Looped in ON LUPUS
Al día SOBRE EL LUPUS

Póngase al día sobre la nefritis lúpica para proteger sus riñones



El lupus es una enfermedad autoinmunitaria. Las enfermedades autoinmunitarias hacen que nuestro sistema inmunitario ataque a nuestras propias células sanas. La nefritis lúpica aparece cuando su sistema inmunitario ataca sus riñones y los daña. **Al menos 1 de cada 2 adultos que tienen lupus desarrollan nefritis lúpica.**

Sepa a qué síntomas debe estar atento/a.

Si usted tiene lupus, pregúntele a su médico si conviene que le evalúen los riñones, e infórmele si nota alguno de estos síntomas:

- Aumento de peso
- Cansancio extremo persistente (fatiga)
- Hinchazón de las articulaciones, las piernas, los tobillos, los pies y, a veces, las manos y la cara
- Dolor en músculos y articulaciones
- Presión arterial alta
- Fiebre
- Cambios en la frecuencia con que orina
- Orina espumosa, burbujeante o con sangre

Algunas personas presentan los síntomas de la nefritis lúpica al mismo tiempo que les dan el diagnóstico de lupus, mientras que otras pasan años sin tener síntomas.

Detectar y tratar la nefritis lúpica en sus inicios puede ayudar a evitar daños renales graves.

Conozca sus medicamentos.

El lupus afecta todo el cuerpo, no solo los riñones. Por eso hay muchos tipos de medicamentos que se pueden tomar para proteger los órganos o impedir que el sistema inmunitario ataque a su cuerpo.

Asegúrese de que su equipo de atención médica conozca todos los medicamentos que usted toma. **Haga una lista de sus medicamentos y llévela a sus consultas.**

Si usted tiene nefritis lúpica, consulte a su médico acerca de medicamentos protectores de los riñones.

No olvide respetar las instrucciones de su médico sobre los medicamentos que debe tomar y con qué frecuencia.

Manténgase al día sobre su salud renal.

El daño que causa la nefritis lúpica en sus riñones puede provocar falla renal, y en ese caso usted tendría que recibir diálisis o un trasplante renal para poder vivir. La única manera de saber si sus riñones están dañados es mediante estudios. **Pregúntele al médico:**

- ¿Qué tan bien funcionan mis riñones en este momento?
- ¿Qué estudios me harán para medir mi función renal?
- ¿Con qué frecuencia debo hacerme esos estudios?
- ¿Qué medicamentos puedo tomar para proteger mis riñones?

Vaya anotando cómo se encuentra.

Lleve un diario y anote en él:

- Cualquier síntoma que tenga, incluido cuándo comenzó y cómo afecta sus actividades cotidianas
- Los cambios en cómo se siente, aunque no parezcan relacionados con el lupus
- Sus pensamientos acerca del efecto que tiene el lupus sobre su salud mental

Lleve su diario a las consultas. Mostrar esta información a su equipo de tratamiento los ayudará a determinar si los tratamientos están funcionando, a hacer los cambios necesarios, a atender efectos secundarios o a brindarle atención de salud mental.

Póngase en contacto.

Hable con familiares y amigos. Pase tiempo con ellos y cuénteles lo que le pasa, para que ellos le puedan ofrecer apoyo cuando usted más lo necesite.

Pídale a su médico o enfermera que lo/a pongan en contacto con grupos de apoyo o con personas que tengan nefritis lúpica. Aprenda de las vivencias de los demás y reciba apoyo si se preocupa o se siente abrumado/a.

Si desea más información sobre la nefritis lúpica, visite **kidneyfund.org/nefritis-lupica**

American Kidney Fund®
FIGHTING ON ALL FRONTS

Este contenido educativo ha sido posible gracias a gsk