

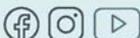
LE 8 REGOLE D'ORO

Per prevenire le malattie renali

- 1 **Mantieniti attivo e in forma** 
- 2 **Controlla i livelli di zucchero nel sangue** 
- 3 **Controlla la pressione sanguigna** 
- 4 **Segui una dieta sana e bilanciata** 
- 5 **Mantieni un corretto e regolare apporto di liquidi** 
- 6 **Non fumare** 
- 7 **Non assumere farmaci se non su indicazione del medico** 
- 8 **Mantieni sempre sotto controllo la funzione renale se hai uno o più dei fattori di rischio** 

I Nefrologi sanno come affrontare la malattia renale: affidati a loro!

contatti@fondazioneitalianadelrene.org



Fondazione Italiana del Rene FIR ONLUS

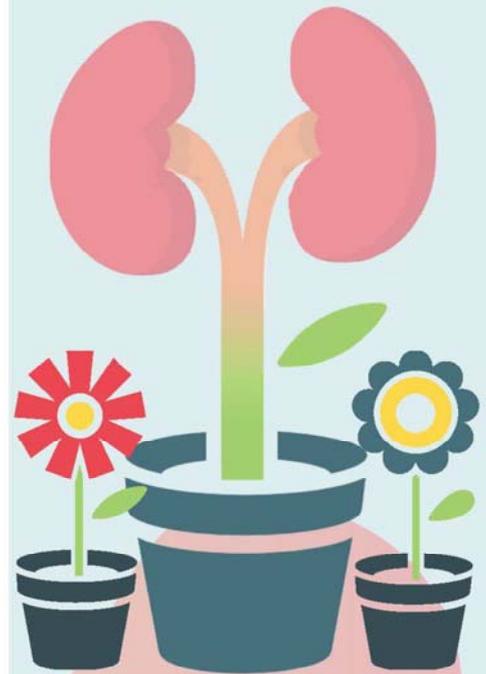
La Fondazione Italiana del Rene nasce nel 2000 per migliorare il dialogo e la collaborazione fra tutte le persone che ogni giorno lottano per prevenire e curare le malattie renali.

Il nostro team è composto da pazienti, nefrologi, infermieri, dietisti, psicologi, tecnici di dialisi, laboratoristi e molti altri esperti, anche di discipline diverse.

Ci sono numerose cure che il nefrologo può attuare per rallentare o curare una insufficienza renale. Talvolta queste cure possono non avere effetto ed allora il nefrologo potrà consigliare il ricorso al trapianto o ad altre terapie che sostituiscano la funzione renale.

Ogni giorno, quindi, siamo attivi per favorire ed implementare:

- La prevenzione e la diagnosi precoce;
- La diffusione della cultura del dono e del trapianto;
- Il dialogo fra pazienti, professionisti del settore sanitario ed associazioni;
- Il miglioramento delle cure, della qualità della vita e delle condizioni di salute dei pazienti affetti da malattie renali e delle loro famiglie;
- La formazione e l'aggiornamento professionale delle figure sanitarie interne ed esterne alla Fondazione.



www.fondazioneitalianadelrene.org
www.sinitaly.org

8 semplici regole per proteggere la salute dei tuoi reni



Mantieniti attivo e in forma



Segui una dieta sana e bilanciata



Controlla i livelli di zucchero nel sangue



Controlla la pressione sanguigna



Non fumare



Non assumere farmaci se non su indicazione del medico



Mantieni un corretto e regolare apporto di liquidi



Mantieni sempre sotto controllo la funzione renale se hai uno o più dei fattori di rischio

