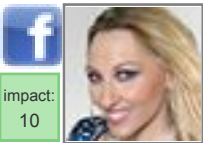


09/03/2017 14:14 | Σύλλογος Νεφροπαθών Θεσσαλονίκης: 9 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού «Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία. Υγιής Τρόπος Ζωής για Υγιείς Νεφρούς»

ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΝΕΦΡΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ

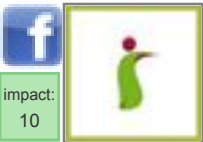
<https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.psnrenal.gr/wp-content/uploads/2017/02/9>



09/03/2017 15:51 | Διαιτολογικό Γραφείο Α. Κόκκαλη: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



09/03/2017 15:13 | Τσιλιπάκου Δέσποινα Διαιτολογικό γραφείο: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



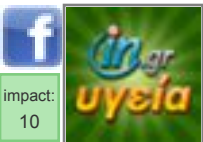
09/03/2017 15:26 | Nutrimed: Timeline Photos 9η Μαρτίου: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού...<https://goo.gl/SizGL5>



09/03/2017 19:01 | healthingr: *Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού*

Μερικοί απλοί κανόνες που μπορεί να μειώσουν τον κίνδυνο ανάπτυξης ΧΝΝ και να...

<https://t.co/Ok7PZmqcQz>



09/03/2017 19:01 | health.in.gr: Η παχυσαρκία συντελεί στην ανάπτυξη χρόνιας νεφρικής νόσου - Υγεία - Ειδήσεις - Διάφορα - in.gr *Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού*

Μερικοί απλοί κανόνες που μπορεί να μειώσουν τον κίνδυνο ανάπτυξης ΧΝΝ και να διατηρήσουν τους νεφρούς υγιείς είναι: Σε περίπου ένα εκατομμύριο υπολογίζονται στην Ελλάδα τα άτομα που εμφανίζουν προβλήματα με τους νεφρούς τους, ενώ 10.000 πάσχουν από τελικού σταδίου Χρόνια Νεφρική Νόσο. Η φετινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, που εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη...



09/03/2017 14:38 | Η Ενημέρωση: Η πρότυπη μονάδα Meteora NEPHROLIFE για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.

Όπως επισημαίνει ο επιστημονικός διευθυντής της Meteora NEPHROLIFE Νικόλαος Τσιάνας , ειδικός νεφρολόγος με πολυετή εμπειρία ως πρώην συντονιστής-διευθυντής της Μονάδας Τεχνητού Νεφρού του Γενικού Νοσοκομείου



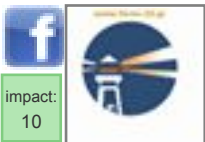
09/03/2017 13:38 | Ψωνίζουμε Ελληνικά: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι οκτώ «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών Δώστε προσοχή! Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιάλας για να προστατεύσετε τα νεφρά σας και να μειώσετε τον κί



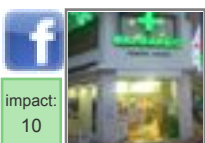
09/03/2017 18:52 | ewebtv: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία: Εκστρατεία... <https://t.co/qeiqzCIVMz>



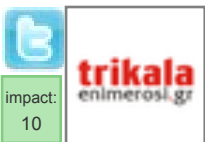
09/03/2017 14:56 | Ελληνική Ιατρική Εταιρεία Παχυσαρκίας: Timeline Photos 9 Μαρτίου είναι η Παγκόσμια Μέρα Νεφρού! Οι παχύσαρκοι ασθενείς έχουν 83% κίνδυνο εμφάνισης νεφρικής νόσου #obesity #worldkidneyday



09/03/2017 13:51 | Faros-24.gr: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; του Αλέξανδρου Γιατζίδη, M.D., medlabnews.gr Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφροπάθεια. Η



09/03/2017 18:18 | Φαρμακείο Ελενης Κων.τζαγκα: Onmed.gr Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών



09/03/2017 14:38 | trikalaenimeros: Η πρότυπη μονάδα Meteora NEPHROLIFE για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/SBIU8rFFXe> <https://t.co/jfZzi1Hdrrp>



09/03/2017 14:30 | Global Sustain: Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για...



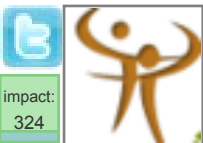
09/03/2017 17:47 | eleftherianews: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/TbJlvX6ly4>



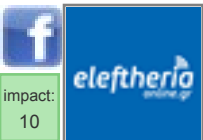
09/03/2017 13:33 | www.gossip-tv.gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών Σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιόλας



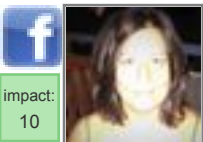
09/03/2017 16:59 | Εφημερίδα Μακεδονία: Διπλάσιοι οι ασθενείς με νεφρική νόσο λόγω παχυσαρκίας την τελευταία διετία Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία



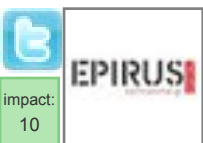
09/03/2017 18:25 | Coloproct: The latest The Athens Colorectal Group Daily! <https://t.co/rXpFxsGNme> Thanks to @mnt_colorectal @AdonisGeorgiadi #worldkidneyday



09/03/2017 17:39 | Εφημερίδα «Ελευθερία» - eleftheriaonline.gr: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, η οποία γιορτάζεται κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου.



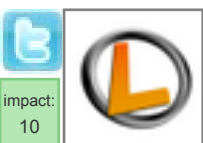
09/03/2017 13:03 | Πέπη Οικονόμου - Diet: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.
Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



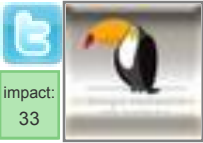
09/03/2017 16:49 | EpirusPortal: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών - <https://t.co/mw7ImZ0mYB> | <https://t.co/K4HVgheVdx>



09/03/2017 13:38 | newsbomb.gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι οκτώ «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών Δώστε προσοχή! Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιόλας για να προστατεύσετε τα νεφρά σας και να μειώσετε τον κίνδυνο

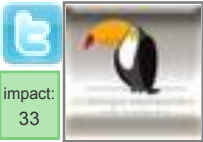


09/03/2017 14:20 | Laconialive: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: “Κλειδί” για γερά νεφρά ο υγιής τρόπος ζωής <https://t.co/HUknyHKQEn> #laconialive



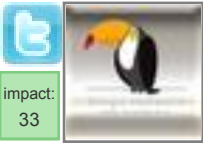
09/03/2017 17:50 | **BlogyNews**: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς <https://t.co/8rqjEQSgmD> #

impact:
33



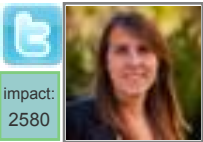
09/03/2017 17:48 | **BlogyNews**: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς <https://t.co/vUCne1hYNv> #

impact:
33



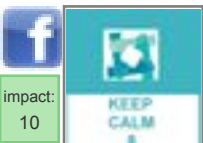
09/03/2017 17:48 | **BlogyNews**: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς <https://t.co/92badHRQ45> #

impact:
33



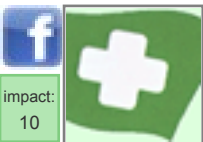
09/03/2017 16:56 | **eleftsouni**: RT @jmcampis: Today is #WorldKidneyDay. Lots of people have no idea how important your kidneys are- make sure you look after yours!! <https://t.co/92badHRQ45>

impact:
2580



09/03/2017 13:41 | **Σύμμαχοι Υγείας**: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ίδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.
Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

impact:
10



09/03/2017 16:51 | **Φαρμακείο Ζωγράφου**: Onmed.gr Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών

impact:
10



09/03/2017 17:05 | **AggelosAlexi**: RT @NHSOrganDonor: Today is #WorldKidneyDay. Spread the word and join the organ donor register. <https://t.co/GpY4CSbnG5>
<https://t.co/Azyr1J...>

impact:
374



09/03/2017 17:01 | **eFamilygr**: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας <https://t.co/jAluooTeNF>

impact:
85



09/03/2017 16:57 | **makthes**: Διπλάσιοι οι ασθενείς με νεφρική νόσο λόγω παχυσαρκίας την τελευταία δεκαετία <https://t.co/lhXW8WTxf3> <https://t.co/hswewiixAe>

impact:
1892



09/03/2017 16:31 | **healthingr**: Η παχυσαρκία συντελεί στην ανάπτυξη χρόνιας νεφρικής νόσου <https://t.co/8A1s0zBVdo>

impact:
1063



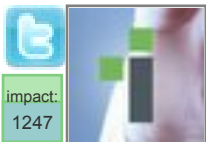
09/03/2017 16:26 | **in_gr**: Η παχυσαρκία συντελεί στην ανάπτυξη χρόνιας νεφρικής νόσου <https://t.co/aEHh4q0JTm>

impact:
96313



09/03/2017 13:03 | **fatsimaremag**: Τρίκαλα Meteora NEPHROLIFE για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού | <https://t.co/ZZAvqcjuey> <https://t.co/Cj2IKVrwo5> μέσω του χρήστη @fatsimaremag

impact:
10



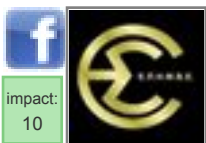
09/03/2017 15:55 | **iatropedia**: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας... <https://t.co/ugjxIACxwj>

impact:
1247



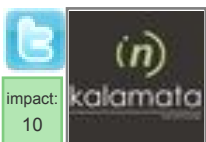
09/03/2017 15:30 | **Φαρμακείο Μπανιώτη Χρήστου**: Onmed.gr Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσό κανόνες» προστασίας των νεφρών

impact:
10



09/03/2017 14:24 | **Ένωση Συντακτών Βορείου Ελλάδος**: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι οκτώ «χρυσό κανόνες» προστασίας των νεφρών Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιόλας για να προστατεύσετε τα νεφρά σας και να μειώσετε τον κίνδυνο

impact:
10



09/03/2017 11:03 | **kalamatain**: 9 Μαρτίου – Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/h0b6i7fyco>

impact:
10



09/03/2017 13:46 | **ΙΔΕΕΣ ideesmag**: Η πρώτη και πρότυπη ιδιωτική Μονάδα Χρόνιας Αιμοκάθαρσης στα Τρίκαλα Meteora NEPHROLIFE για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Όπως επισημαίνει...

impact:
10



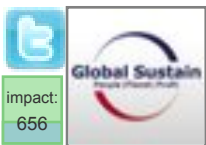
impact:
10

09/03/2017 10:05 | MessiniaRadio.gr: Timeline Photos Πέμπτη 9 Μαρτίου 2017 Ανατολή Ήλιου: 06:42 Δύση Ήλιου: 18:27 Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Γιορτάζουν: Καισάριος, Καισαρία, Σαράντης, Σαραντία Δείτε μας LIVE www.messiniawebtv.gr Ακούστε μας LIVE www.cityfm.gr 10:00-13:00 Γιώργος Κρυπάρος Kriparos George Kriparos City Fm 103,8 27210 - 63253 Στείλτε τα μηνύματα σας στην σελίδα μας στο Facebook City fm 103,8 !!!



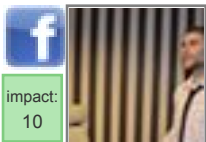
impact:
1940

09/03/2017 10:03 | PanosCOE: RT @jmccampis: Today is #WorldKidneyDay. Lots of people have no idea how important your kidneys are- make sure you look after yours!! <https://...>



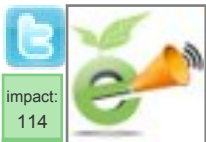
impact:
656

09/03/2017 14:30 | GISustain: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/A5a7SOMKjI>



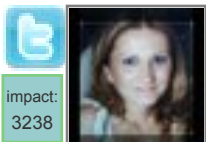
impact:
10

09/03/2017 10:59 | Παξιμαδάς Χρήστος, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος M.Sc Nutrimed Ζωγράφου: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Infographic του Πανελλήνιου Συλλόγου Διαιτολόγων - Διατροφολόγων για την σημερινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο. Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



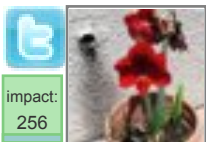
impact:
114

09/03/2017 14:18 | e_angelacom: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/2Wu39J5cYB> #υγεια



impact:
3238

09/03/2017 14:17 | KasianiKosmidou: RT @Queen_gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/aK6MSzEORD>



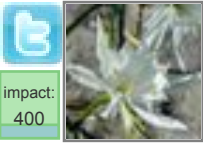
impact:
256

09/03/2017 14:18 | m_panagi: RT @Queen_gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/aK6MSzEORD>



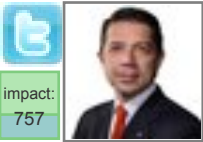
impact:
10

09/03/2017 13:38 | prionokordela: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι οκτώ «χρυσί κανόνες» προστασίας των νεφρών Δώστε προσοχή! Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιόλας για να προστατεύσετε τα νεφρά σας και να μειώσετε τον κί



