

Nefropatia diabética

Conselhos aos Doentes:

Visão geral

O que é a nefropatia diabética?

A diabetes pode afetar muitas partes do corpo, incluindo os rins. Em rins saudáveis, existe uma infinidade de minúsculos vasos sanguíneos que filtram os resíduos do organismo. Estes vasos sanguíneos têm poros cuja dimensão é suficientemente grande para que mesmo os pequenos resíduos de produtos possam passar para a urina, mas são também suficientemente pequenos para permitir que os produtos úteis – como é o caso das proteínas e dos glóbulos vermelhos – fiquem retidos no sangue. No entanto, na diabetes mellitus mal controlada, os elevados níveis de açúcar no sangue podem danificar estes vasos. Isso pode causar doença renal, que em termos médicos se designa por nefropatia. Se a lesão do rim for muito grande, os rins podem deixar de trabalhar.

Sintomas

Quais são os sintomas da nefropatia diabética?

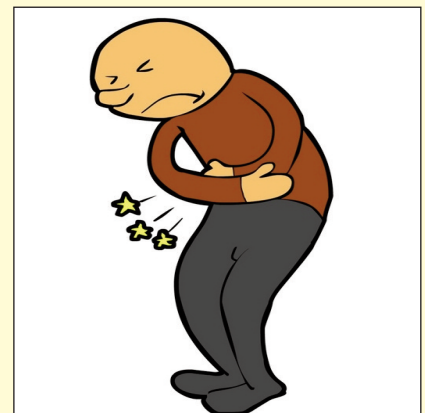
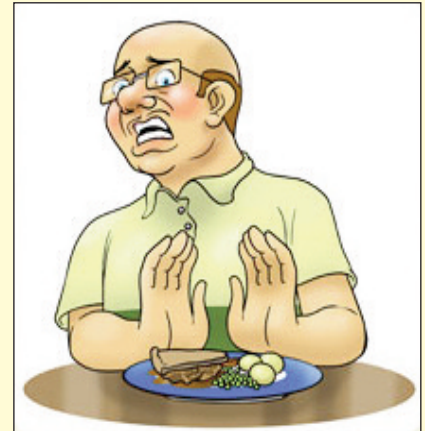
A nefropatia diabética geralmente não provoca quaisquer sintomas até ao momento em que a lesão renal é grave. Com a progressão da doença podem surgir os seguintes sintomas:

- Inchaço dos pés e tornozelos
- Fraqueza
- Perda de apetite
- Dor de estômago
- Insónia e dificuldade em dormir
- Confusão e dificuldade de concentração

Diagnóstico e Testes

Como é diagnosticada a nefropatia diabética?

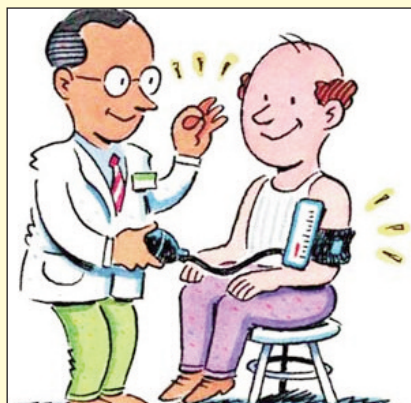
O médico irá solicitar testes de urina para analisar a existência de proteínas. Se a análise de urina confirmar a existência de proteínas, isso pode significar que a diabetes afetou os poros existentes nos vasos sanguíneos dos rins, tornando-os suficientemente grandes para que as proteínas e outros nutrientes do organismo passem para a urina. O médico também pode querer fazer uma análise ao sangue para ver até que ponto os rins foram afetados.



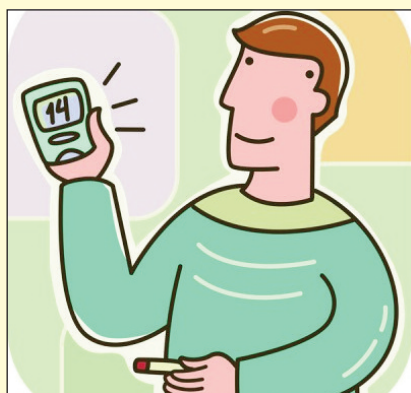
Com a progressão da doença podem surgir entre outras coisas: perda de apetite, dor de estômago e confusão e dificuldade de concentração.

Conselhos aos Doentes:

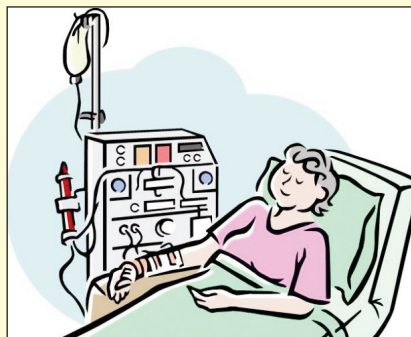
Nefropatia diabética, *continuação*



Manter a pressão arterial inferior a 130/80 porque a pressão arterial elevada pode acelerar a lesão renal.



Controlar os níveis de açúcar no sangue porque se eles foram muito elevados vai ser necessário tomar insulina.



Se existir insuficiência renal o médico vai ter de encaminhar para diálise onde serão retirados do sangue os resíduos dos produtos do organismo.

Tratamento

O que se pode fazer para diminuir a lesão?

Estas são algumas das coisas mais importantes que podemos fazer para proteger os nossos rins:

- Manter a pressão arterial inferior a 130/80 porque a pressão arterial elevada pode acelerar a lesão renal. Se ela existir, o médico vai necessitar de prescrever medicação anti-hipertensiva para reduzir os níveis da pressão arterial.
- Controlar os níveis de açúcar no sangue. Caso eles sejam elevados, pode ser necessário tomar insulina da forma como o médico prescrever.
- Manter uma dieta saudável. As pessoas que têm nefropatia diabética podem precisar de comer menos proteínas.
- Ter atividade física todos os dias.
- Parar de fumar.
- Só tomar qualquer novo medicamento após um prévio contacto e autorização médica. Isto inclui vitaminas, fitoterápicos e medicamentos de venda livre nas farmácias e para-farmácias.
- Comparecer a todas as consultas que foram marcadas.

Complicações

O que acontece se os rins pararem de funcionar?

Mesmo com o tratamento correto, a nefropatia diabética pode piorar ao longo do tempo, podendo os rins deixarem de trabalhar. Isto é designado por insuficiência renal e, se isso acontecer, resíduos de produtos acumulam-se no organismo podendo causar náuseas, vômitos, fraqueza, falta de ar e confusão. Em casos graves, a insuficiência renal pode causar convulsões e coma.

Se existir insuficiência renal, o médico vai ter de encaminhar o doente para diálise. Na diálise, é utilizado um aparelho que retira do sangue os resíduos dos produtos do organismo. Existe um tipo de diálise que tem de ser feito numa clínica, mas existem outros tipos de diálise em que a máquina é tão pequena que pode ser agarrada ao corpo enquanto o doente pratica as suas atividades diárias. Em conformidade com a insuficiência renal existente, o médico irá decidir qual o tipo de aparelho de diálise é mais adequado.

Esta informação não substitui a consulta do seu médico