

Recomanacions generals per a persones que pateixen Malaltia Renal Crònica

- Sempre seguieu les indicacions del seu metge i acudeixi a les seves consultes periòdicament.
- No prengui medicaments, vitamines o suplementos que no hagin estat receptats pel seu metge.
- No suspengui el tractament ni modifiqui les dosis dels seus medicaments sense consultar prèviament al seu metge.
- Depenent de l'etapa de progressió de la seva malaltia renal, és possible que hagi de restringir el consum de sal, fòsfor i potassi de la seva dieta. Seguiu les recomanacions del seu metge sobre això.
- Vigileu la quantitat de líquid que pren cada dia. És possible que requereixi limitar la ingesta de líquids amb el pas del temps per evitar que aquests s'acumulin en l'organisme.
- Tingueu cura la seva alimentació procurant ingerir menjar baix en proteïnes, greix i colesterol.
- Controli periòdicament la seva pressió arterial per assegurar que es troba en els valors adequats.
- Mantingui un pes adequat i eviti fumar.
- Si pateix diabetis, revisi periòdicament els seus nivells de glucosa per verificar que es troben controlats.
- Practiqueu una rutina d'exercici regular, d'acord amb les recomanacions que li ofereixi el seu metge.