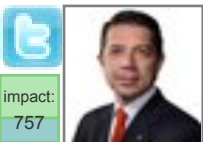
09/03/2017 14:09 | **IoannaZamagia1**: RT @Queen_gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσό κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/aK6MSzEORD>

impact:
400



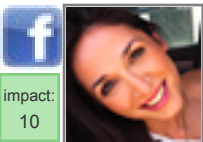
09/03/2017 14:08 | **DrHydration**: RT @H4HInitiative: Celebrate @worldkidneyday Adopt healthier lifestyle and drink #water #h4hInitiative <https://t.co/JJg5JVzqN7>

impact:
757



09/03/2017 14:10 | **DrHydration**: RT @kidneycanada: #WorldKidneyDay promotes healthy fluid intake: choose water over soft drinks! Eat well and keep fit! #move4kidneys <https://t.co/...>

impact:
757



09/03/2017 12:06 | **Dorina Sialvera - Nutrimed Ampelokipoi**: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Σήμερα είναι η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infografic του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων- Διατροφολόγων θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

<http://www.hda.gr/pagkosmia-imera-nefroy-2017/> Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

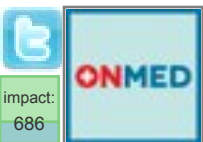
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



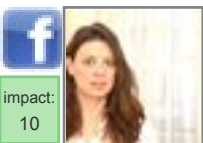
09/03/2017 10:00 | **Χρυσές Ευκαιρίες (Xryses Efkeries)**: Timeline Photos
ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ
ΗΜΕΡΑ ΝΕΦΡΟΥ

impact:
10



09/03/2017 14:00 | **onmedgr**: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσό κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/8yxEs0TIVg>

impact:
686



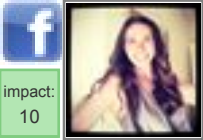
09/03/2017 12:51 | **ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ- ΦΑΝΗ ΠΡΕΒΕΝΤΗ**: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

impact:
10

impact:
20912

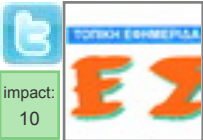
09/03/2017 13:53 | **Queen_gr**: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/aK6MSzEORD>

impact:
10

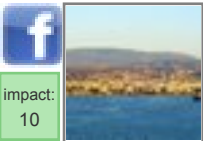
09/03/2017 12:56 | **Βάσια Μανίκα, κλινικός διαιτολόγος- διατροφολόγος:**

Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού σήμερα και ορίστε ένα πολύ κατατοπιστικό και απλό infographic από τον Πανελλήνιο Σύλλογο Διαιτολόγων- Διατροφολόγων για το θέμα. Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

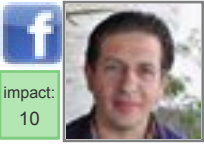
Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

impact:
10

09/03/2017 08:45 | **ELEMESOS**: Παγκόσμια Ημέρα ευαισθητοποίησης του κοινού σχετικά με τη Χρόνια Νεφροπάθεια <https://t.co/vDuKOHyB6K>

impact:
10

09/03/2017 08:45 | **Efimerida Lemesos Εφημερίδα Λεμεσός:** Παγκόσμια Ημέρα ευαισθητοποίησης του κοινού σχετικά με τη Χρόνια Νεφροπάθεια Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρε...

impact:
10

09/03/2017 12:37 | Παθολόγος Τσέρκης Ηλίας: Timeline Photos Παχυσαρκία: Ο άγνωστος εχθρός των νεφρών

Η παγκόσμια επιδημία της παχυσαρκίας δεν αυξάνει μόνο τα κρούσματα καρδιαγγειακών παθήσεων, διαβήτη και καρκίνου (συμπεριλαμβανομένου του καρκίνου του νεφρού), αλλά και εκείνα της χρόνιας νεφρικής νόσου και της νεφρολιθίασης, προειδοποιούν έλληνες και ξένοι ειδικοί.

Με αφορμή τη σημερινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, η οποία είναι αφιερωμένη στην προστασία των νεφρών από τα περιττά κιλά, οι ειδικοί επισημαίνουν ότι το περίσσιο σωματικό βάρος αποτελεί έναν από τους μεγαλύτερους αλλά και άγνωστους στο ευρύ κοινό εχθρούς τους.

Όπως εξηγεί ο χειρουργός - ουρολόγος δρ Ηρακλής Πούλιας, πρόεδρος της Ελληνικής Ουρολογικής Εταιρείας και επιστημονικός συνεργάτης του Ομίλου Υγεία, η συσσώρευση περιττών κιλών μπορεί να βλάψει τους νεφρούς με άμεσο και έμμεσο τρόπο.

«Ο άμεσος τρόπος είναι ότι τους αναγκάζει να εργάζονται πιο σκληρά, διηθώντας περισσότερο αίμα από το φυσιολογικό, για να ικανοποιήσουν τις μεταβολικές ανάγκες του αυξημένου σωματικού βάρους» λέει. «Όταν, όμως, ένα όργανο υπερλειτουργεί σε χρόνια βάση, υπάρχει κίνδυνος να εξαντληθεί και, εν προκειμένω, η εξάντληση αυτή θα εκδηλωθεί με τη μορφή της χρόνιας νεφρικής νόσου».

Ο έμμεσος τρόπος είναι ότι αυξάνει τον κίνδυνο ανάπτυξης διαβήτη και υπέρτασης, που αποτελούν τους κύριους παράγοντες κινδύνου για χρόνια νεφρική νόσο. Υπολογίζεται ότι από το σχεδόν ένα εκατομμύριο Έλληνες που έχουν ενδείξεις αρχόμενης νεφρικής νόσου, περίπου το 70% έχει υποστεί βλάβες εξαιτίας των αυξημένων επιπέδων σακχάρου ή/και αρτηριακής πίεσης.

Σύμφωνα με διεθνή επιδημιολογικά δεδομένα, οι υπέρβαροι έχουν 1,5 φορές περισσότερες πιθανότητες χρόνιας νεφρικής νόσου απ' ό,τι οι συνομήλικοί τους με φυσιολογικό σωματικό βάρος, ενώ οι παχύσαρκοι διατρέχουν διπλάσιο κίνδυνο.

Αναλόγως με το πόσα περιττά κιλά έχουν, διατρέχουν επίσης έως επτά φορές μεγαλύτερο κίνδυνο να εκδηλώσουν τελικού σταδίου νεφρική νόσο, σύμφωνα με τη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας που έχει θεσπίσει την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.

Ιδιαίτερα αυξημένος είναι ο κίνδυνος νεφρικών προβλημάτων και σε όσους πάσχουν από μεταβολικό σύνδρομο, επισημαίνει ο δρ Πούλιας. «Οι ασθενείς αυτοί ουσιαστικά διαθέτουν ταυτόχρονα τρεις ή περισσότερους παράγοντες κινδύνου για καρδιαγγειακά προβλήματα και διαβήτη, οι οποίοι όμως συμβάλλουν και στην ανάπτυξη νεφρικής νόσου» εξηγεί.

Οι παράγοντες αυτοί είναι η μεγάλη περίμετρος μέσης (δηλαδή η ανδρικού τύπου παχυσαρκία που οφείλεται στη συσσώρευση των περιττών κιλών στην κοιλιά), τα υψηλά επίπεδα τριγλυκεριδίων, τα χαμηλά επίπεδα καλής (ή HDL) χοληστερόλης, η αυξημένη αρτηριακή πίεση και τα αυξημένα επίπεδα σακχάρου ακόμα και όταν είναι νηστικοί (γλυκόζη νηστείας).

Μελέτες έχουν δείξει πως οι ασθενείς που διαθέτουν και τους πέντε αυτούς παράγοντες έχουν τριπλάσιες πιθανότητες νεφρολιθίασης απ' όσες οι συνομήλικοί τους που δεν έχουν κανένα, ενώ διατρέχουν και τουλάχιστον 20%-30% μεγαλύτερο κίνδυνο να εκδηλώσουν χρόνια νεφρική νόσο.

Ακόμα σοβαρότερο, όμως, είναι το γεγονός πως όλ' αυτά μπορεί να συμβούν νωρίς στη ζωή. Σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύθηκε πέρυσι τον Μάιο στην επιστημονική επιθεώρηση «PLoS One», το 6% των παχύσαρκων εθελοντών ηλικίας 20-40 ετών είχαν αυξημένα επίπεδα πρωτεΐνης (λευκώματος) στα ούρα. Η κατάσταση αυτή ονομάζεται λευκωματουρία και αποτελεί ένδειξη ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά και υπάρχει κίνδυνος νεφρικής νόσου.

Τα καλά νέα, πάντως, είναι ότι η απώλεια των περιττών κιλών «μπορεί να αντιστρέψει ή να επιβραδύνει την εξέλιξη της νεφρικής νόσου» τονίζει ο δρ Πούλιας. «Μελέτες έχουν δείξει πως όταν η απώλεια βάρους δεν μπορεί να επιτευχθεί ή δεν είναι ικανοποιητική με δίαιτα και γυμναστική, ο ασθενής πρέπει να βοηθηθεί με ιατρικές θεραπείες, συμπεριλαμβανομένης τελικά και της βαριατρικής χειρουργικής».

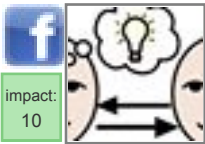
Η παχυσαρκία έχει λάβει διαστάσεις επιδημίας στον κόσμο, καθώς το 2014 ο αριθμός των κρουσμάτων της στις ηλικίες άνω των 18 ετών έφθασε τα 600 εκατομμύρια, ενώ άλλα 1,3 δισεκατομμύρια άνθρωποι ήταν υπέρβαροι, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.

Info

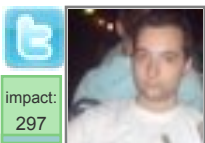
Η φετινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού (9 Μαρτίου) είναι αφιερωμένη στην προστασία των νεφρών από την παχυσαρκία και το σύνθημά της είναι: «Νεφρική νόσος και παχυσαρκία Υγιεινός τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς»



09/03/2017 13:45 | Queen_gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/HhodXDDeo3> <https://t.co/72Bho9jf1t>



09/03/2017 09:20 | "Rwtiste mas. Mporei na kseroume": 9 Μαρτίου - Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφροπάθεια. Τα νεφρά (δύο τον αριθμό στον ανθρώπινο οργανισμό) είναι



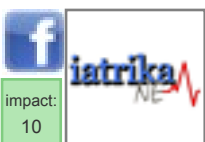
09/03/2017 13:28 | Christos1925: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι οκτώ «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/5PA0WT4OkB> <https://t.co/4fztnvuyKq>



09/03/2017 11:10 | daily-news.gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών #Υγεία #νεφρά #ΝΕΦΡΑ_ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ #ΝΕΦΡΙΚΗ_ΝΟΣΟΣ #νεφροπάθεια Από το 2006, η δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου έχει καθιερωθεί ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, με πρωτοβουλία της Διεθνούς Εταιρείας Νεφρολογίας (ISN) και της Διεθνούς Ομοσπονδίας Ιδρυμάτων Νεφρού (IFKF). Για το 2017, το θέμα της εκστρατείας είναι «Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιεινός Τρόπος Ζωής για Υγιή



09/03/2017 09:30 | Nutrimode: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο. Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



09/03/2017 08:53 | Iatrikana.gr: Τι είναι η οξεία νεφρική βλάβη και ποιοι οι παράγοντες που την προκαλούν; Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Ημέρα είναι η Παγκόσμια ημέρα νεφρού. Εκατομμύρια άνθρωποι κάθε χρόνο σε παγκόσμιο επίπεδο αντιμετωπίζουν πρόβλημα Οξείας Νεφρικής Βλάβης, η οποία αν και αναστρέψιμη είναι δυνατόν να οδηγήσει εκατοντάδες χιλιάδες ασθενών στην αιμοκάθαρση, ενώ συνοδεύεται από αυξημένα ποσοστά θνησιμότητας..

Read more: http://medlabgr.blogspot.com/2013/03/blog-post_13.html#ixzz4aoE67uGQ
Σκοπό έχει την ιατρική ενημέρωση, με απλό αλλά τεκμηριωμένο



09/03/2017 13:05 | FATSIMARE.GR: Τρίκαλα Meteora NEPHROLIFE - Η πρώτη και πρότυπη ιδιωτική Μονάδα Χρόνιας Αιμοκάθαρσης για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού | www.fatsimare.gr Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.



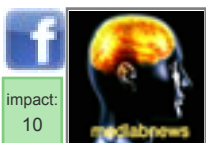
09/03/2017 11:02 | apela.gr: 9 Μαρτίου 2017: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Η Διεθνής Εταιρεία Νεφρολογίας (ISN) και η Διεθνής Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων (IFKF) όρισαν τη δεύτερη Πέμπτη του Μάρτη ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.



