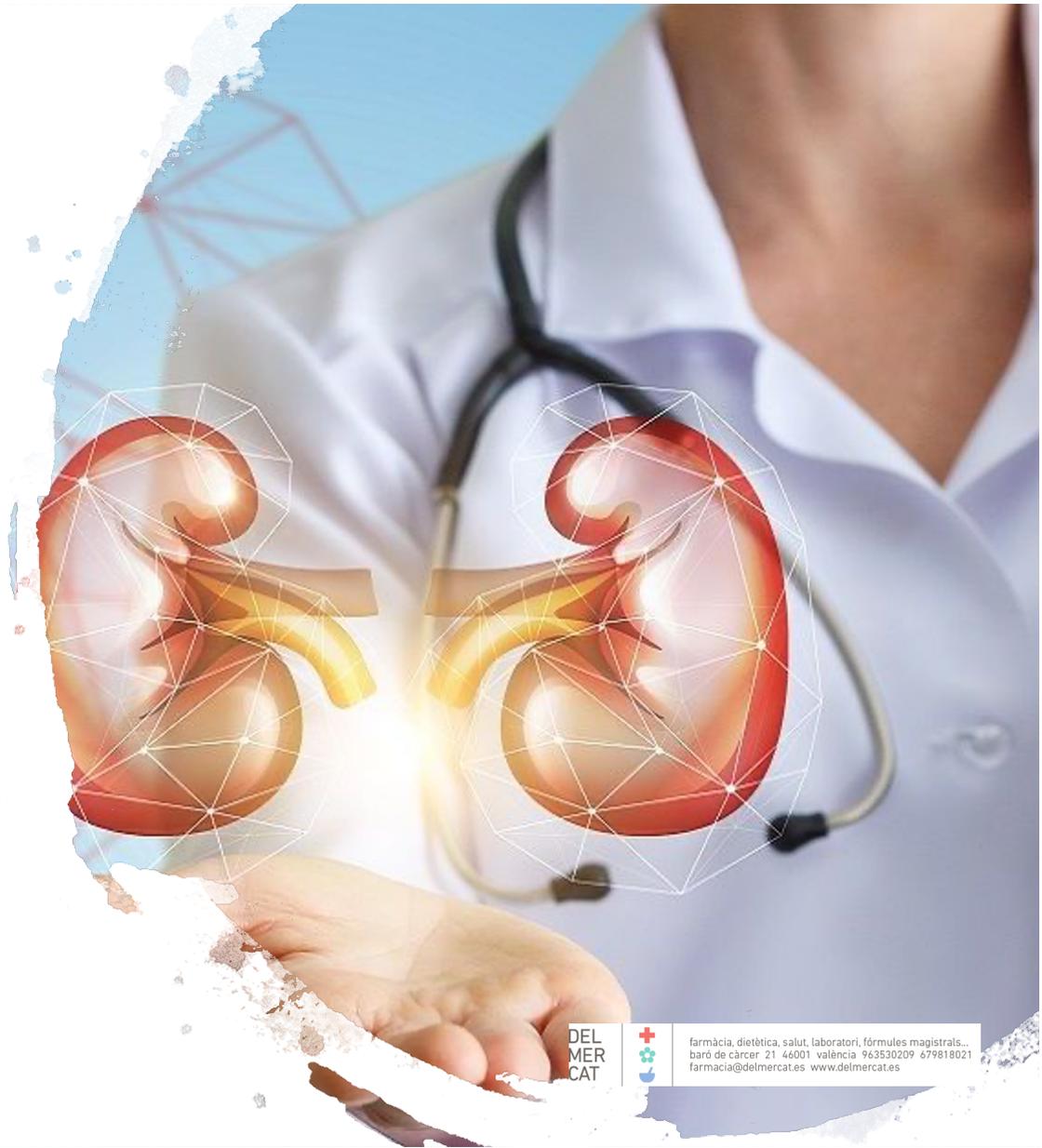


PHAR
MA
CARE



El cuidado del riñón



PHAR
MA
CARE

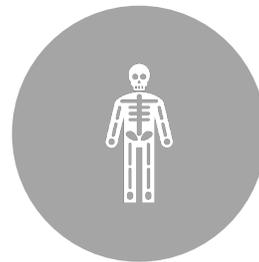
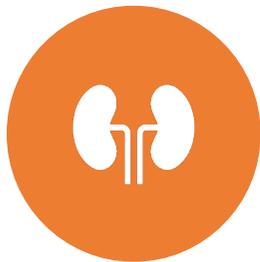


DEL
MER
CAT



farmàcia, dietètica, salut, laboratori, fórmules magistrals...
barò de càrcer 21 46001 valència 963530209 679818021
farmacia@delmercat.es www.delmercat.es

