



### Πρόληψη νεφροπαθειών

#### Περισσότερη γνώση, υγιέστεροι νεφροί

#### Συμμετέχω σημαίνει βοηθώ τον εαυτό μου, την οικογένεια και το συνάνθρωπό μου

Οι νεφροί μας είναι ζωτικά όργανα χωρίς τα οποία δεν μπορούμε να ζήσουμε μια φυσιολογική ζωή. Φυσιολογικά έχουμε δύο νεφρούς, οι οποίοι φροντίζουν για τον καθαρισμό και την αποτοξίνωση του αίματος, ενώ διατηρούν το σύνολο του οργανισμού μας σε ισορροπία. Σε καθημερινή βάση, μια υγιής γυναίκα φιλτράρει μέχρι και 145 λίτρα αίματος και ένας υγιής άντρας μέχρι και 180 λίτρα αίματος την ημέρα, καθαρίζοντας το 36 περίπου φορές σε ένα 24ωρο.

Στον παγκόσμιο πληθυσμό, τουλάχιστον 1 στους 10 ενήλικες πάσχει από Χρόνια Νεφρική Νόσο (ΧΝΝ) και έκπτωση της νεφρικής λειτουργίας ποικίλου βαθμού. **Ο κυπριακός πληθυσμός έχει τη μεγαλύτερη επίπτωση νεφρικής νόσου από κάθε άλλη Ευρωπαϊκή χώρα.** Σε αυτό συμβάλλουν τόσο η αυξημένη συχνότητα παθήσεων όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και η αρτηριακή υπέρταση, όσο και η αυξημένη συχνότητα κληρονομικών νεφρικών παθήσεων με γενετικό υπόβαθρο, σε μία σχετικά κλειστή γεωγραφικά κοινωνία όπως η Κύπρος.

Η έγκαιρη διάγνωση και ιατρική παρέμβαση οδηγεί στην πρόληψη της εξέλιξης της νεφρικής νόσου, η οποία μπορεί να καταστρέψει πλήρως τους νεφρούς σε βαθμό που να χρειάζεται θεραπεία υποκατάστασης της νεφρικής λειτουργίας. Αυτό μπορεί να συμβεί σε οποιαδήποτε ηλικία.

Όταν η λειτουργία των νεφρών μειωθεί στο 15% και κάτω, ο/η ασθενής θα χρειαστεί θεραπεία υποκατάστασης της νεφρικής λειτουργίας ή μεταμόσχευση νεφρού. Δηλαδή, είτε θα ξεκινήσει αιμοκάθαρση, τρεις φορές την εβδομάδα, σε μια από τις υψηλού επιπέδου Μονάδες Τεχνητού Νεφρού της χώρας ή θα δεχθεί μόσχευμα νεφρού, εφόσον η γενική κατάσταση της υγείας του και η ηλικία του το επιτρέπουν.

Ένα νεφρικό μόσχευμα μπορεί να προέρχεται είτε από συγγενή είτε από μεταθανάτιο δότη. Η χαμηλή διαθεσιμότητα νεφρικών μοσχευμάτων οδηγεί παγκοσμίως σε μακρές λίστες αναμονής, με αποτέλεσμα οι ασθενείς να παραμένουν για χρόνια ή για πάντα στην αιμοκάθαρση. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να ενταθούν οι προσπάθειες για αξιοποίηση των νεφρών από συνανθρώπους μας, οι οποίοι είναι εγκεφαλικά νεκροί, αλλά και να προωθηθεί η ιδέα της ανιδιοτελούς προσφοράς ώστε να καθιερωθεί στην κουλτούρα της κοινωνίας μας. Ένας υγιής άνθρωπος μπορεί να ζήσει μια φυσιολογική ζωή έχοντας μόνο τον ένα του νεφρό. Η δωρεά ενός νεφρού είναι δώρο ζωής.

Είναι γνωστό ότι τόσο η έγκαιρη διάγνωση όσο και η βαθύτερη γνώση των αιτιών εξέλιξης της νεφρικής νόσου, συμβάλουν στην αναστολή ή καθυστέρηση της εξέλιξής της. Και στις δύο αυτές παραμέτρους η συμβολή εξειδικευμένων εργαστηριακών μεθόδων είναι κριτικής σημασίας.