09/03/2017 13:10 | mapdevil: Advertise #worldkidneyday @oneminutebriefs
<https://t.co/LwqBC6yx5Y>



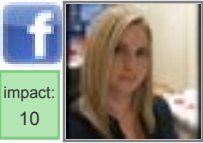
09/03/2017 12:21 | ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ-Επιστήμη- Ανθρωπισμός: Vasileios Drakopoulos MD, PhD, FACS 9 Μαρτίου 2017: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.
 Από το 2006 κατόπιν πρωτοβουλίας της Διεθνούς Εταιρείας Νεφρολογίας (ISN) και της Διεθνούς Ομοσπονδίας Ιδρυμάτων Νεφρού (IFKF), η δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου έχει θεσπιστεί ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.
 Το θέμα της φετινής εκστρατείας είναι «Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιεινός Τρόπος Ζωής για Υγιή Νεφρά».
 Η παχυσαρκία είναι μία χρόνια νόσος που έχει εξελιχθεί παγκόσμια σε επιδημία και αποτελεί έναν εξαιρετικά ισχυρό παράγοντα κινδύνου για την ανάπτυξη Χρόνιας Νεφρικής Νόσου (ΧΝΝ), αλλά και την εξέλιξή της σε τελικό στάδιο, καθότι αναπτύσσει μείζονες παράγοντες κινδύνου για τη ΧΝΝ, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και η αρτηριακή υπέρταση, αλλά έχει και άμεσο αντίκτυπο στην υγεία των νεφρών.
 Η πρόληψη της Παχυσαρκίας, μέσω επαγρύπνησης, ενημέρωσης και υιοθέτησης ενός υγιεινού τρόπου ζωής, η αντιμετώπισή της στα αρχικά της στάδια με σωστή διατροφή και άσκηση ή η Χειρουργική αντιμετώπισή της σε περιπτώσεις Νοσογόνου Παχυσαρκίας είναι βασικοί παράγοντες πρόληψης της επίπτωσής της στη νεφρική λειτουργία.
 Μπορείτε να υπολογίσετε τον Δείκτη Μάζας Σώματός σας και να ενημερωθείτε για τους τρόπους Λαπαροσκοπικής Χειρουργικής Αντιμετώπισης της Νοσογόνου Παχυσαρκίας στο www.vasileiosdrakopoulos.com
 Περισσότερες πληροφορίες για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού στο www.worldkidneyday.org
 #WorldKidneyDay



09/03/2017 08:52 | Medlabnews.gr Ιατρικά Νέα: Σήμερα είναι η Παγκόσμια ημέρα νεφρού
 Εκατομμύρια άνθρωποι κάθε χρόνο σε παγκόσμιο επίπεδο αντιμετωπίζουν πρόβλημα Οξείας Νεφρικής Βλάβης, η οποία αν και αναστρέψιμη είναι δυνατόν να οδηγήσει εκατοντάδες χιλιάδες ασθενών στην αιμοκάθαρση, ενώ συνοδεύεται από αυξημένα ποσοστά θνησιμότητας.



09/03/2017 09:00 | Σαν Σήμερα .gr: Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για...



impact:

10

09/03/2017 11:05 | Ελίνα Ασημακοπούλου, Διαιτολόγος - Διατροφολόγος BSc:

Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
 #ElinaDiatrofi #hda #CKD #worldkidneyday Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



impact:

10

09/03/2017 10:52 | Σπιρτόκουτο: Aqua - Barbie Girl Καλημέρα Σπρτκτα Παγκόσμια

ημέρα Νεφρού σήμερα. Την ίδια μέρα το 1959 ντεμπουτάρει η Barbie στα ράφια των καταστημάτων και θέτει τα σάνταρ στα νεανικά μυαλά περί του ορισμού της ομορφιάς.

Το 1824 αρχίζει ο εμφύλιος στην Ελλάδα ενώ το 1997 πεθαίνει ο The Notorious B.I.G. Anyway. Τον καφέ μας τον ξέρετε.

Ξέρετε πόσο ταιριάζει ένας Brazilian Single Estate dripped από V60 με αυτό τον καιρό; ΠΟΛΥ. Music video by Aqua performing Barbie Girl. (C) 1997 Universal Music (Denmark) A/S



impact:

10

09/03/2017 09:54 | Διατροφή & Υγεία: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων -

Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



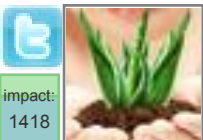
impact:

10

09/03/2017 10:07 | Νεφροϊατρική - Νεφρός Νέας Ιωνίας:

<http://www.nefros.gr/pagkosmia-imera-nefrou-2/> Η Διεθνής Εταιρεία Νεφρολογίας (ISN)

και η Διεθνής Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων (IFKF) όρισαν τη δεύτερη Πέμπτη του Μάρτη ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η καθιέρωση της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού έχει ως σκοπό την ευαισθητοποίηση του κοινού για τη σημασία των νεφρών στη γενική υγεία, ως μια προσπάθεια μεί...



impact:

1418

09/03/2017 11:48 | ElissaiosTzel: Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου

καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή...

<https://t.co/Ewk0Wlxfg7>

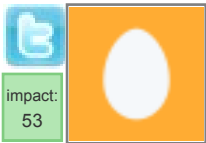


impact:
10

09/03/2017 10:32 | Life & Nutrition - Νίκα Κάσδαγλη Διαιτολογικό γραφείο:

Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ίδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

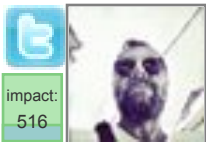
Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



impact:
53

09/03/2017 11:21 | kithiraneews: Νέα και Ανακοινώσεις των Κυθήρων &

Αντικυθήρων: 9 Μαρτίου 2017: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/wc6jMUuic7>



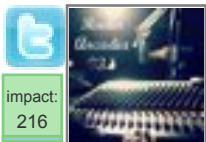
impact:
516

09/03/2017 11:24 | PanosKarvounis: RT @cityfm92: Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. <https://t.co/ftnWLaa9Gc>



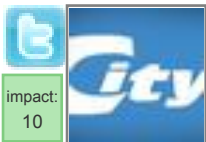
impact:
121

09/03/2017 11:10 | DailyNewsGR: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών #Υγεία #νεφρά #ΝΕΦΡΑ_ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ #ΝΕΦΡΙΚΗ_ΝΟΣΟΣ... <https://t.co/ZLrXNGFpKQ>



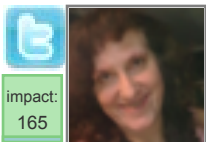
impact:
216

09/03/2017 10:49 | RadioArcadia938: Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή... <https://t.co/63FnSDY366>



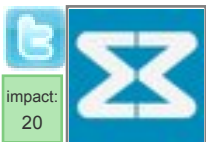
impact:
10

09/03/2017 10:19 | cityfm92: Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. <https://t.co/ftnWLaa9Gc>



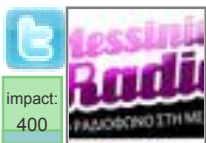
impact:
165

09/03/2017 10:27 | xydisofia: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/PhIFHOUTd4>



impact:
20

09/03/2017 09:00 | SanSimeraGr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/JFBur1Q10A>



impact:
400

09/03/2017 10:05 | messiniaradio: Πέμπτη 9 Μαρτίου 2017 Ανατολή Ήλιου: 06:42 – Δύση Ήλιου: 18:27 Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Γιορτάζουν: Καισάριος,... <https://t.co/d5Njyl3Nzg>



impact:
436

09/03/2017 10:04 | cityfmkalamata: Πέμπτη 9 Μαρτίου 2017 Ανατολή Ήλιου: 06:42 – Δύση Ήλιου: 18:27 Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Γιορτάζουν: Καισάριος, ...
<https://t.co/odg2suhQ6X>



impact:
10

09/03/2017 09:29 | It's T.1.M.e.: 9 Μαρτίου - Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού #σήμερα Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας ...

impact:
10**09/03/2017 09:20 | OSOI GOUSTAROUN 80s EDW. NA DW POSOI EIMASTE: 9**

Μαρτίου - Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφροπάθεια. Τα νεφρά (δύο τον αριθμό στον ανθρώπινο οργανισμό) είναι

impact:
675**09/03/2017 09:35 | proklitiko:** Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/i0GGFgImpL>impact:
124**09/03/2017 09:29 | itistimegr:** 9 Μαρτίου - Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού #σήμερα <https://t.co/6ANPh5x3pm>impact:
10**09/03/2017 09:00 | Φαρμακείο Χ. Παντελίδης:** ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΝΕΦΡΟΥ Η

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου στοχεύοντας στην κινητοποίηση της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων αρχών και του κοινού για την πρόληψη και προαγωγή της υγείας των νεφρών. Φέτος γιορτάζεται σήμερα 9 Μαρτίου.

Στην Ελλάδα, η εκστρατεία υποστηρίζεται από την Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ) με δράσεις ενημέρωσης σχετικά με τα νεφρικά νοσήματα και υποστήριξη των επαγγελματιών υγείας.

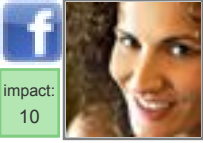
Μελέτες που προέρχονται από τις ΗΠΑ αλλά και την Ευρώπη παρέχουν ενδείξεις ότι περίπου το 10% του πληθυσμού πάσχει από Χρόνια Νεφρική Νόσο (ΧΝΝ). Αυτό σημαίνει ότι περίπου 1.000.000 Έλληνες εμφανίζουν προβλήματα με τους νεφρούς ενώ σε ποσοστό 10% (δηλ. σε 100.000 άτομα) τα προβλήματα αυτά είναι αρκετά σοβαρά. Το 10% των ατόμων με αρκετά σοβαρά προβλήματα από τους νεφρούς, δηλαδή περίπου 10.000 άτομα στην Ελλάδα, πάσχουν από τελικό στάδιο χρόνιας νεφρικής νόσου (ΧΝΝ) και για να επιβιώσουν υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση ή περιτοναϊκή κάθαρση ή/και μεταμόσχευση νεφρού.

Η κατάσταση αυτή σχετίζεται με εμφάνιση επιπλοκών από πολλά όργανα και ιδιαίτερα από την καρδιά, τα αγγεία και τα οστά και κοστίζει στην παγκόσμια κοινότητα κάθε χρόνο χιλιάδες νεκρούς και δισεκατομμύρια ευρώ από την ιλιγγιώδη αύξηση του κόστους νοσηλείας αλλά και του κόστους αιμοκάθαρσης και των φαρμάκων που χορηγούνται για την αντιμετώπιση των επιπλοκών της νόσου. Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία

impact:
40**09/03/2017 09:10 | tzkarnezi:** Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η... <https://t.co/ouBKHF7th>

impact:
262**09/03/2017 09:01 | FamousRooster:** RT @SanSimeraGr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/JFBur1Q10A>

impact:
10**09/03/2017 08:53 | Κρυσταλλία Δ. Κόλια, Κλινική Διαιτολόγος- Διατροφολόγος:**

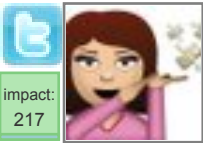
Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

impact:
10**09/03/2017 08:21 | Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων:** Timeline Photos Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

impact:
10**09/03/2017 07:43 | TIMBAKI:** Παγκόσμια Ημέρα Νεφρούimpact:
217**09/03/2017 00:35 | faymple:** Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/EesNoGrfJh>
<https://t.co/yPLjmA1Vb8>impact:
6321**09/03/2017 00:20 | neolaia:** 9 Μαρτίου: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού!
<https://t.co/W1OabEWE8K> <https://t.co/vtyDHOKADS>



impact:
10

09/03/2017 19:13 | Ιατρείο Στυλιανού Δερμιτζάκη: Timeline Photos ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΝΕΦΡΟΥ
9 ΜΑΡΤΙΟΥ

Οι νεφροί είναι δύο μικρά όργανα σε σχήμα φασολιού, που ζυγίζουν 120-170 γραμμάρια ο καθένας. Αποτελούν το 0.5 % της μάζας του σώματος, ενώ δέχονται το 20% της καρδιακής παροχής (40 φορές περισσότερη αιμάτωση από τη μέση αιμάτωση των άλλων οργάνων.) Οι νεφροί αποβάλλουν 1.5-2.5 λίτρα ούρων το 24ώρο. Αποτελούν τα «φίλτρα» του οργανισμού, καθαρίζοντας αυτόν από τις άχρηστες τοξικές ουσίες. Επίσης οι νεφροί παράγουν ορμόνες που είναι απαραίτητες για την παραγωγή των ερυθρών αιμοσφαιρίων (ερυθροποιητίνη), για το μεταβολισμό των οστών (καλσιτριόλη) και την εύρυθμη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος (κυτταροκίνες).

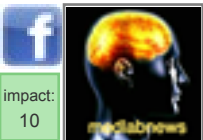
ΠΡΟΣΤΑΤΕΨΤΕ ΤΟΥΣ ΝΕΦΡΟΥΣ ΣΑΣ :

1. Ενυδατωθείτε σωστά (πίνεται 2-2.5 λίτρα νερό την ημέρα).
2. Υγιεινή διατροφή με σταθερό Δείκτη Μάζας Σώματος
3. Μειώστε το αλάτι και ρυθμίστε την αρτηριακή σας πίεση.
4. Διατηρήστε υγιές λιπιδαιμικό προφίλ καταλώνοντας καλά λιπαρά
5. Ρυθμίστε καλά το σάκχαρό σας, όσοι είστε διαβητικοί.
6. Πραγματοποιείτε ετήσιο προληπτικό έλεγχο.



impact:
10

09/03/2017 22:13 | Σεβάσου το συνάνθρωπο με αναπηρία-Μην παρκάρεις πάνω στο πεζοδρόμιο! Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000... Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής...



impact:
10

09/03/2017 22:02 | Medlabnews.gr Ιατρικά Νέα: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Ποιοι οι παράγοντες κινδύνου και πως μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; Το σημερινό θέμα.....

