

HABLE CON SU MÉDICO ACERCA DE la prevención de la enfermedad renal si tiene diabetes o presión arterial alta



La enfermedad renal es muy grave y puede alterarle por completo la vida.

Si tiene diabetes, presión arterial alta o ambas, su probabilidad (riesgo) de presentar enfermedad renal es mayor. No tiene por qué pasarle a usted.

Si tiene diabetes o presión arterial alta, existen modos de prevenir la enfermedad renal.

Prepárese para la consulta

- Escriba sus dudas antes de la consulta. Al reverso de esta guía encontrará ejemplos de preguntas con las cuales podrá iniciar la conversación.
- Pregunte sus dudas al comienzo de la consulta. A veces las consultas con el médico pasan volando, y de esta manera le será más fácil asegurarse de tener tiempo para preguntar.
- Si no entiende algo que le dice el médico, pregúntele qué significa. Tener dudas es normal.
- No es fácil escuchar y tomar notas al mismo tiempo. Pídale permiso al médico para grabar la consulta en la grabadora de sonido de su celular y así poder repasar las instrucciones o compartirlas con otras personas que lo/a atiendan.
- Lleve una pluma y un cuaderno para anotar las respuestas a sus preguntas.

Recuerde que el médico es uno de los integrantes de su equipo de atención médica, pero USTED es el miembro más importante de ese equipo.

Preguntas para su médico

Acerca de la enfermedad renal

- ¿Por qué es grave la enfermedad renal?
- ¿Soy demasiado joven como para preocuparme por la enfermedad renal?
- ¿Debo hacerme pruebas para algún tipo de enfermedad renal de origen genético?
- Si tengo enfermedad renal en etapa temprana, ¿en qué momento debo empezar a ver a un nefrólogo?

Acerca de las pruebas de la enfermedad renal

- ¿Me evaluará los riñones con análisis de sangre y orina? Quisiera que me hiciera los dos tipos de análisis.
- ¿Utilizan usted o el laboratorio una fórmula diferente para calcular la filtración glomerular (eGFR) en los pacientes de raza negra? Deseo que se use la fórmula estándar para la eGFR, no la que tiene en cuenta la raza.
- ¿Usan la eGFR y la prueba de la cistatina C para evaluar la enfermedad renal?

Si tiene diabetes

- ¿Qué cifra de azúcar sanguíneo (glucemia) debiera tener?
- ¿Con qué frecuencia debo analizar mi azúcar sanguíneo?
- ¿Por qué causa enfermedad renal la diabetes?
- En mi familia hay personas con diabetes que están en diálisis. ¿Significa eso que yo acabaré en diálisis?
- ¿Hay medicamentos que pueda tomar para mi diabetes y mis riñones?
- ¿Debo ir a un endocrinólogo (el médico de la diabetes) y a un nefrólogo (el médico de los riñones)?

Si tiene presión arterial alta

- ¿Cuál debiera ser mi presión arterial?
- Soy joven y estoy bien de salud, pero tengo la presión arterial alta. ¿Qué pruebas me deben hacer para averiguar el motivo?
- ¿Con qué frecuencia debo medirme la presión arterial en la casa?
- Suelo encontrarme perfectamente. ¿Aun así tengo que tomarme mis medicamentos?
- ¿Hay medicamentos que pueda tomar para mi presión arterial alta y mis riñones?
- ¿Hay algo más que pueda tomar si mis medicamentos me causan efectos secundarios?

Conozca la terminología

Su médico es su aliado y velará por que usted tenga la mejor salud posible.

Sin embargo, a veces los médicos usan términos técnicos que la mayoría no entendemos, y ni siquiera se dan cuenta. Así que si el médico le dice algo que usted no comprende, no pasa nada por pedirle que lo vuelva a explicar de un modo más sencillo.

Glucemia o azúcar sanguíneo

Es la concentración de azúcar que hay en la sangre. El médico puede hacer análisis de sangre para ver cómo está el azúcar sanguíneo (hemoglobina A1C), y usted puede analizarse el azúcar sanguíneo en su casa con un glucómetro.

Diálisis

Tratamiento en el que una máquina depura la sangre. Cuando los riñones dejan de funcionar (falla renal), la diálisis hace la labor que debieran estar haciendo los riñones. Si usted está en diálisis, la necesitará indefinidamente para seguir con vida, salvo que le hagan un trasplante renal.

Endocrinólogo

Médico que trata a las personas que tienen diabetes.

Nefrólogo

Médico especializado en los riñones que trata a las personas que tienen enfermedad renal. Pregunte a su médico cuándo debe acudir a este especialista.

Falla renal

Los riñones han dejado de funcionar y la persona no sobreviviría si no recibe diálisis o un trasplante renal. También se conoce como enfermedad renal en etapa 5 o enfermedad renal terminal (ERT).

