



Entendiendo Sus Exámenes de Sangre: eGFR

Sus riñones remueven desechos y exceso de líquidos en su sangre. Esto es lo que se convierte en orina. También hacen muchos otros trabajos que usted necesita para sobrevivir.

Es posible que usted NO pueda sentir si sus riñones estén dañados. La única manera de saber que cuan bien están funcionando sus riñones es por medio de un examen de sangre y de orina. Esto es muy importante para personas que tienen diabetes, presión arterial alta, o tienen un historial de enfermedad renal en su familia.

► ¿Que es eGFR?

El eGFR (Estimación de la Tasa de Filtración Glomerular, o eGFR por sus iniciales en inglés) es un número basado en sus exámenes de creatinina. Este examen indica que cuan bien están funcionando sus riñones.

El examen de eGFR es muy bueno, pero no es para todos. Por ejemplo, es posible que este examen no es exacto si usted es menor de 18 años, si esta embarazada, si esta sobrepeso o si es muy muscular. Hable con su doctor para averiguar si este examen es bueno para usted.

► ¿Como puedo obtener mi eGFR?

Su doctor chequeara su sangre para la creatinina. Creatinina es una basura que viene de sus músculos. Su doctor usará los resultados de la creatinina, su edad, su género y su raza para obtener su número de eGFR.

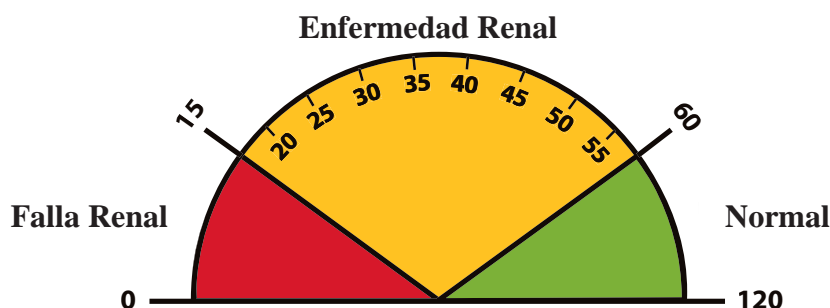
► ¿Qué es mi número de eGFR?

Mis resultados de laboratorio enseñan que mi eGFR fue _____ el día _____
(Fecha)

Mi doctor recomendó que me examine mi eGFR de nuevo el _____
(Fecha)

► ¿Qué quiere decir mi eGFR?

Use este gráfico para ver que significa su eGFR. Después lea las recomendaciones atrás para aprender más.



Basado en las sugerencias para laboratorios del National Kidney Disease Education Program, cual esta disponible al www.nkdep.nih.gov/resources/explaininggfr.htm



► Si su eGFR es 60 o MAS...

Pregúntele a su doctor cuando debería de examinarse de nuevo. El/Ella también buscará otras señas para asegurarse que usted no esta en riesgo para la enfermedad renal. Su doctor también considerará lo siguiente:

- Su orina (por proteína o por sangre)
- Su sangre (por otras basuras)
- Su presión arterial
- Su nivel de azúcar en la sangre

¡Ayude a mantener sus riñones saludables!

- Hable con su doctor de sus riesgos para le enfermedad renal
- Coma una dieta saludable (baja en sal y grasas)
- Ejercítese la mayoría de los días de la semana para mantener un peso saludable
- Visite a su doctor por lo menos una vez al año
- Mantenga su presión arterial alta y diabetes controlados si tiene alguna de estas condiciones.



► Si su eGFR es MENOS de 60....

Hable con su doctor muy pronto. Si este fue su primer examen de eGFR, hable con su doctor para determinar cuando será su próximo examen. Su doctor estará al cuidado de su nivel de GFR, si continúa con resultados de **menos de 60 por 3 meses o más.**

Si su doctor le dice que tiene enfermedad renal crónica, usted debería:

- Mantener su presiona arterial a menos de 130/80
- Controlar su nivel de azúcar en la sangre si es diabético
- Comer una dieta saludable (baja en sal y grasas) y hablar con su doctor para mas detalles.
- Ejercítese la mayoría de los días de la semana para mantener un peso saludable
- No fumar o usar tabaco
- Hable con su doctor acerca de las medicinas que pueden ayudar.

Si usted trata la enfermedad renal temprano ¡puede ser que retrase el progreso de la enfermedad!

Si la enfermedad renal no es tratada, puede causar que los riñones fallen, y usted necesitara diálisis o un transplante para sobrevivir.

► ¿Dónde puedo encontrar más información?

Para aprender más acerca de cómo proteger a sus riñones, ordene nuestro folleto titulado *Cómo vivir bien con la enfermedad renal crónica* un libro completamente gratuito patrocinado por el American Kidney Fund. Para ordenar, llame a nuestra línea de ayuda al 1-866-300-2900.

Para mas información acerca del eGFR y la enfermedad renal crónica, hable con su doctor. También puede llamar a nuestra línea de ayuda gratuita al 1-866-300-2900 o visítenos en nuestra página del web al www.kidneyfund.org.