Για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

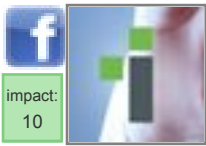
Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια;

Read more: http://medlabgr.blogspot.com/2013/03/blog-post_14.html#ixzz4arR2cNom Η νεφροπάθεια προκαλείται, όταν οι νεφρώνες των νεφρών σας, που λειτουργούν ως φίλτρα αίματος, καταστρέφονται. Αυτό προκαλεί τη συσσώρευση αποβλήτων και υγρών μέσα στο σώμα.



impact:
10

09/03/2017 22:13 | Mou aresei otan blepw to onoma sou stis eidopoeiseis mou: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000... Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής...



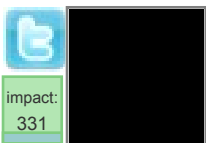
impact:
10

09/03/2017 20:40 | latropedia: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Απλοί κανόνες μπορεί να μειώσουν τον κίνδυνο Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων αρχών και του κοινού για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών. Φέτος η καμπάνια αφορά την εξάλειψη της παχυσαρκίας πο...



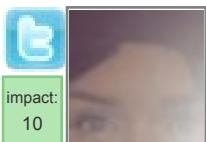
impact:
507

09/03/2017 23:25 | taxydromosvolos: Δεκαπλασιάστηκαν τα κρούσματα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία τα τελευταία χρόνια
<https://t.co/yVe4iOkuX> <https://t.co/hDG8G7S81Q>



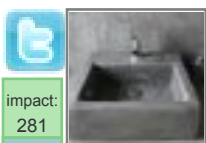
impact:
331

09/03/2017 22:01 | newsitamea: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό... <https://t.co/Mql5n9moed>
<https://t.co/oCR1RfuEzF>



impact:
10

09/03/2017 18:50 | vasilisv2015: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας
<https://t.co/vJO6sEhCOe>



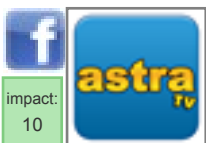
impact:
281

09/03/2017 21:02 | TsimentoPat: RT @raniarangos: Σήμερα δεν θα βγω αλλά μεθαύριο στις 11 Μαρτίου που είναι η Παγκόσμια μέρα νεφρού θα το κάψω



impact:
20215

09/03/2017 20:58 | kgiannakidis: RT @raniarangos: Σήμερα δεν θα βγω αλλά μεθαύριο στις 11 Μαρτίου που είναι η Παγκόσμια μέρα νεφρού θα το κάψω



impact:
10

09/03/2017 18:20 | ASTRATV: Καμπάνια της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρείας για την πρόληψη της υγείας των νεφρών Έχοντας ως αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, η οποία γιορτάζεται κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ) πραγματοποιεί καμπάνια κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών.Με...



impact:
10

09/03/2017 15:39 | Aliko Zikaki - Dietitian / Nutritionist: Timeline Photos Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού σήμερα.
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.
Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.
Στο παρακάτω infographic του Πανελληνίου Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.

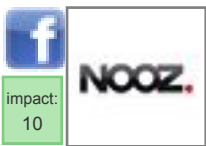


impact:
10

09/03/2017 17:42 | Shape Magazine Greece: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

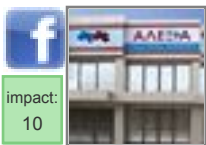
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ίδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



impact:
10

09/03/2017 19:30 | Nooz.gr: Nooz.gr : Αύξηση της νεφρικής νόσου λόγω παχυσαρκίας Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ) Ειδήσεις, επικαιρότητα και τα τελευταία νέα της Ελλάδας και του Κόσμου απο το Nooz.gr. Οικονομία, Επιχειρήσεις και Χρηματιστήριο.



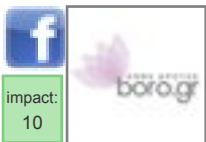
impact:
10

09/03/2017 19:25 | ΑΛΕΞΙΑ - ΜΟΝΑΔΑ ΧΡΟΝΙΑΣ ΑΙΜΟΚΑΘΑΡΣΗΣ: Σήμερα εορτάζεται η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού με σύνθημα της φετινής εκστρατείας "Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιεινός Τρόπος Ζωής για Υγιή Νεφρά».



impact:
18159

09/03/2017 19:43 | 1001ptsGR: Αύξηση της νεφρικής νόσου λόγω παχυσαρκίας
<https://t.co/xsa6MyBeIS> <https://t.co/5plWtzf3Lw>



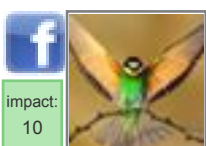
impact:
10

09/03/2017 16:21 | boro.gr Άννα Δρούζα: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: ποιές συμβουλές πρέπει να γνωρίζεις
<http://www.boro.gr/165829/pagkosmia-hmera-nefroy-pois-symvoyles-prepei-na-gnwrizeis>
Τα νεφρά φιλτράρουν το αίμα που κυκλοφορεί μέσα στα αγγεία πολλές φορές μέσα στην ημέρα....



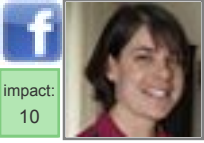
impact:
10

09/03/2017 17:53 | Μητέρα: Timeline Photos 09/3 Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Η Μονάδα Τεχνητού Νεφρού Μητέρα διαθέτει τον πλέον σύγχρονο εξοπλισμό, που συνδυαστικά με το άρτια εκπαιδευμένο προσωπικό της, παρέχει άμεση αντιμετώπιση σε ασθενείς με χρόνια νεφρική ανεπάρκεια. Μάθετε σήμερα περισσότερα εδώ:
<http://bit.ly/2eV4Lko>



impact:
10

09/03/2017 16:44 | Τα Καλύτεροτερα: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; Από το medlabgr Του Αλέξανδρου Γιατζίδη, M.D., medlabnews.gr
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ίδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια

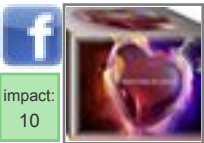


impact:
10

09/03/2017 18:57 | Nutri-book.gr: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.

Στο παρακάτω infographic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



impact:
10

09/03/2017 18:08 | Μαγευτικά Πλάσματα: Δεκαπλασιάστηκαν τα κρούσματα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία τα τελευταία χρόνια

<http://www.protothema.gr/zoi/article/661057/dekaplasiastikan-ta-krousmata-tis-nefrikis-nosou-me-a>

«Η παχυσαρκία είναι ένας από τους ισχυρότερους παράγοντες κινδύνου για ανάπτυξη ΧΝΝ και εξέλιξής της σε ΧΝΝ τελικού σταδίου», ανέφερε ο αντιπρόεδρος της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρεία



impact:
10

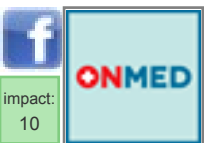
09/03/2017 14:09 | Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων:

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, Πέμπτη 9 Μαρτίου 2017 - ΗΔΑ Σε περίπτωση που θέλετε να κατεβάσετε το infographic σε μορφή PDF μπορείτε να το βρείτε στην ιστοσελίδα του ΠΣΔΔ Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για ...



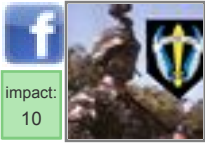
impact:
10

09/03/2017 19:09 | Γκρίζος γάτος: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; του Αλέξανδρου Γιατζίδη, M.D., medlabnews.gr Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρω...



impact:
10

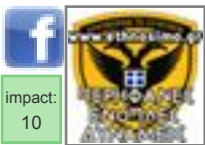
09/03/2017 14:00 | Onmed.gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσί κανόνες» προστασίας των νεφρών Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιόλας για να προστατεύσετε τα νεφρά σας και να μειώσετε τον κί



10/03/2017 07:32 | ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΕΝΟΠΛΕΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



10/03/2017 09:43 | politiconline: RT @raniarangos: Σήμερα δεν θα βγω αλλά μεθαύριο στις 11 Μαρτίου που είναι η Παγκόσμια μέρα νεφρού θα το κάψω - <https://t.co/65i5AxHAz9>



10/03/2017 07:32 | ΠΕΡΗΦΑΝΕΣ ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΕΝΟΠΛΕΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



10/03/2017 07:32 | ΕΛΛΗΝΙΚΕΣ ΕΝΟΠΛΕΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



10/03/2017 05:08 | ygeiaonline: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία: Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! <https://t.co/yG3xm9uYYd> <https://t.co/5fMXzGefUk>



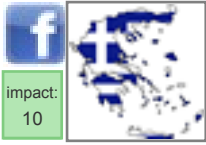
10/03/2017 08:34 | AitoliaKarnania: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία: Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! - <https://t.co/yPltFV1hib>



10/03/2017 07:59 | fox6gr: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία: Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! - <https://t.co/fZU4b6fRMy> - <https://t.co/RcofHWL0aM>



10/03/2017 07:32 | Ολοι οι Ελληνες μαζί: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς #ΤΡΟΦΙΜΑ_ΥΓΕΙΑ_ΣΩΜΑ
Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



10/03/2017 07:32 | Ελλάδα Χώρα Του Φωτός: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



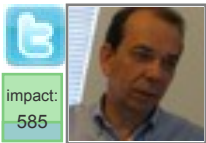
10/03/2017 07:32 | Ελλάδα Σ'αγαπώ: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



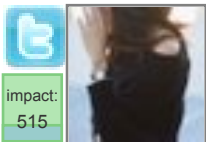
10/03/2017 07:11 | Livemedia.gr: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία



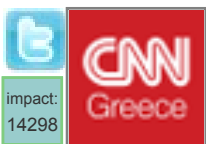
10/03/2017 07:11 | Livemediagr: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/ITVL4odLAA>



10/03/2017 07:14 | DTSAMIS1: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/3EFRNvqsqD>



10/03/2017 06:54 | BlackXristina: RT @CNNgreece: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/7rW07TK5YZ>
<https://t.co/Jfg3Ksv1NB>



10/03/2017 06:50 | CNNgreece: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/7rW07TK5YZ> <https://t.co/Jfg3Ksv1NB>

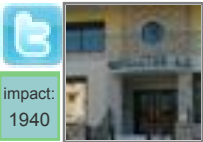


10/03/2017 05:07 | Ygeiaonline.gr: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία: Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! Περίπου 1.0000.0000 Έλληνες εμφανίζουν προβλήματα με τους νεφρούς, ενώ 10.000 άτομα πάσχουν από τελικό στάδιο Χρόνιας Νεφρικής Νόσου
Τη σύνδεση μεταξύ της Νεφρικής Νόσου και της Παχυσαρκίας, καθώς και της σημασίας της έγκαιρης διάγνωσης και πρόληψής τους, ανέδειξε το Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρείας, (ΕΝΕ), στη Συνέντευξη Τύπου που πραγματοποιήθηκε τη Πέμπτη



impact:
10

10/03/2017 00:22 | daily-news.gr: Η παχυσαρκία ένας από τους ισχυρότερους παράγοντες για Χρόνια Νεφρική Νόσο #Υγεία #νεφρά #παχυσαρκία Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, η οποία γιορτάζεται κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου. Με τη



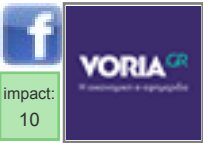
impact:
1940

09/03/2017 21:46 | PHARMASTOCK_SA: RT @IntDiabetesFed: Today is #worldkidneyday: did you know that #Diabetes is the most common cause of #kidney failure? <https://t.co/78KEmlw...>



impact:
10

09/03/2017 22:01 | Newsitamea: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας - Newsitamea Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής κοινότητας,...



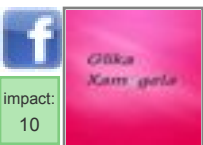
impact:
10

09/03/2017 22:20 | Voria.gr: Εφαλτήριο για νεφροπάθειες η παχυσαρκία Γιατροί προειδοποιούν αναφορικά με την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού για τον επικίνδυνο συνδυασμό νεφροπαθειών και παχυσαρκίας.



impact:
10

09/03/2017 22:13 | Όλα Τα Νέα Σε Μια Σελίδα: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000... Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής...



impact:
10

09/03/2017 22:13 | Glikaxamogela: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000... Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής...



impact:
10

09/03/2017 22:11 | Θέλω Συμμετέχω Υποστηρίζω την Αναπηρία: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας - Newsitamea Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής κοινότητας,...



