsų inkstai sveiki?

- Jums padidėjęs kraujospūdis
- Sergate cukriniu diabetu
- Turite antsvorį
- Rūkote
- Esate vyresni nei 50 metų
- Jūsų šeimoje yra sergančių inkstų liga
- Jūs sergate inkstų liga

Jei atsakėte TAIP nors į vieną klausimą, prašome konsultuotis su gydytoju.

Pasaulinė inkstų diena
2017 m. kovo 9 d.

www.worldkidneyday.org

Lėtinė inkstų liga (LIL):

- klatinga, nes neįtariama,
 - pavojinga, nes sukelia inkstų nepakankamumą,
 - grėsminga, nes dažna.
-
- Lėtinė inkstų liga mažiausiai dešimt kartų padidina širdies ir kraujagyslių ligų riziką.
 - Didelė dalis sergančiųjų lėtine inkstų liga miršta prieš laiką dėl širdies ir kraujagyslių ligų.
 - Lėtinės inkstų ligos gydymas gali apsaugoti širdį ir kraujagysles.
 - Ankstyva lėtinės inkstų ligos diagnostika ir gydymas gali apsaugoti nuo inkstų nepakankamumo progresavimo ir priešlaikinės mirties.

Jums reikia ištirti:

- šlapimą
- kreatinino kiekį kraujyje
- pamatuoti AKS



LIETUVOS NEFROLOGIJOS, DIALIZĖS IR TRANSPLANTACIJOS ASOCIACIJA



Pasaulinė inkstų diena 2017m.

LNDA spaudiniai (2)

HIPOGLIKEMIZUOJANČIŲ VAISTŲ DOZAVIMO REKOMENDACIJOS, ESANT LĖTINEI INKSTŲ LIGAI

ERBP

	LIL 1 st	LIL 2 st	LIL 3 st	LIL 4 st	LIL 5 st (nedializuojami)	LIL 5 st (dializuojami)
Metforminas*	Dozė nekoreguojama	3a LIL st. iki 2,0 g/d, 3b LIL st. iki 1,0 g/d			Vartoti negalima	
Sulfonilkarbamidai						
Chlorpropamidas	Dozė nekoreguojama	100–125 mg/d			Vengti	
Acetoheksamidas					Vengti	
Tolazamidas					Vengti	
Tolbutamidas	250 mg, 1–3 kartus/d				Vengti	
Glipizidas					Dozė nekoreguojama	
Gliklazidas					Pradėti nuo mažų dozių, dozę titruojant kas 1–4 savaites	
Gliburidas					Vengti	
Glimepiridas					Dozę mažinti iki 1 mg/d	Vengti
Glikvidonas					Dozė nekoreguojama	
α-gliukozidazės inhibitoriai						
Repaglinidas					Dozė nekoreguojama	Nepakanka duomenų
Nateglinidas					Dozė nekoreguojama	Pradėti nuo 60 mg/d Vengti
Akarbozė					Dozė nekoreguojama	Vartoti mažiausią dozę ir <50 mg
Miglitolis						Nepakanka duomenų
Pioglitazonas						Dozė nekoreguojama
DPP-IV inhibitoriai						
Sitagliptinas					Dozė nekoreguojama	Mažinti iki 50 mg/d
Vildagliptinas					Dozė nekoreguojama	Mažinti iki 50 mg 1 k/d
Saksagliptinas					Dozė nekoreguojama	Mažinti iki 2,5 mg 1 k/d
Linagliptinas					Dozė nekoreguojama	
Alogliptinas					Dozė nekoreguojama	Mažinti iki 12,5 mg kasdien
Inkretino mimetikai						
Eksenatidas					Dozė nekoreguojama	Mažinti dozę iki 5 µg 1–2 k/d Vengti
Liraglutidas						Nepakanka duomenų
Liksisenatidas					Dozė nekoreguojama	Vartoti atsargiai, jei GFG 80–50 ml/min. Nepakanka duomenų
Pramlintidas						Nepakanka duomenų
SGLT-2 inhibitoriai						
Dapagliflozinas						Nepakanka duomenų
Kanagliflozinas					Sumažėjęs efektyvumas	Atidus monitoravimas Vengti
Empagliflozinas						Nepakanka duomenų

* Metformino dozavimas pagal naujai pakeistą vaistinio preparato aprašą, kuris 2016 10 14 patvirtintas Europos vaistų agentūros (EMA/603690/2016), o 2016 12 12 – Europos komisijos (C(2016)8646).