Índice



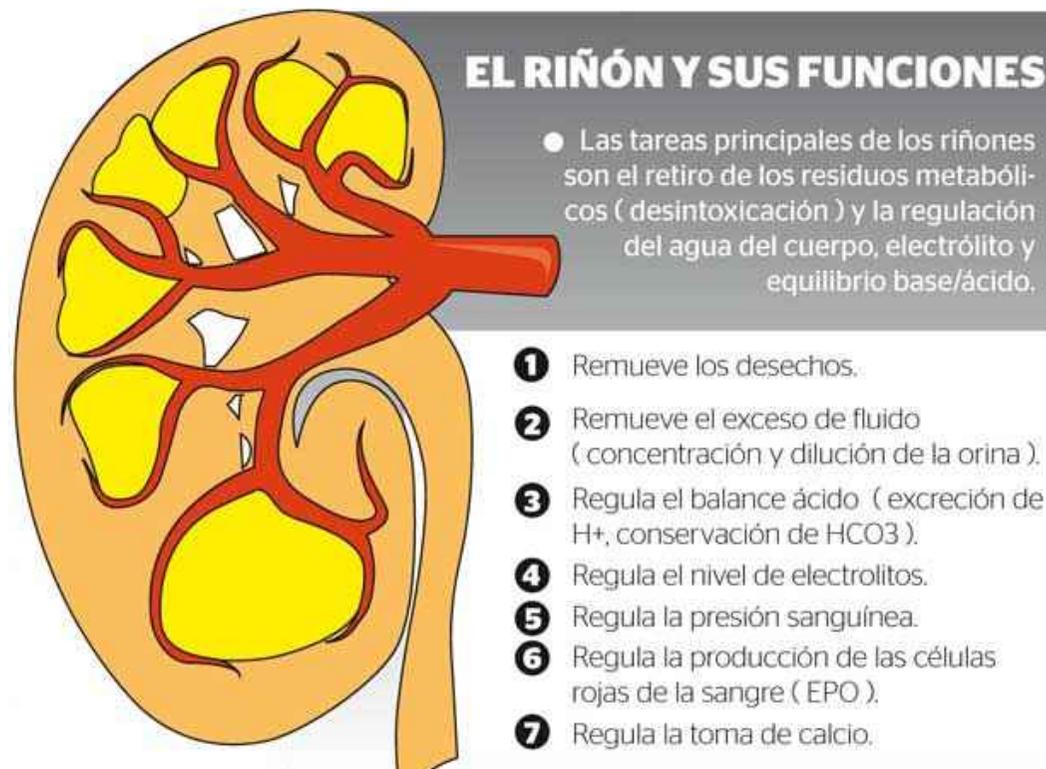


Para qué sirve el riñón

Los riñones son fundamentales en la vida: son ellos los que filtran toda nuestra sangre para limpiar y desintoxicar este fluido.

Aun siendo tan importantes no se les da la atención que merecen.

Únicamente si aparecen cálculos, dolores o edemas empiezan a preocuparnos.





6 Medidas de cuidado en enfermos renales

1. La hipertensión. La tensión arterial debe conservarse menor del 140/90
2. Enfermedad cardiovascular. La enfermedad renal crónica aumenta en riesgo cardiovascular Las medidas son esenciales: abstención de fumar, ejercicio, control del peso, control del perfil lipídico,
3. Control metabólico de los niveles de azúcar. Como norma general en los pacientes diabéticos se recomienda un objetivo de hemoglobina glicosilada (HbA_{1c}) < 7 % .
4. Control metabólico de los niveles del ácido úrico. Los niveles de ácido úrico deberían ser inferiores a 7 mg/dl.
5. Anemia La anemia por afectación renal debe ser controlada al menos una vez al año.
6. Equilibrio de los huesos. Se manifiesta con pérdida de masa ósea y calcificaciones externas al hueso deben ser corregidos con aportes de calcio y vitamina D según las necesidades.



Fármacos controlados en la insuficiencia renal (<50 mg/ml RC, Creatinina >1 mg/dl)

Venta sin receta

(M01AE01) IBUPROFENO dosis habitual 1200-1800 mg/día

Aclaramiento de creatinina menor de 50 ml/min 75-50% de la dosis

Aclaramiento de creatinina menor de 10 ml/min Evitar.

Se requiere supervisión médica para efectuar estas reducciones.

- (M01A) AINES, antiinflamatorios.
- (C09A) Antihipertensivos.
- (N05B) Fármacos para dormir, benzodiazepinas.
- (A10B) Metformina y otros antidiabéticos.
- (J01) Algunos antibióticos.





Recomendaciones alimentarias

Diarios	ADULTO	INSUFICIENCIA RENAL CRONICA MODERADA
Lácteos	2-4	1-2
Cereales y derivados	4-6	4-6
Verduras y hortaliza	2	2 (hervidos previos) ↑
Fruta	3	2 (una cocinada y otra en conserva) ↑
Semanales		
Carnes y derivados	3-4	3↓
Pescados y mariscos	3-4	2
Huevos	3	2↓
Legumbres	2-4	1↓
Frutos secos	3-7	3↓
Aceites	3-6	3-6





Marzo 2020

PHAR
MA
CARE



30 ANÁLISIS GRATIS DE CREATININA PARA CONOCER TU ESTADO RENAL

Calculadora aclaramiento renal

<https://www.senefro.org/modules.php?name=calcfg>