Στην Κύπρο, εδώ και 30 χρόνια λειτουργεί εξειδικευμένο Εργαστήριο Μοριακής Γενετικής (νεφρογενετικής) που προσφέρει τις υπηρεσίες του στους ιατρούς, μεταξύ των οποίων και οι νεφρολόγοι. Χιλιάδες αναλύσεις έχουν γίνει σε άτομα από εκατοντάδες οικογένειες από όλη την Κύπρο όπου υπάρχει ή υποψία για κάποια κληρονομική νεφροπάθεια. Μέχρι στιγμής, στο Κέντρο

Ερευνών Μοριακής Ιατρικής του Κέντρου Αριστείας για τη Βιοτράπεζα και Βιοϊατρική Έρευνα, **biobank.cy**, του Πανεπιστημίου Κύπρου, εκατοντάδες ασθενείς από περισσότερες από 400 οικογένειες έχουν μελετηθεί με μοντέρνες μεθόδους μοριακής ιατρικής προσέγγισης. Σε συνεργασία με νεφρολόγους σε όλη την Κύπρο, η έγκαιρη διάγνωση με ανάλυση του DNA, όπου ενδείκνυται, προσφέρει την ευκαιρία στον ιατρό να προβεί στην ορθή θεραπεία ή να αποφύγει ενδεχόμενη τοξική θεραπεία, με στόχο πάντοτε την παράταση της λειτουργίας των νεφρών. Στις μεταμοσχεύσεις νεφρού, είναι πολλές οι περιπτώσεις όπου ενδείκνυται και προσφέρεται μοριακή διερεύνηση τόσο του ασθενούς όσο και του πιθανού δότη, ώστε να βεβαιώνεται ότι ο συγγενής δότης δεν έχει κληρονομήσει την ίδια νόσο, που πολλές φορές δεν γίνεται αντιληπτή, ή δεν επιβεβαιώνεται κλινικά, για διάφορους λόγους.

Ασθένειες όπως η πολυκυστική νόσος των νεφρών ή οι μορφές οικογενούς αιματοουρίας (δηλαδή λίγο αίμα στα ούρα) είναι ιδιαίτερα συχνές, ενώ συγκεκριμένες περιοχές της Κύπρου είναι πιο βεβαρημένες από άλλες. Κάνουμε ξεχωριστή αναφορά στις οικογενείς μορφές αιματοουρίας, οι οποίες ίσως είναι πιο συχνές από το 1% στο γενικό πληθυσμό. Αναδεικνύεται μέσα από πολλές μελέτες, με κυριότερες τις δικές μας σε Κύπρο και Ελλάδα, ότι τα πιο πολλά άτομα με αιματοουρία θα ζήσουν μέχρι τα βαθιά γεράματα χωρίς κάποιο σοβαρό πρόβλημα. Όμως, ένα σημαντικό ποσοστό αυτών των ατόμων θα αναπτύξει σοβαρή νεφρική νόσο και θα χρειασθεί φαρμακευτική ή άλλη ιατρική παρέμβαση, ενώ περίπου 10-20% θα καταλήξουν στην αιμοκάθαρση. Ποιοι οι λόγοι; Ίσως ευθύνεται το DNA μας, ίσως ευθύνεται ο τρόπος ζωής μας, ίσως και τα δύο. Μόνο η έρευνα θα μας βοηθήσει να δώσουμε απαντήσεις και να επιτύχουμε την πρόληψή τους.

Βρίσκεται σε εξέλιξη μεγάλη έρευνα της ομάδας μας στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Κύπρου, σε συνεργασία με τους νεφρολόγους. Ο/Η κάθε ασθενής με Χρόνια Νεφρική Νόσο, ανεξαρτήτως αιτιολογίας, καλείται να συμμετάσχει. Ειδικός στόχος είναι η μελέτη του DNA μας για να εντοπίσουμε γενετικούς λόγους που δημιουργούν κληρονομική προδιάθεση για νεφρική νόσο. Η νέα γνώση που προκύπτει, επιστρέφει πάντα στους ασθενείς μας μέσω των ιατρών, βελτιώνοντας τη διάγνωση και αντιμετώπιση του νεφρικού νοσήματος.

Καταλήγοντας, ενθαρρύνουμε άτομα με προβλήματα νεφρών να συμμετάσχουν εθελοντικά σε ένα από τα ερευνητικά έργα που υλοποιούνται στο Κέντρο Αριστείας του Πανεπιστημίου Κύπρου. Ενθαρρύνουμε ειδικά τα άτομα που έχουν ταυτόχρονα κι άλλους συγγενείς, πρώτου ή δεύτερου βαθμού, που επίσης πάσχουν με κάποια νεφροπάθεια, όπως τα παιδιά τους, οι γονείς ή τα αδέρφια/ξαδέλφια τους, να εγγραφούν σε τέτοιες μελέτες, για το καλό το δικό τους, της οικογένειάς τους και της ευρύτερης κοινωνίας. Η συμμετοχή είναι δωρεάν, δεν συνοδεύεται από οποιοδήποτε κίνδυνο ενώ παρέχονται δωρεάν αναλύσεις αίματος και ούρων. Η εγγραφή των εθελοντών συντονίζεται από τη Βιοτράπεζα του Πανεπιστημίου Κύπρου.

Μόνο με τις ερευνητικές μελέτες θα μπορέσουμε να βοηθήσουμε και να προλάβουμε ή να θεραπεύσουμε τέτοιες ασθένειες.

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 7777-1838, 22-892815

Διαδικτυακή εγγραφή: [https://biobank.cy/redcap\\_el/](https://biobank.cy/redcap_el/)