SKIRTINGŲ HIPOGLIKEMIZUOJANČIŲ VAISTŲ KLASIŲ POVEIKIS IŠEITIMS

ERBP

Žalia žymi teigiamą poveikį, raudona – neigiamą poveikį, geltona – neiširta arba nepakanka duomenų, oranžinė – silpną neigiamą poveikį, pilka – neutralų arba silpną teigiamą poveikį, mėlyna – neutralų arba poveikio nebuvimą.

	Mirtinumas dėl įvairių priežasčių	Sirdies ir kraujagyslių įvykiai	Hipoglikemijos rizika	Svorio priaugis	HbA1C pokyčiai	Dozės korekcija, esant pažengusiai LIL
Biguanidai						
Metforminas						Taip
Sulfonilkarbamidai						
Chlorpropamidas						Vengti
Acetoheksamidas						Vengti
Tolazamidas						Vengti
Tolbutamidas						Vengti
Glipizidas						Ne
Gliklazidas						Taip
Gliburidas						Vengti
Glimepiridas						Vengti
Glikvidonas						Ne
Meglitinidai						
Repaglinidas						Ne
Nateglinidas						Taip
α-gliukozidazės inhibitoriai						
Akarbozė						Taip
Miglitolis						Ne
DPP-IV inhibitoriai						
Sitagliptinas						Nepakanka duomenų
Vildagliptinas						Taip
Saksagliptinas						Taip
Linagliptinas						Taip
Alogliptinas						Ne
Inkretino mimetikai						
Eksenatidas						Taip
Liraglutidas						Vengti
Liksisenatidas						Dažniausiai ne
Pramlintidas						Taip
SGLT-2 inhibitoriai						
Dapagliflozinas						Nepakanka duomenų
Kanagliflozinas						Nepakanka duomenų
Empagliflozinas						Nepakanka duomenų

Paruošta pagal: Clinical Practice Guideline on Management of Patients with Diabetes and Chronic Kidney Disease Stage 3b or Higher (eGFR <45 mL/min) Nephrol Dial Transplant (2015) 30: i1–i142. <http://european-renal-best-practice.org/>
Gairių vertimų rasite: www.lnda.lt

Rekomenduojama:



Pasaulinė inkstų diena 2017m.

LNDA spaudiniai (3)

Rekomenduoja:



Lietuvos nefrologijos, dializės ir transplantacijos asociacija



LSDU Fiziologijos ir farmakologijos institutas

Inkstų funkcijai nustatyti praktiniame darbe naudojami keli metodai: 24 val. kreatinino klirensas ir kelios formulės, iš kurių populiariausios yra seniai naudojama Cockcroft-Gault bei CKD-EPI (2009) – jos leidžia apskaičiuoti inkstų funkciją nerenkant paros šlapimo. Lėtinės inkstų ligos stadijos vertinimui ir vaistų dozavimui rekomenduojami skirtingi inkstų funkcijos tyrimo metodai.

