

12 aprile 2013

SALUTE ▶ PREVENZIONE

*Gli organi "spazzini" del nostro organismo sempre più spesso hanno problemi a funzionare, con la comparsa di una malattia cronica in 40 anziani su 100. Ma anche tra i giovani i rischi non mancano*

## i reni

### sono sotto attacco

Si è svolta il 14 marzo scorso la "Giornata mondiale del rene", che in Italia è stata promossa dalla Società italiana di nefrologia (Sin) e dalla Fondazione italiana del rene, in collaborazione con la Croce Rossa. In oltre 100 città sono state effettuate visite gratuite, ci sono stati ambulatori aperti negli ospedali, e nelle piazze si sono allestiti gazebo in cui migliaia di persone hanno potuto effettuare gratis la misurazione della pressione arteriosa e le analisi delle urine. Il rischio di ammalarsi di malattie renali è in aumento, visto che spesso si accompagnano a problemi anch'essi in netta crescita nella nostra società, come l'obesità, l'ipertensione e il diabete. Il problema è che queste malattie non si manifestano subito, ma avanzano in silenzio. Ecco che cosa fare per evitare le conseguenze peggiori.

#### Danno problemi a 5 milioni di italiani

I dati raccolti nelle "Giornate del rene" degli anni scorsi, relativi a migliaia di studenti delle scuole superiori e di cittadini che si sono presentati ai gazebo, indicano che oggi il 9% dei giovani sotto i 20 anni presenta già il rischio di malattia renale e che 40 anziani su 100 ne hanno sviluppato una cronica.

■ Si valuta che circa 5 milioni di italiani soffrono di malattie renali e, di questi, 45mila sono in dialisi e 17mila hanno subito un trapianto di rene. Inoltre, nella popolazione generale, il rischio di sviluppare una malattia renale è addirittura quadruplicato negli ultimi anni.

■ «Sono questi i dati che hanno indotto il ministero della Salute, alla fine del 2012, a inserire le patologie renali croniche nel decreto in cui si ridefiniscono i Lea (Livelli essenziali di assistenza), riconoscendo così la priorità di prevenzione, diagnosi e cura da parte del Sistema sanitario nazionale», commenta Giancarlo Marinangeli, direttore dell'unità operativa complessa di Nefrologia e dialisi dell'ospedale Maria Santissima dello Splendore di Giulianova (Te) e segretario della Sin (Società italiana di nefrologia).

#### Non solo filtri

I reni svolgono una serie di funzioni essenziali per l'organismo. Ogni minuto arriva ai reni un quarto di tutto il sangue che il cuore pompa (1.250 millilitri su 5 litri al minuto); nelle 24 ore, quindi, vengono "lavorati" circa 1.800 litri di sangue dai quali sono filtrati 180 litri di liquido (detto "preurinario"). Di questo, solo un litro e mezzo diventa urina vera e propria, in cui sono concentrate le sostanze di scarto. Il resto viene restituito alla circolazione sanguigna, completo di sostanze indispensabili come glucosio, aminoacidi, vitamine e sali.

«I reni regolano il livello degli elettroliti e il pH del sangue e controllano anche la salute del tessuto osseo», precisa il professor Marinangeli. «Inoltre, attraverso la produzione di renina, svolgono un ruolo fondamentale nella regolazione della pressione arteriosa».

#### QUANDO IL LORO LAVORO È INSUFFICIENTE

Se i reni non riescono più a svolgere le loro funzioni si parla di "insufficienza renale". L'attività del rene, in altri termini, è insufficiente a depurare l'organismo e a regolare gli equilibri (idrosalini, di produzione ormonale ed enzimatica) che garantiscono il benessere dell'organismo; inizia così il deterioramento lento e progressivo delle funzioni di questi organi. L'insufficienza renale può essere acuta se l'alterazione si manifesta all'improvviso (in caso di gravi malattie, di cure con particolari farmaci o in seguito a interventi chirurgici); è invece cronica, quando le alterazioni si manifestano gradualmente e poi diventano permanenti.







## PER SAPERNE DI PIÙ

Per chi è a rischio di insufficienza renale, per chi ne soffre, per chi è in dialisi, la Sin e la Fondazione Italiana del rene stanno inaugurando un sito web progettato per i malati, dove trovare informazioni, aggiornamenti, consigli perché la vita quotidiana sia migliore o meno difficile. Per ora, è attivo il sito della Sin [www.sin-italy.org](http://www.sin-italy.org), dove sono elencati anche tutti i Centri pubblici o accreditati, in zone di interesse turistico, che danno la possibilità di dialisi (con un po' di anticipo nella prenotazione) ai malati in vacanza nella zona.