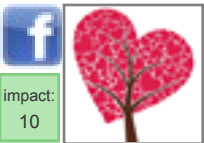
impact:
10

09/03/2017 22:13 | Ειδήσεις Α.με.Α: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000... Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής...



impact:
45

10/03/2017 00:38 | nea_io: Δεκαπλασιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/ynEvNylrul>



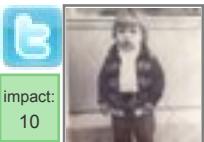
impact:
10

09/03/2017 22:13 | Glikaxamogela.gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000... Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής...



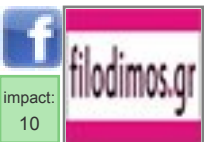
impact:
122

10/03/2017 00:22 | DailyNewsGR: Η παχυσαρκία ένας από τους ισχυρότερους παράγοντες για Χρόνια Νεφρική Νόσο #Υγεία #νεφρά #παχυσαρκία <https://t.co/RVQB71evTP>



impact:
10

10/03/2017 00:00 | manolhs: Η παχυσαρκία ένας από τους ισχυρότερους παράγοντες για Χρόνια Νεφρική Νόσο <https://t.co/dozgxh1DXG>



impact:
10

09/03/2017 19:48 | Εφημερίδα "Φιλόδημος" Αιγίου-"Filodimos" Newspaper of Aigio, Greece: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσό κανόνες» προστασίας των νεφρών Από το 2006, η δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου έχει καθιερωθεί ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, με πρωτοβουλία της Διεθνούς Εταιρείας Νεφρολογίας (ISN) και της Διεθνούς Ομοσπονδίας Ιδρυμάτων Νεφρού (IFKF).
Read More ...



impact:
10

09/03/2017 22:02 | iatrikanea.gr: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Ποιοι οι παράγοντες κινδύνου και πως μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; Το σημερινό θέμα.....
Για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια;
Read more: http://medlabgr.blogspot.com/2013/03/blog-post_14.html#ixzz4arR2cNom Η νεφροπάθεια προκαλείται, όταν οι νεφρώνες των νεφρών σας, που λειτουργούν ως φίλτρα αίματος, καταστρέφονται. Αυτό προκαλεί τη συσσώρευση αποβλήτων και υγρών μέσα στο σώμα.



09/03/2017 20:01 | ΤΑΧΥΔΡΟΜΟΣ: Δεκαπλασιάστηκαν τα κρούσματα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία τα τελευταία χρόνια Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την



09/03/2017 21:55 | Ασφάλειες: 09/3 Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Η Μονάδα Τεχνητού Νεφρού Μητέρα διαθέτει τον πλέον σύγχρονο εξοπλισμό, που συνδυαστικά με το άρτια εκπαιδευμένο προσωπικό της, παρέχει άμεση αντιμετώπιση σε ασθενείς με χρόνια νεφρική ανεπάρκεια. Μάθετε σήμερα περισσότερα εδώ:
<http://bit.ly/2eV4LKo>



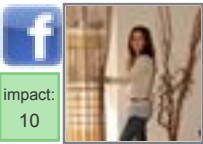
09/03/2017 21:17 | naye_ci: RT @friat_es: Resumen en imágenes del #DiaMundialDelRinon #WorldKidneyDay en colaboración con @Fun_Realmadrid y @anisalud <https://t.co/xn00...>



09/03/2017 19:35 | naye_ci: RT @FerArceAmare: Datos importantes sobre enfermedad Renal Crónica este #DíaMundialdelRiñón #WorldKidneyDay <https://t.co/VjxIB3Hnji>



09/03/2017 19:39 | naye_ci: RT @ICSlimSalud: En el marco de #WorldKidneyDay @TapiaConyer: Entre adolescentes menos del 40% consume frutas regularmente y menos del 30%...

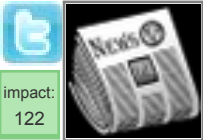


09/03/2017 23:45 | Λαμπρινή Μόσχου - κλινική διαιτολόγος διατροφολόγος:
Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.
Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



impact:
10

10/03/2017 18:11 | daily-news.gr: Η παχυσαρκία, ένοχη για την νεφρική νόσο και την κακή λειτουργία των νεφρών #Υγεία #αιμοκάθαρση #καρδιαγγειακά_νοσήματα #ΜΕΤΑΜΟΣΧΕΥΣΗ_ΝΕΦΡΟΥ Τη σύνδεση μεταξύ της Νεφρικής Νόσου και της Παχυσαρκίας, καθώς και της σημασίας της έγκαιρης διάγνωσης και πρόληψή τους, ανέδειξε το Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρείας, (ΕΝΕ), στη Συνέντευξη Τύπου που πραγματοποιήθηκε την Πέμπτη 9 Μαρτίου, στο ξενοδοχείο Electra Metropolis



impact:
122

10/03/2017 18:11 | DailyNewsGR: Η παχυσαρκία, ένοχη για την νεφρική νόσο και την κακή λειτουργία των νεφρών #Υγεία #αιμοκάθαρση... <https://t.co/9ywbwWeLRI>

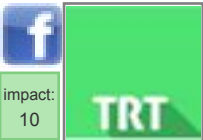


impact:
10

10/03/2017 16:50 | Γραφείο Επιτρόπου Εθελοντισμού και Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων: Timeline Photos >Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού<

Μήνυμα του Επιτρόπου Εθελοντισμού και ΜΚΟ κ.Γιάννη Γιαννάκη «...Εθελοντικές και Μη Κυβερνητικές Οργανώσεις διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο και στον τομέα της διαφώτισης των πολιτών σχετικά με τη δωρεά οργάνων. Σε συνεργασία με την Πολιτεία, εργάζονται για την ευαισθητοποίηση του κοινού, κάνοντας κατανοητό ότι η δωρεά οργάνων αποτελεί «πράξη σωτηρίας» προς τον πάσχοντα συνάνθρωπο μας και οδηγεί στην υπέρτατη προσφορά ζωής»!

<http://www.pio.gov.cy/moi/pio/pio2013.nsf/All/CE578D319A72D0BEC22580DF00265B73?OpenDo>



impact:
10

10/03/2017 16:06 | TRT - ΘΕΣΣΑΛΙΚΗ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ: Βόλος Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού 090317 | ΘΕΣΣΑΛΙΚΗ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ Η σημερινή παγκόσμια ημέρα Νεφρού εκτός από ευκαιρία για την ευαισθητοποίηση των πολιτών στο θέμα της δωρεάς οργάνων, είναι μια ακόμη αφορμή ώστε να επισημανθούν τα σοβαρά προβλήματα σε ότι αφορά στις έλλειψης προσωπικού, στη μονάδα Τεχνητού Νεφρού του Νοσοκομείου Βόλου. Αντί για 22 νοσηλευτές (όπως...



impact:
10

10/03/2017 13:05 | Διαιτολογικό Γραφείο Nutrimed Θεσσαλονίκης: Nutrimed Με αφορμή την χτεσινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού στο παρακάτω infographic του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων-Διατροφολόγων θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς... Με αφορμή την χτεσινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού στο παρακάτω infographic του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων-Διατροφολόγων θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς...



impact:
10

10/03/2017 13:21 | Δείκτης Υγείας Ιατρικό Διαγνωστικό Κέντρο.: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσό κανόνες» προστασίας των νεφρών Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, σας παρουσιάζουμε τα 8 μέτρα που μπορείτε να λάβετε σήμερα κιόλας για να προστατεύσετε τα νεφρά σας και να μειώσετε τον κί

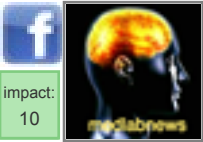


impact:
10

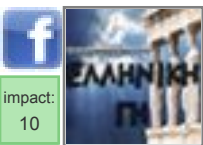
10/03/2017 14:18 | iatrikanea.gr: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! Σκοπό έχει την ιατρική ενημέρωση, με απλό αλλά τεκμηριωμένο



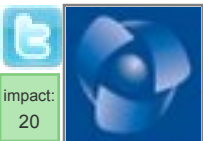
10/03/2017 12:08 | Θρακική Αγορά: ΘΡΑΚΙΚΗ ΑΓΟΡΑ - Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών Από το 2006, η δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου έχει καθιερωθεί ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού,



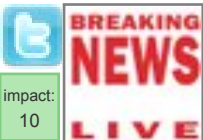
10/03/2017 13:43 | Medlabnews.gr Ιατρικά Νέα: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! Περίπου 1.0000.0000 Έλληνες εμφανίζουν προβλήματα με τους νεφρούς, ενώ 10.000 άτομα πάσχουν από τελικό στάδιο Χρόνιας Νεφρικής Νόσου.Τη σύνδεση μεταξύ της Νεφρικής Νόσου και της Παχυσαρκίας, καθώς και της σημασίας της έγκαιρης διάγνωσης και πρόληψή τους, ανέδειξε το Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνική



10/03/2017 12:17 | ΔΕΝ ΕΠΙΤΡΕΠΟΥΜΕ ΣΕ ΚΑΝΕΝΑΝ ΝΑ ΔΙΕΚΔΙΚΕΙ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΗ !ΞΕΠΟΥΛΗΜΑ ΣΤΟΠ!!!!: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς #ΤΡΟΦΙΜΑ_ΥΓΕΙΑ_ΣΩΜΑ Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



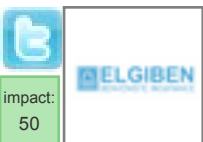
10/03/2017 12:35 | ΡΙΟcy: Μήνυμα του Επιτρόπου Εθελοντισμού και Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων για την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού (9 Μαρτίου). <https://t.co/2TlxeXUqvG>



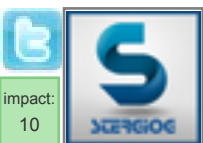
10/03/2017 03:31 | brnewsliveGR: Δεκαπλάσιάστηκε η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/NjHI9IAJPz> <https://t.co/RJZlpHjsD5>



10/03/2017 13:43 | medlabgr: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία – Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! <https://t.co/ge13nXVMbK>



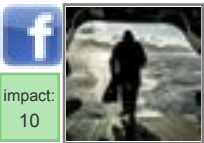
10/03/2017 14:02 | elgiben: Πότε καλύπτεται η νοσηλεία από Νεφρολιθίαση μέσα από τα συμβόλαια υγείας; Με αφορμή την παγκόσμια ημέρα Νεφρού, το... <https://t.co/7wArFLyBXQ>



10/03/2017 10:19 | StergioG: Η παχυσαρκία συντελεί στην ανάπτυξη χρόνιας νεφρικής νόσου <https://t.co/3K3iuMGs22> <https://t.co/BYxOhuFFo3>



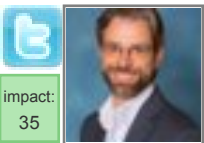
10/03/2017 07:32 | Κωνσταντίνος Ηλιάκης - Αθάνατος και πάντα στις καρδιές μας: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



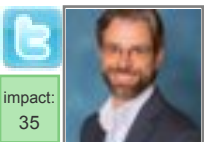
10/03/2017 12:17 | Ο.Υ.Κ Ομάδα Υποβρύχιων Καταστροφών: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
#ΤΡΟΦΙΜΑ_ΥΓΕΙΑ_ΣΩΜΑ Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



10/03/2017 08:34 | Aitolokarnanianews: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία: Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! Τη σύνδεση μεταξύ της Νεφρικής Νόσου και της Παχυσαρκίας, καθώς και της σημασίας της έγκαιρης διάγνωσης και πρόληψής τους, ανέδειξε το Διοικητικό Συμβούλιο της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρείας, (ΕΝΕ), στη Συνέντευξη Τύπου που πραγματοποιήθηκε τη



10/03/2017 12:07 | v_margar: RT @worldkidneyday: Take Care Of Your #Kidneys! Learn More About Our 8 Golden Rules For Healthy Kidneys
<https://t.co/tc6j8OBFPb>
<https://t.c...>



10/03/2017 12:07 | v_margar: RT @PublicHealth: Protect your kidneys. Pledge to maintain a healthy weight: <https://t.co/CvXIKdMYZ> #WorldKidneyDay
<https://t.co/REvYQxVu5z>



10/03/2017 12:07 | v_margar: RT @worldkidneyday: From India To Brazil, From Nigeria To Canada, #WorldKidneyDay Is Grateful For All Your Support...



10/03/2017 09:27 | Δημήτριος Σ. Σίμος Διαιτολόγος - Διατροφολόγος: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων - Διατροφολόγων Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή Εταιρεία Νεφρολογίας και τη Διεθνή Ένωση Νεφρολογικών Ιδρυμάτων για να ευαισθητοποιήσει το κοινό σχετικά με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο.
Στο παρακάτω infografic του Συλλόγου μας θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς.



10/03/2017 11:19 | gn_papageorgiou: Η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από το 2006. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθνή...
<https://t.co/w7kc89PrpH>



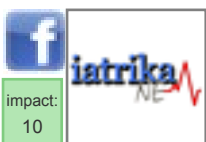
10/03/2017 10:42 | Nutrimed: Timeline Photos Με αφορμή την χτεσινή Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού στο παρακάτω infografic του Πανελληνίου Συλλόγου Διαιτολόγων-Διατροφολόγων θα βρείτε χρήσιμα στατιστικά στοιχεία καθώς και χρήσιμες πληροφορίες για υγιή τρόπο ζωής για υγιείς νεφρούς...



