



**BREZ  
LEDVIC**

**SI FUL**

**DRUGAČEN**

**Ali ste prepričani,  
da so vaše ledvice**



Ledvice so neverjeten organ, brez katerega ne bi mogli živeti. Skrbijo za ravnovesje tekočin, elektrolitov, za odstranjevanje odvečnih snovi iz telesa in še za mnogo več.



[www.svetovnidanledvic.org](http://www.svetovnidanledvic.org)



**Svetovni  
dan  
ledvic**

13. MAREC 2025

## Ali ste vedeli zakaj potrebujemo ledvice?

Življenje na Zemlji se je začelo v morju, ki ima stabilno sestavo elektrolitov in drugih molekul, kar je odlično za razvoj celic. Da so organizmi lahko prišlo na kopno, so morali ustvariti nekakšno »notranje morje«, stabilno medcelično tekočino, ki obliva vse celice v telesu. Glavna naloga ledvic je skrb za primerno medcelično tekočino. Že manjše spremembe lahko povzročijo resne težave, **zato je zdravje ledvic ključno za celotno telo.**

## Kaj je kronična ledvična bolezen (KLB)?

- Pomeni dolgotrajno okvaro ali oslABLJENO delovanje ledvic.
- Se ne zaustavi sama od sebe in sčasoma postopoma napreduje.
- **Najpogostejši vzroki:** sladkorna bolezen, povišan krvni tlak (arterijska hipertenzija), debelost in srčno-žilne bolezni.
- Prizadene **že več kot 10 % odraslih v Sloveniji.**

**Na žalost večina oseb s KLB ne ve, da imajo bolezen ledvic,** saj so v začetku težave redke in niso značilne. Ledvice redkokdaj bolijo, tudi odvajanje urina je dolgo časa normalno, zato testiranje svetujemo vsem, ki imajo dejavnike tveganja za KLB, tudi če nimajo nobenih posebnih težav. Bolezen želimo prepoznati čim prej, saj je zgodnje zdravljenje bistveno bolj uspešno kot pozno.

## Ali se bolniki z ledvičnimi boleznimi pospešeno starajo?

Da, bolezen ledvic si lahko predstavljamo kot stanje, pri katerem se telo pospešeno stara. Bolniki z ledvičnimi boleznimi imajo bistveno **krajšo življenjsko dobo** kot njihovi vrstniki, pogosteje in prej zbolijo za **srčno-žilnimi boleznimi**, kot so možganska kap ali srčni infarkt, in pogosteje zbolijo za **malignimi boleznimi** ter **težkimi okužbami.**

Z zdravljenjem bolezni ledvic poizkušamo upočasniti pospešeno staranje, ki je značilno za ledvične bolezni.

## Testiranje za bolezni ledvic svetujemo vsem, ki imajo:

- ✓ sladkorno bolezen,
- ✓ arterijsko hipertenzijo,
- ✓ srčno-žilne bolezni,
- ✓ debelost,
- ✓ ponavljajoče se ledvične kamne,
- ✓ bližnjega sorodnika, ki ima ledvično bolezen.

V Sloveniji se redno testiranje za kronične bolezni izvaja v okviru družinskih ambulant, v tako imenovanih referenčnih ambulatah. Letos bomo pričeli tudi s ciljanim iskanjem ledvičnih bolezni.

## Bolezen potrdimo z laboratorijskimi preiskavami:

**V KRVU:** merjenje serumskega kreatinina in izračun ocenjene glomerulne filtracije (oGF),

**V URINU:** prisotnost albumina.

## Kaj lahko storite?

Preverite zdravje svojih ledvic – odzovite se na povabilo na pregled v **referenčni ambulanti.**





# BREZ LEDVIC SI FUL DRUGAČEN

**PREVERITE  
ZDRAVJE  
SVOJIH LEDVIC!  
BOLJE PREJ KOT KASNEJE.**

Za **več informacij** obiščite:

[www.svetovnidanledvic.org](http://www.svetovnidanledvic.org)

[www.zadobroledvic.si](http://www.zadobroledvic.si)



World Kidney Day - Svetovni dan ledvic je iniciativa mednarodnih organizacij nefrologov in ledvičnih bolnikov (International Society of Nephrology in International Federation of Kidney Foundations). Več informacij o Svetovnem dnevu ledvic najdete na spletnem naslovu: [www.svetovnidanledvic.org](http://www.svetovnidanledvic.org) in na spletni strani Zveze društev ledvičnih bolnikov Slovenije <https://zdlbs.si> ter na spletni strani Slovenskega nefrološkega društva [www.nephro-slovenia.si](http://www.nephro-slovenia.si).