## Spesso ci sono anche altre malattie

L'insufficienza renale si manifesta in molti casi insieme ad altre malattie (sono le cosiddette "comorbidità") e, in particolare, all'ipertensione arteriosa, al diabete, ai dismetabolismi, all'obesità e alla malnutrizione e alle malattie tumorali.

■ Su questo punto, comunque, è importante ricordare che se è vero che l'insufficienza renale aggrava la malattia cui si accompagna, è anche vero che oggi con il nefrologo (il medico specialista del rene) si possono mettere in atto molte cure capaci di arrestare o almeno rallentare la progressione delle malattie renali, con ottime possibilità di ottenere risultati positivi.

## Alcuni farmaci ne danneggiano la funzionalità

Nel campo specifico delle malattie tumorali, il problema sta anche nel fatto che molti farmaci antitumorali (quelli delle chemioterapie) sono potenzialmente tossici anche per i reni oltre che per le cellule neoplastiche. «Il nefrologo, però, ha i mezzi e le conoscenze per ridurre il rischio e il danno: nella lotta al tumore, è di fondamentale importanza la collaborazione tra l'oncologo e il nefrologo», commenta Giancarlo Marinangeli.

■ Per questo, sul modello degli Usa, di recente si stanno costituendo anche in Italia dei gruppi di lavoro tra specialisti di società scientifiche diverse, con l'obiettivo di migliorare la conoscenza di questi problemi e diffonderla tra i medici che trattano malattie cui si sovrappone la presenza dell'insufficienza renale.

45mila italiani sono  
in dialisi e 17mila  
hanno subito un  
trapianto di rene



## Gli esami di controllo

La malattia renale è così diffusa anche perché è subdola, "silenziosa": i reni si ammalano senza procurare disturbi e, quando si vedono i primi segnali, la loro funzione è già fortemente ridotta e la malattia si è già insediata. È un motivo in più per tenere alta la guardia e non sottovalutare il rischio. Quanto prima si riesce a fare la diagnosi, tanto meglio si può intervenire per controllare la situazione ed evitare che il progredire della malattia renda necessario il ricorso alla dialisi. Fortunatamente, per cogliere in tempo il rischio non servono indagini mediche speciali, basta fare attenzione ai normali esami del sangue e delle urine, cioè i cosiddetti controlli di routine. In condizioni di salute normali, si possono fare ogni due o tre anni; più spesso, invece, se ci sono alterazioni.

## Attenzione a questi valori nel sangue...

Nel sangue le "spie" più importanti delle condizioni dei reni sono la creatinemia, l'azotemia e l'uricemia. Azoto e acido urico derivano dalla digestione delle proteine: una presenza in eccesso indica che i reni non lavorano bene.

■ La creatinina è la sostanza prodotta dai muscoli nella loro normale attività, per cui la sua produzione non subisce oscillazioni; per questo la creatinemia è l'esame più preciso per valutare la funzione renale. I valori corretti sono proporzionali alla massa muscolare della persona. Quindi, c'è differenza tra un fisico sottile e uno muscoloso: variano, comunque, tra 0,6 e 1,2 milligrammi (mg) in 100 millilitri (ml). Ma attenzione: «Quando il valore della funzionalità del rene è già perduta» avverte Marinangeli.

## ... e nelle urine

«Se nelle urine ci sono proteine, per esempio l'albumina, o se sono presenti globuli rossi significa che c'è una situazione anomala nella struttura del rene» spiega il professor Marinangeli. Un caso frequente è la glomerulonefrite, legata alla produzione di anticorpi dannosi per i reni, che nei bambini si instaura spesso in concomitanza con una tonsillite e, negli adulti, dopo un mal di gola di origine infettiva.

*Servizio di Maria Fiorella Comenni.  
Con la consulenza del professor Giancarlo Marinangeli,  
appartenente alla Società Italiana di nefrologia (Sin),  
direttore dell'unità operativa complessiva di Nefrologia  
e dialisi all'ospedale Maria Santissima della  
Splendore di Giulianova (Te).*