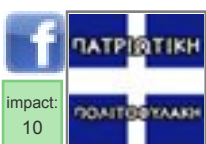
10/03/2017 09:41 | ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ ΚΑΤΑ ΠΛΑΚΑΣ: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: 1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας - Iatropedia.gr Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων αρχών και του κοινού για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών. Φέτος η καμπάνια αφορά την εξάλειψη της παχυσαρκίας πο...



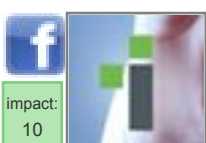
10/03/2017 08:02 | Iatrikanea.gr: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; Ιατρικά Νέα Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; #Υγεία #Ειδήσεις #ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ #ΝΕΦΡΟΛΟΓΙΑ #ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ του Αλέξανδρου Γιατζίδη, M.D., medlabnews.gr Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη Διεθ



10/03/2017 09:43 | Iatrikanea.gr: Ποια τα σημάδια ότι οι νεφροί δεν λειτουργούν φυσιολογικά; Πώς μπορείτε να προλάβετε την νεφροπάθεια; και στο LinkedIn του Αλέξανδρου Γιατζίδη, M.D., medlabnews.gr Από το 2006 η δεύτερη Πέμπτη κάθε Μαρτίου καθορίστηκε ως Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Η πρωτοβουλία ανήκει στη



10/03/2017 07:32 | Πατριωτική Πολιτοφυλακή: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ENE), με αφορμή την Παγκόσμια



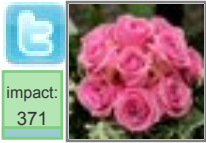
10/03/2017 06:00 | Iatropedia: Νεφρική Ανεπάρκεια:1 εκατ. Έλληνες έχουν προβλήματα και 10.000 είναι σε τελικό στάδιο ανεπάρκειας Απλοί κανόνες μπορεί να μειώσουν τον κίνδυνο Στόχος της Παγκόσμιας Ημέρας Νεφρού, η οποία εορτάζεται από το 2006 κάθε χρόνο τη δεύτερη Πέμπτη του Μαρτίου, είναι η κινητοποίηση της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων αρχών και του κοινού για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών. Φέτος η καμπάνια αφορά την εξάλειψη της παχυσαρκίας πο...

facebook

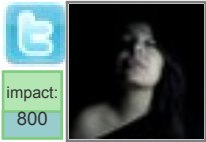
twitter



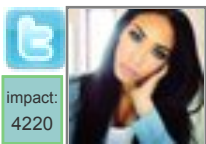
10/03/2017 07:32 | ΥΠΕΡΑΝΩ ΟΛΩΝ Η ΠΑΤΡΙΣ: Καμπάνια: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία-Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς
Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελληνική Νεφρολογική Εταιρεία (ΕΝΕ), με αφορμή την Παγκόσμια



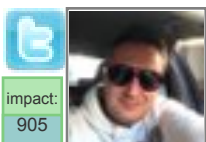
11/03/2017 10:25 | leniak4: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 08:26 | stallitsa30: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



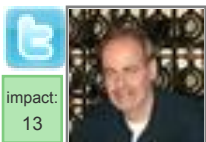
11/03/2017 10:21 | nantia22: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 10:19 | panos1975dimit1: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 10:10 | KostTsav: RT @Boehringer: On #WorldKidneyDay we want people with #T2D to make sure they consider #kidney health! Watch the video to discover...



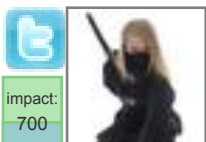
11/03/2017 10:09 | KostTsav: RT @Boehringer: HCPs: Which #diabetes complication do you think people with #T2D worry about most? #WorldKidneyDay



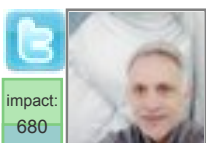
11/03/2017 10:09 | KostTsav: RT @Boehringer: #Kidneydisease in #T2D is linked to other complications, including #cardiovascular disease #WorldKidneyDay
<https://t.co/GrD...>





11/03/2017 10:10 | KostTsav: RT @Boehringer: Today is #WorldKidneyDay focusing on #kidneydisease and #obesity, but both conditions are closely linked to...







11/03/2017 06:08 | OlgaNinja: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28


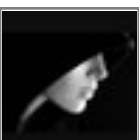




11/03/2017 09:13 | JohnStam13: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



  **11/03/2017 09:35 | b5af26827f5c4ea:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 3166



  **11/03/2017 08:10 | Vassoue1:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 680


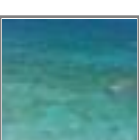
  **11/03/2017 09:27 | altanitsa:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 1611



  **11/03/2017 09:17 | awake2715:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 1457

  **11/03/2017 09:14 | dimyboy:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 9530

  **11/03/2017 09:14 | mporinabgo:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 90

  **11/03/2017 09:00 | YiannakiYiannis:** >Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού<
Μήνυμα του Επιτρόπου Εθελοντισμού και ΜΚΟ κ.Γιάννη Γιαννάκη
<https://t.co/8OC2wvpVn6> <https://t.co/ljfrYGqLhj>
impact: 672

  **11/03/2017 08:52 | akatsioli2012:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 331

  **11/03/2017 08:48 | Dasydo:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 8006

  **11/03/2017 08:41 | evfot:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28
impact: 4456

impact:
2458**11/03/2017 08:37 | athinamore:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
3313**11/03/2017 08:39 | tromproukikwn:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
339**11/03/2017 08:23 | Anna_ozog_nani:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
2961**11/03/2017 07:56 | lenaki_mt:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
7629**11/03/2017 07:57 | roz_orchidea:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
312**11/03/2017 07:52 | kalmamali63:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
545**11/03/2017 07:54 | andreas07G:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
5955**11/03/2017 07:47 | galex1908:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

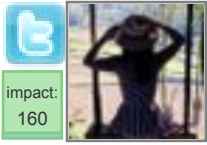
 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
4933**11/03/2017 07:35 | n_spiliopoulos:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

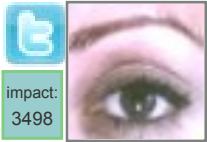
 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28impact:
633**11/03/2017 07:35 | aigagros_:** RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

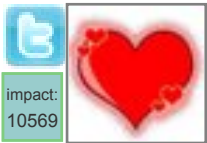
 Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



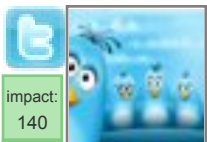
11/03/2017 05:08 | Roula_gsl: RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 07:17 | olgakrev1: RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



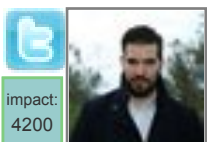
11/03/2017 07:04 | spirosmouries1: RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



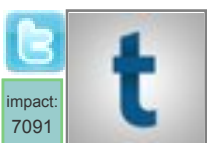
11/03/2017 06:54 | 1971Anei: RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



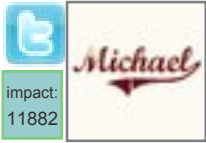
11/03/2017 01:11 | OccidoLumen666: RT @EmpireStateBldg: Tonight, our tower will glow in orange to honor @NKF and its efforts to promote kidney health for #WorldKidneyDay. htt...



11/03/2017 05:14 | FuckedUpKing: RT @JeI_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 00:08 | thestival: Η παχυσαρκία, ένοχη για την νεφρική νόσο και την κακή λειτουργία των νεφρών <https://t.co/Y5h2Xx714m> #Υγεια



11/03/2017 23:25 | **ms_msms**: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

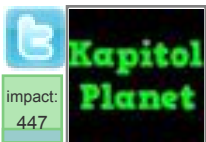
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



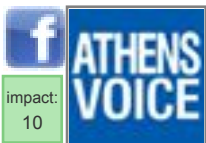
11/03/2017 23:00 | **KapitolPlanet**: Δεκαπλασιάστηκε τα τελευταία χρόνια η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/9VWamGP9Mi> μέσω του @FM_GR_Support



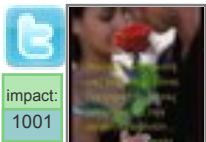
11/03/2017 23:04 | **KapitolPlanet**: Δεκαπλασιάστηκε τα τελευταία χρόνια η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/9VWamGP9Mi> μέσω @KapitolPlanet



11/03/2017 23:04 | **KapitolPlanet**: Δεκαπλασιάστηκε τα τελευταία χρόνια η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία <https://t.co/sGupgdnaFy>



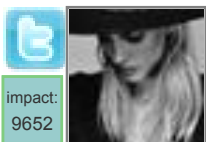
11/03/2017 11:10 | **Athens Voice (official)**: Σήμερα, 11 Μαρτίου, γιορτάζει Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού σήμερα, οπότε προσέξτε την υγεία σας! Και περιμένει τις ευχές!



11/03/2017 20:50 | **marialyta13**: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



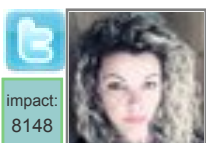
11/03/2017 20:39 | **anastasiakaf**: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



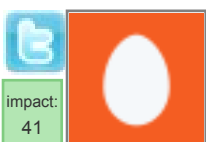
11/03/2017 17:07 | **iatrika.gr**: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! Ιατρικά Νέα Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! #Ειδήσεις #ΝΕΦΡΟΛΟΓΙΑ #ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ #Συνέδρια Περίπου 1.0000.0000 Έλληνες εμφανίζουν προβλήματα με τους νεφρούς, ενώ 10.000 άτομα πάσχουν από τελικό στάδιο Χρόνιας Νεφρικής Νόσου. Τη σύνδεση μεταξύ τ



11/03/2017 17:58 | **evaxaris79**: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 17:51 | **dU5VXozTOWdkzhT**: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, λείει σήμερα. Του ενός. Γιατί το άλλο το έχουμε για την εφορία.



impact:
10

11/03/2017 11:01 | Φαρμακείο Γκιούρδα Χριστίνα - Giourda Pharmacy: Timeline

Photos Η ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΝΕΦΡΟΥ έχει καθιερωθεί από το 2006.

Σκοπός της είναι η πρόληψη και η προαγωγή υγείας των νεφρών.

Οι νεφροί είναι τα πιο σημαντικά όργανα του ουροποιητικού συστήματος. Είναι αρμόδια για το "φιλτράρισμα" και την απορρόφηση του νερού, του αλατιού και των ηλεκτρολυτών. Εξαιτίας αυτού του ρόλου είναι εκτεθειμένοι στις τοξίνες που λαμβάνουμε στην καθημερινή μας ζωή. Η λήψη τοξινών οφείλεται στην κακή διατροφή, εκτεταμένη χρήση φαρμάκων αλλά και στο κάπνισμα. Για να αποφύγουμε τις συνέπειες των τοξινών, όπως είναι για παράδειγμα η δημιουργία πετρών στους νεφρούς μας, θα πρέπει να ακολουθήσετε κάποιους πολύ απλούς κανόνες για την προάσπιση της υγείας των νεφρών μας:

1. Να ασκείστε καθημερινά και να διατηρείτε καλή φυσική κατάσταση
2. Να ελέγχετε σε τακτά διαστήματα τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα
3. Να παρακολουθείτε την αρτηριακή πίεση
4. Να τρώτε υγιεινά και να ελέγχετε το βάρος σας
5. Να φροντίζετε για την ενυδάτωσή σας πίνοντας υγρά
6. Να μην καπνίζετε.

Ξεκινήστε τώρα ακολουθώντας μια αποτοξινωτική διατροφή.

Το γνωρίζετε ότι το καρότο και το αγγούρι είναι ευεργέτες της υγείας των νεφρών??

Παρακάτω θα βρείτε μία πανεύκολη συνταγή smoothie με τα δύο αυτά υλικά για να αποτοξινωθείτε αλλά και να γεμίσετε ενέργεια καθώς οι δύο αυτές τροφές είναι πλούσιες σε βιταμίνες και σε θρεπτικά συστατικά.

#Συστατικά:

- 1 μεγάλο αγγούρι
- 1 μεγάλο καρότο
- 1/2 κούπας νερό

#Διαδικασία:

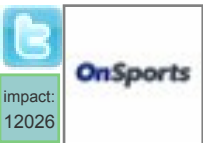
Ξεφλουδίστε το καρότο και το αγγούρι και κόψτε το σε κομματάκια για να είναι πιο εύκολο να τα ανακατέψετε.

Βάλτε τα στο blender και ανακατέψτε τα με το νερό.

Περάστε το χυμό από το σουρωτήρι για να αφαιρέσετε τους σπόρους του αγγουριού.

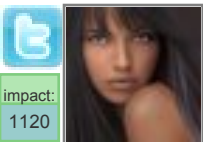
Καλή σας απόλαυση!!!!