GLOMERULŲ FILTRACIJOS GREIČIO (GFG) SKAIČIAVIMAS LĒTINĖS INKSTŲ LIGOS STADIJAI VERTINTI

CKD-EPI (2009) formulė

(Chronic Kidney Disease Epidemiology Collaboration)

Ją galima rasti internete: www.kidney.org/professionals/kdoqi/gfr_calculator

Vertinant lėtinės inkstų ligos stadiją, aGFG skaičiuojamas vidutiniam kūno paviršiaus plotui ir išreiškiamas ml/min./1,73 m²

Pastaba: tam tikrais atvejais inkstų funkcijai vertinti rekomenduojama rinkti paros šlapimą ir skaičiuoti 24 val. endogeninio kreatinino klirensą (iGFG). Šie atvejai yra:

- ryškūs raumenų masės pokyčiai (raumenų ligos, paraplegija, kvadriplegija, galūnių amputacija) – tuomet kreatinino gaminama mažai,
- ryškūs kūno svorio pokyčiai (KMI < 19 kg/m² ar KMI > 35 kg/m²) – formulės blogiau atspindės inkstų funkciją,
- didelis arba mažas kreatino kiekis dietoje (maisto papildai su kreatinu arba vegetarinis maistas),
- galutinės inkstų nepakankamumo stadijos nustatymas, kai sprendžiama dėl indikacijų pakaitinei inkstų terapijai – reikalingas ypatingas inkstų funkcijos tyrimo tikslumas,
- prieš dovanojant inkstą artimajam (gyvo donoro tyrimas).

aGFG – tai yra apskaičiuotas pagal formulę GFG

iGFG – tai yra iširtas GFG, atlikus endogeninio kreatinino klirenso tyrimą

KMI – kūno masės indeksas

GFG SKAIČIAVIMAS VAISTAMS DOZUOTI

Pirmenybė teikiama formulėi, kuri buvo naudojama charakterizuojant konkrečių vaistų ir kuri yra aprašoma Preparato charakteristikų santraukoje. Daugelio vaistų aprašuose nurodoma inkstų funkciją vertinti pagal seniai naudojamą Cockcroft-Gault formulę, nors šiuo metu populiariausia yra CKD-EPI (2009) formulė.

1. Cockcroft-Gault formulė

$$aGFG = \frac{(140 - \text{amžius}) \times \text{kūno svoris}}{\text{Serumo kreatininas}}$$

Vyrams gautą skaičių reikia padauginti iš 1,23

Formulėje amžius – metais, svoris – kg, serumo kreatininas – μmol/l

2. CKD-EPI (2009) formulė, perskaičiuojant GFG konkretaus paciento kūno paviršiaus plotui (KPP):

- pagal formulę: aGFG x paciento KPP/1,73 m² arba
- naudojant internetinę skaičiuoklę, įvedant paciento ūgį ir svorį:

www.kidney.org/professionals/kdoqi/gfr_calculator

Nurodytoje internetinėje skaičiuoklėje panaikinus kūno paviršiaus ploto korekciją (kaip parodyta pavyzdyje), inkstų funkcija bus skaičiuojama konkretaus paciento kūno paviršiaus plotui.

Remove body surface adjustment:	<input checked="" type="radio"/> Yes	<input type="radio"/> No	<input type="radio"/> Not Sure
Height:	<input type="text" value="165"/>	<input type="radio"/> Inches	<input checked="" type="radio"/> Centimeters
Weight:	<input type="text" value="62"/>	<input type="radio"/> Pounds	<input checked="" type="radio"/> Kilograms

Vaistai dozuojami ne vidutinio, o konkretaus kūno paviršiaus plotu pacientui, todėl šiuo atveju aGFG išreiškiamas ml/min.

Nutukimo, ypač morbidinio, atveju paciento svoris perskaičiuojamas svoriui, atspindinčiam liesą raumenų masę pagal LBW 2005 skaičiuoklę, kurią galima rasti internete: <http://clincalc.com/kinetics/idealbw.aspx>

$$LBW_{2005}^{\text{vyrams}} = \frac{92.70 \times \text{absolūtus svoris}}{6680 + (216 \times KMI)}$$

$$LBW_{2005}^{\text{moterims}} = \frac{92.70 \times \text{absolūtus svoris}}{8780 + (244 \times KMI)}$$

KMI – kūno masės indeksas (svoris (kg)/ūgis (m)²)

PASAULINĖ INKSTŲ DIENA

2017 m.