#gkiourda #kidneys #smoothies



impact:
12026

11/03/2017 16:05 | OnSportsgr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού: Οι 8 «χρυσοί κανόνες» προστασίας των νεφρών <https://t.co/AsXvcYfrKB> <https://t.co/cBhk6Sjral>

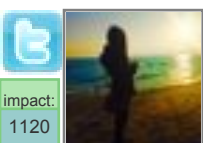


impact:
1120

11/03/2017 11:34 | 94tony19: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28

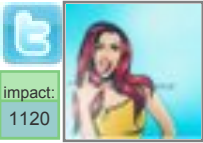


impact:
1120

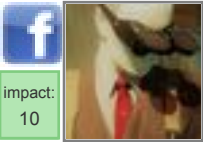
11/03/2017 09:57 | _mariro_: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017

Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού

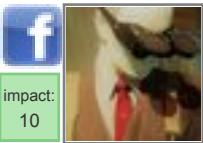
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 11:40 | TriedNormal: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



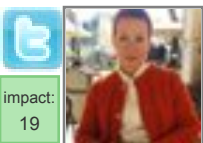
11/03/2017 10:03 | Ιατρικό Μουσείο Κύπρου / Cyprus Medical Museum: Timeline
Photos Παγκόσμια Μέρα Νεφρού 09/03/2017



11/03/2017 10:02 | Ιατρικό Μουσείο Κύπρου / Cyprus Medical Museum: 9 Μαρτίου 2017-Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <http://ygeia-news.com/index.php?id=109&hid=522887>
«Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία», «Υγιής τρόπος ζωής για Υγιείς Νεφρούς» ΤΟΥ ΔΡΟΣ ΓΙΑΝΝΗ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ* Από το 2006, με κοινή πρωτοβουλία της Διεθνούς Νεφρολογικής Εταιρείας



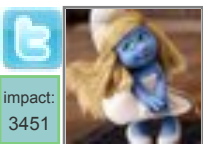
11/03/2017 10:39 | AekopoulosPetros: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 14:03 | spuridoualomi: RT @ma_mounaki: Παγκοσμια ημερα του νεφρου σημερα. προσεξτε τα φιλτρα του οργανισμου σας!! Οχι στις καταχρησεις ναι στο νερο!!!Η αιμοκαθαρσ...



11/03/2017 11:11 | Επαρχιακό Συντονιστικό Συμβούλιο Εθελοντισμού Αμμοχώστου-ΕΣΣΕ Αμμοχώστου: Timeline Photos Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού η σημερινή....



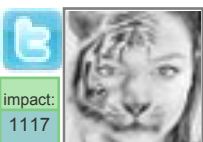
11/03/2017 13:21 | apofasisa911: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



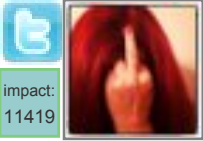
11/03/2017 12:00 | prwtofanis: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



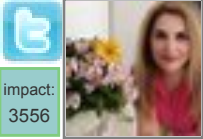
11/03/2017 12:32 | antonikos: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



11/03/2017 12:11 | mona_ter: RT @ma_mounaki: Παγκοσμια ημερα του νεφρου σημερα. προσεξτε τα φιλτρα του οργανισμου σας!! Οχι στις καταχρησεις ναι στο νερο!!!Η αιμοκαθαρσ...

impact:
11419

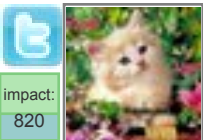
11/03/2017 11:35 | ma_mounaki: Παγκοσμια ημερα του νεφρου σημερα. προσεξτε τα φίλτρα του οργανισμού σας!! Οχι στις καταχρησεις ναι στο νερο!!!Η αιμοκαθαρση δεν ειναι ωραια

impact:
3556

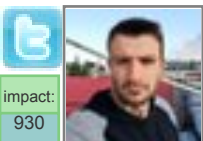
11/03/2017 11:35 | tasiaasimoni: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28

impact:
2964

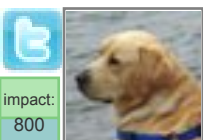
11/03/2017 11:34 | GrSalina: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28

impact:
820

11/03/2017 09:25 | efal_cat: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28

impact:
930

11/03/2017 10:32 | jenliev86: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28

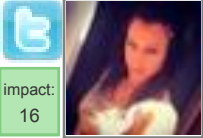
impact:
800

11/03/2017 09:21 | notilenaS: RT @Jel_SoL: Σάββατο 11 Μαρτίου 2017
Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
☐ Ανατολή ήλιου: 06:41 - Δύση ήλιου: 18:28



impact:
10

11/03/2017 23:04 | Kapital Planet.com: Δεκαπλασιάστηκε τα τελευταία χρόνια η συχνότητα της νεφρικής νόσου με αίτιο την παχυσαρκία. Εκστρατεία κινητοποίησης της ιατρικής κοινότητας, των αρμόδιων Αρχών και του κοινού, για την πρόληψη και την προαγωγή της υγείας των νεφρών, πραγματοποιεί η Ελ

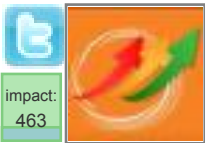


impact:
16

12/03/2017 00:02 | Iouisesyros: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/vMvHkKnqQ3>

impact:
10

14/03/2017 18:03 | SKAI.gr: Εφαλτήριο για νεφροπάθειες η παχυσαρκία Σε υπέρβαρους και παχύσαρκους ανθρώπους αυξάνονται οι επικίνδυνοι παράγοντες που μπορούν να προκαλέσουν νεφρική ανεπάρκεια. Ένας από αυτούς τους παράγοντες είναι η υψηλή αρτηριακή πίεση. Επειδή τα νεφρά ως όργανα που φιλτράρουν βλαβερές ουσίες από τον οργανισμό διαθέτουν πολυάριθμα εξαιρετικά λεπτά αιμοφόρα αγγεία, υφίστανται βλάβες σε περίπτωση υψηλής αρτηριακής πίεσης. <http://buff.ly/2nIF2g6>
Γιατροί προειδοποιούν με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού για τον επικίνδυνο συνδυασμό νεφροπαθειών και παχυσαρκίας, υπογραμμίζοντας τον άδηλο...

impact:
463

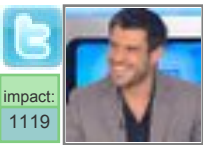
14/03/2017 15:08 | iliaoikonomia: Η παχυσαρκία ένοχη για τη νεφρική νόσο και την κακή λειτουργία των νεφρών <https://t.co/KjmKAWR3tu> <https://t.co/IRCmddLtAv>



15/03/2017 18:56 | Diatistrofis.gr: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, εκπομπή "10 στην Ενημέρωση", ΕΡΤ1 - diatistrofis.gr Πριν λίγες ημέρες ήταν η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.. Ας δούμε επι της ευκαιρίας ορισμένες απλές διατροφικές συμβουλές για να βοηθήσουμε τα πολύτιμα αυτά όργανα μας! Από την εκπομπή 10 στην Ενημέρωση στην ΕΡΤ1 εδώ, μετά το 1:01:00:

<http://www.dia-trofis.gr/blog-petsios/pagosmia-imera-nefrou-10-sti-n-enimerosi>

#διατροφή, #δαιτα, #αδυνατισμα, #δαιτολογος, Χθες, Παρασκευή 11/10 2017 ήταν η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού. Επι της ευκαιρίας λοιπόν θα ασχοληθούμε μια σχετικά κοινή πάθηση των νεφρών, τη νεφρολιθίαση, η οποία δεν είναι και τόσο σπάνια, αφού αφορά περίπου το 10% των ενηλίκων, (οι οποίοι θα παρουσιάσουν κάποια στιγμή πέτρα στα νεφρά) εκ των οποίων έ...



15/03/2017 18:57 | DimitrisPetsios: RT @diatistrofis: Πριν λίγες ημέρες ήταν η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.. Ας δούμε επι της ευκαιρίας ορισμένες απλές διατροφικές... <https://t.co/...>



15/03/2017 18:56 | diatistrofis: Πριν λίγες ημέρες ήταν η Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού.. Ας δούμε επι της ευκαιρίας ορισμένες απλές διατροφικές... <https://t.co/jYZUstGDio>

facebook

twitter



impact:
7895

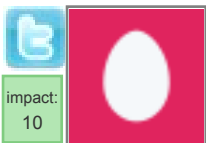
16/03/2017 12:00 | epixeiro: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία – Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! <https://t.co/KogTNWCsXf>



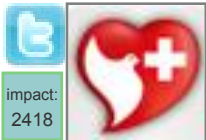
17/03/2017 18:14 | Iatriko Kentro Athinon - Ιατρικό Κέντρο Αθηνών: Timeline Photos Εξετάσεις προληπτικού έλεγχου σε ειδικές μειωμένες τιμές, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, προσφέρει ο Όμιλος Ιατρικού Αθηνών από τις 17 έως τις 24 Μαρτίου. Μάθετε περισσότερα στο παρακάτω link: <http://bit.ly/2mAxTXF>



17/03/2017 18:20 | Ιατρικό Διαβαλκανικό Κέντρο - Interbalkan Medical Center: Timeline Photos Εξετάσεις προληπτικού έλεγχου σε ειδικές μειωμένες τιμές, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, προσφέρει ο Όμιλος Ιατρικού Αθηνών από τις 17 έως τις 24 Μαρτίου. Μάθετε περισσότερα στο παρακάτω link: <http://bit.ly/2mAeQg2>



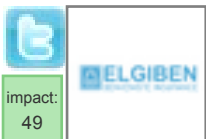
17/03/2017 20:39 | klouizos: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών. Εξετάσεις... <https://t.co/p9rtCgh251>



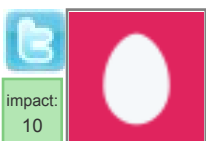
17/03/2017 18:18 | OmilosIatrikou: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών... <https://t.co/S7vBgSvl4g>



17/03/2017 18:19 | Diavalkaniko: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών... <https://t.co/MVbgqjvjo8>



17/03/2017 14:51 | elgiben: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών Εξετάσεις προληπτ... <https://t.co/y8YH8gl6lQ>



17/03/2017 11:51 | XAROULA_SYROS: Παγκοσμια μερα νεφρου σημερα λει... του ενος θα εννοει γιατι το δευτερο το εχουμε δωσμενο στην Εφορια!

facebook

twitter



impact:
244

18/03/2017 18:26 | EliasHintipasMD: RT @OmilosIatrikou: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών...

facebook

twitter



impact:
14

19/03/2017 22:23 | Piasarikogr: Εξετάσεις με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού
<https://t.co/iilCr6tKFU>



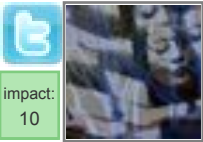
impact:
7893

19/03/2017 04:30 | epixeiro: Νεφρική Νόσος και Παχυσαρκία – Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! <https://t.co/KogTNWCsXf>



20/03/2017 21:30 | **insurance2daygr**: Όμιλος Ιατρικού Αθηνών: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/BVZZ33rzXT>

impact:
19



20/03/2017 18:26 | **MariaKappatou**: Πρακτορείο Υγείας: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών <https://t.co/X616XI6EDb>

impact:
10



20/03/2017 16:22 | **healthingr**: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/vdCUMndp3P>

impact:
1067



20/03/2017 16:22 | **in_gr**: Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/b4EISCnjPq>

impact:
96671



20/03/2017 11:41 | **Piasarikogr**: Εξετάσεις με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/GL7W0IGtN1>

impact:
14



20/03/2017 05:08 | **Ygeiaonline.gr**: Όμιλος Ιατρικού Αθηνών: Εξετάσεις σε προνομιακή τιμή με αφορμή τη Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου με αφορμή τη Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών Εξετάσεις προληπτικού ελέγχου σε ειδικές μειωμένες τιμές, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, προσφέρει ο Όμιλος Ιατρικού Αθηνών από τις 17 έως τις 24 Μαρτίου.

impact:
10



20/03/2017 05:09 | **ygeiaonline**: Όμιλος Ιατρικού Αθηνών: Εξετάσεις σε προνομιακή τιμή με αφορμή τη Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού <https://t.co/iVxH8yF5yX>
<https://t.co/1mlydhMwzM>

impact:
10



20/03/2017 05:45 | **AitoliaKarnania**: Όμιλος Ιατρικού Αθηνών: Εξετάσεις σε προνομιακή τιμή με αφορμή τη Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού - <https://t.co/C1WTRbLCFU>

impact:
1198

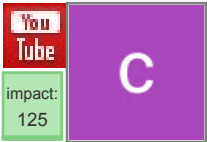


20/03/2017 04:31 | **fox6gr**: Όμιλος Ιατρικού Αθηνών: Εξετάσεις σε προνομιακή τιμή με αφορμή τη Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού - <https://t.co/ghp7tffMBj> - <https://t.co/89j9Qc1EmA>

impact:
10



22/03/2017 17:39 | Livemedia.gr: Χρόνια Νεφρική Νόσος. Τι είναι; Ποιοί κινδυνεύουν; Τι πρέπει να κάνουμε για την έγκαιρη διάγνωση, αντιμετώπιση και πρόληψη, καθώς είναι μία νόσος η οποία πολύ συχνά είναι ασυμπτωματική μέχρι και το 90% της εμφάνισής της. Η Παχυσαρκία είναι άμεσα συνδεδεμένη με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο. Μιλά στο Livemedia η Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νεφρολογίας ΑΠΘ και Πρόεδρος της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρείας



22/03/2017 15:20 | chriskoz10: ΥΓΙΕΙΝΕΣ ΣΥΖΗΤΗΣΕΙΣ 21-3-2017-ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΝΕΦΡΟΥ

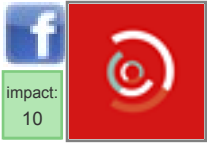


impact:
12

22/03/2017 14:53 | Livemedia: Αικατερίνη Παπαγιάννη | Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νεφρολογίας Πρόεδρος ΕΝΕ
Χρόνια Νεφρική Νόσος. Τι είναι; Ποιοί κινδυνεύουν; Τι πρέπει να κάνουμε για την έγκαιρη διάγνωση, αντιμετώπιση και πρόληψη, καθώς είναι μία νόσος η οποία πολύ συχνά είναι ασυμπτωματική μέχρι και το 90% της εμφάνισής της. Η Παχυσαρκία είναι άμεσα συνδεδεμένη με τη Χρόνια Νεφρική Νόσο. Μιλά στο Livemedia η Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νεφρολογίας ΑΠΘ και Πρόεδρος της Ελληνικής Νεφρολογικής Εταιρείας

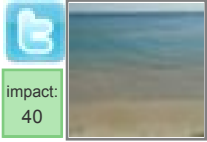


24/03/2017 19:22 | Dimitrios Petsios: Παγκόσμια Ημέρα Νεφρού, εκπομπή “10 στην Ενημέρωση”, ΕΡΤ1 Δημήτρης Πέτσιος Διαιτολόγος-Διατροφολόγος
Η νεφρολιθίαση είναι μια πάθηση που μπορεί να προληφθεί και να αντιμετωπιστεί με απλές τροποποιήσεις στον τρόπο ζωής. Αυτές αφορούν τη διατήρηση υγιούς σωματικού βάρους, την υιοθέτηση συγκεκριμένων διατροφικών συνηθειών με κυρίαρχη την ικανοποιητική πρόσληψη νερού καθημερινά και την άσκηση που μπορεί να δράσει συνεργικά. Συνηθίζουμε λοιπόν συχνά να λέμε πως η πρόληψη είναι η καλύτερη θεραπεία η οποία όμως βασίζεται στις καθημερινές μας συνήθειες και τον τρόπο ζωής.



impact:
10

27/03/2017 13:15 | OMNYO: Παγκόσμια ημέρα νεφρού. Η εταιρία μας σας υπενθυμίζει ότι πρέπει να ελέγχετε την υγεία σας συχνά!



impact:
40

27/03/2017 02:18 | Ifouli: RT @chouliaraki_I: Donating a kidney changes lives. But do we ever think about it?
#WorldKidneyDay #kidney_transplant_patient <https://t.co...>

impact:
10

28/03/2017 11:16 | Ιατρικές Εξελίξεις: Κατανοώντας τη Νεφρική Νόσο - Υγιής τρόπος ζωής για υγιείς νεφρούς! - Ιατρικές Εξελίξεις-Ιατρικά Νέα και Φαρμακευτικά Νέα-Ιατρικά Συνέδρ <p>Τη σύνδεση μεταξύ της Νεφρικής Νόσου και της Παχυσαρκίας, καθώς και της σ...



impact:
10

30/03/2017 22:13 | Νοσηλευτική ΚΑΙ Ιατρική Περιήγηση: Timeline Photos ΝΕΦΡΙΚΗ ΝΟΣΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗ !

Η νεφρική νόσος εμφανίζεται σε ένα ασθενή με ένα από τους εξής δύο τρόπους: Ως τυχαίο εύρημα σε εξέταση ρουτίνας ή με εκδηλώσεις νεφρικής δυσλειτουργίας όπως υπέρταση, οιδήματα, ναυτία, έμετο, αιματουρία, ολιγουρία, ανουρία.

Ο νεφρός είναι απαραίτητος στον ανθρώπινο οργανισμό για την απομάκρυνση των άχρηστων ουσιών του μεταβολισμού, όπως της ουρίας, της κρεατινίνης και των όξινων προϊόντων.

Όταν ο νεφρός δεν λειτουργεί σωστά αναπτύσσονται κατακράτηση υγρών και καλίου, φαγούρα, διαταραχές ούρησης, οξεοβασικές διαταραχές, άνοδος αρτηριακής πίεσης, περικαρδίτιδα, καρδιακή ανεπάρκεια, αναιμία, διαταραχές πήξης, ουραιμική εγκεφαλοπάθεια, αλλοιώσεις του σκελετού, αδυναμία, ανδρική ανικανότητα, μειωμένη γονιμότητα, επώδυνες μυϊκές συσπάσεις, μουδιάσματα. Σύμφωνα με επιδημιολογικές μελέτες η χρόνια νεφρική νόσος προσβάλλει το 10% του πληθυσμού.

Οι περισσότεροι ασθενείς παραμένουν χωρίς συμπτώματα μέχρι την σημαντική εξέλιξη της νόσου, ενώ αρκετά άτομα θα οδηγηθούν σε αιμοκάθαρση.

Ορισμένοι θα χρειαστούν μεταμόσχευση νεφρού

Τα κύρια αίτια της χρόνιας νεφρικής βλάβης είναι πρωτοπαθείς βλάβες, ο διαβήτης, η αμυλοείδωση, η μεταλοϊμώδης σπειραματονεφρίτιδα, ο ιός του AIDS, τα νοσήματα του κολλαγόνου, η δρεπανοκυτταρική νεφροπάθεια, τα φάρμακα, η έκθεση σε ορισμένες τοξικές ουσίες και μέταλλα, η χρόνια πυελονεφρίτιδα, η ουρική αρθρίτιδα, ορισμένα κληρονομικά σύνδρομα, νοσήματα του προστάτη, η νεφρολιθίαση, η οπισθοπεριτοναϊκή ίνωση, η υπέρταση, λοιμώδη αίτια, και η στένωση της νεφρικής αρτηρίας. Πάνω από το 70% των περιπτώσεων χρόνιας νεφρικής νόσου τελικού σταδίου οφείλονται στον σακχαρώδη διαβήτη ή την υπέρταση.

Η πρόληψη εγκατάστασης της νεφρικής νόσου και η πρώιμη διάγνωση είναι δύο από τα σημαντικά στοιχεία της μαχόμενης παθολογίας με δεδομένο ότι η εγκατεστημένη νεφρική ανεπάρκεια αποτελεί σημαντικό αίτιο ασθένειας και πρόωρου θανάτου. Είναι σημαντικό λοιπόν κατά την παγκόσμια ημέρα ο μαχόμενος παθολόγος να επισημάνει ορισμένα βασικά σημεία που πρέπει να γνωρίζει κάθε άτομο, για την πρόληψη της σοβαρής αυτής νόσου.

Δυστυχώς η κλινική εμπειρία αναδεικνύει καθημερινώς ότι τα σημεία αυτά συχνά αγνοούνται:

1. Ο διαβήτης είναι το συχνότερο αίτιο νεφρικής ανεπάρκειας τελικού σταδίου. Ο διαβήτης συχνά δεν έχει συμπτώματα στα αρχικά στάδια και πολλές φορές έχει ήδη προκαλέσει νεφρικές βλάβες πριν την αρχική διάγνωση. Η άριστη και πρώιμη ρύθμιση του σακχάρου του αίματος είναι απαραίτητη για την πρόληψη εγκατάστασης νεφρικής βλάβης. Κάθε άτομο πρέπει να ελέγχεται περιοδικά για «ζάχαρο», ενώ ο διαβητικός πρέπει να ελέγχεται με εξέταση ούρων για μικροαλβουμινουρία, η οποία αποτελεί ένα δείκτη κινδύνου προσβολής του νεφρού. Στο στάδιο αυτό υπάρχουν σήμερα προληπτικά φάρμακα.

2. Η υπέρταση αποτελεί σημαντικό παράγοντα κινδύνου για νεφρική βλάβη και πολλές φορές είναι χωρίς συμπτώματα. Η περιοδική σωστή μέτρηση της αρτηριακής πίεσης κατά την προληπτική παθολογική εξέταση είναι ζωτικής σημασίας, διότι η πρώιμη διάγνωση και άριστη ρύθμιση αναστέλλει τη νεφρική βλάβη.

3. Η στένωση της νεφρικής αρτηρίας αποτελεί συνήθως μία από τις εκδηλώσεις της αθηροσκληρυντικής αποφρακτικής αγγειοπάθειας. Το κάπνισμα, η υπερβολική κατανάλωση κορεσμένων λιπαρών (π.χ. βούτυρο, σκληρά τυριά, το κόκκινο κρέας) αποτελούν παράγοντες που προκαλούν αποφρακτική αθηροσκληρυντική αγγειοπάθεια και πρέπει να αποφεύγονται. Η περιοδική εξέταση των λιπιδίων του αίματος είναι σημαντική.

4. Το ουρικό οξύ, είναι μία ουσία που παράγεται στον οργανισμό κατά τον μεταβολισμό των πουρινών και συχνά αυξάνεται στο αίμα χωρίς εμφανή συμπτώματα. Η υπερουριχαιμία δύναται να είναι διατροφικής προέλευσης, να οφείλεται σε απλούς μεταβολικούς παράγοντες, να συνδέεται με σοβαρά υποκείμενα νοσήματα, όπως μυελουπερπλαστικά νοσήματα, ψωρίαση, αιμόλυση, νεφρικά νοσήματα, υπέρταση, υποθυρεοειδισμό, υπερπαραθυρεοειδισμό, αλκοολισμό, χρόνιες στερητικές δίαιτες, σαρκοειδωση, παχυσαρκία, ή να είναι αποτέλεσμα δυσμενούς κληρονομικότητας. Προκαλεί λίθους και βλάβες στα νεφρά στα ευαίσθητα άτομα και πρέπει να θεραπεύεται πρώιμα όταν το άτομο κινδυνεύει με τέτοιου τύπου επιπλοκές.

5. Οι συχνές χρόνιες ουρολοιμώξεις πρέπει να αντιμετωπίζονται σωστά διότι προοδευτικά μπορεί να προκαλέσουν μόνιμη νεφρική βλάβη. Δυστυχώς αρκετές φορές αντιμετωπίζονται με επιπολαιότητα από τους ασθενείς.

6. Η ανεπαρκής πρόσληψη νερού από τα υγιή άτομα μπορεί να οδηγήσει σε συμπύκνωση των ούρων με νεφρολιθιάσεις και πρέπει να αποφεύγεται. Ορισμένα συμπληρώματα διατροφής που λαμβάνονται χωρίς ιατρική παρακολούθηση μπορεί να προκαλέσουν κωλικούς (π.χ. συμπληρώματα ασβεστίου).

7. Αρκετά φάρμακα δρουν τοξικά στο νεφρό και η άσκοπη χρήση φαρμάκων πρέπει να αποφεύγεται. Χαρακτηριστική νεφρική διαταραχή από φάρμακα κατά την καθημερινή ιατρική πράξη είναι η νεφροπάθεια από αναλγητικά. Η νεφροπάθεια από αναλγητικά αναπτύσσεται σε ασθενείς που καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες αναλγητικών όπως ασπιρίνη, παρακεταμόλη, μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη, λόγω χρόνιου πονοκέφαλου αρθρικών μυϊκών πόνων. Τα αναλγητικά συγκεντρώνονται στις θηλές των νεφρών και όταν υπερβούν μία συγκεκριμένη ποσότητα προκαλούν θηλώδη νέκρωση και νεφρική βλάβη.

8. Η σωστή θεραπεία χρόνιων φλεγμονωδών νόσων (π.χ. ρευματοειδής αρθρίτιδα, η φλεγμονώδης νόσος του εντέρου, οι χρόνιες λοιμώξεις) και κολλαγονικών νοσημάτων συνδέονται σύμφωνα με μελέτες, με λιγότερες επιπλοκές από το νεφρό. Ομάδες υψηλού κινδύνου για AIDS, ηπατίτιδα c και B (π.χ. τοξικομανείς) πρέπει να ελέγχονται περιοδικά για τα νοσήματα αυτά με δεδομένο ότι οι ιοί αυτοί συνδέονται με τοξική βλάβη του νεφρού, η δε έγκαιρη θεραπεία σύμφωνα με μελέτες αναστέλλει την εγκατάσταση της νεφρικής βλάβης. Σήμερα υπάρχει αποτελεσματικό εμβόλιο για την ηπατίτιδα B.

9. Η παχυσαρκία συνδέεται με την εμφάνιση εστιακής τμηματικής σπειραματικής σκλήρυνσης του νεφρού.

10. Κάθε άτομο πρέπει να ελέγχεται προληπτικά με περιοδική παθολογική εξέταση ενώ κάθε σύμπτωμα από τα ούρα (π.χ. διαταραχή ποσότητας, αιματουρία, τσούξιμο, σταγονοειδής ούρηση) πρέπει να αξιολογείται ιατρικώς άμεσα.

Νοσηλευτική ΚΑΙ Ιατρική Περιηγήση