

ACOGIDA A LA UNIDAD ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA AVANZADA

DEL H. REY JUAN CARLOS (UNIDAD ERCA):

La **unidad ERCA del HRJC** en colaboración con la Fundación Renal Íñigo Álvarez de Toledo quiere darle la bienvenida a este Centro. Todos los profesionales que formamos parte de él estamos a su disposición para que su estancia entre nosotros discurra lo mejor posible.

El personal sanitario del centro está integrado por un equipo multidisciplinar de especialistas en nefrología y personal de enfermería, así como en cirugía vascular y general, expertos en ofrecerle la atención y los cuidados que usted requiere. El personal técnico y administrativo contribuye igualmente a ayudarle durante el seguimiento.

Además, la **Fundación Renal** pone a su disposición el Grupo de Apoyo al Paciente (GAP) formado por especialistas en trabajo social y nutricionistas, cuya actividad se centra en dar apoyo tanto a los pacientes como a sus familiares.

Este documento de presentación incluye una **guía** que pretende ofrecerle la información necesaria para entender mejor su enfermedad y seguir su tratamiento adecuadamente. Asimismo, queremos enseñarle y orientarle en la importancia de fomentar el autocuidado.

Entendemos que este conocimiento le ayudará a usted y a su familia a conocer mejor el proceso de su enfermedad, a tomar las decisiones adecuadas para su tratamiento y, en definitiva, a mejorar su calidad de vida.

La **enfermedad renal crónica** significa que sus riñones están dañados y no pueden filtrar la sangre como deberían. Este daño puede ocasionar que los desechos se acumulen en su cuerpo y causen otros problemas que podrían perjudicar su salud.

La diabetes y la hipertensión arterial son las causas más comunes de enfermedad renal crónica.

En algunos casos, el daño renal se produce lentamente durante años. Muchas personas no tienen ningún síntoma hasta que la enfermedad renal está muy avanzada. Los análisis de sangre y orina son la única manera de saber si usted tiene enfermedad renal.

Una vez establecida la enfermedad renal, los tratamientos no pueden curarla, pero pueden retrasarla. Esto incluye medicamentos para reducir la presión arterial, controlar el azúcar en la sangre, reducir el colesterol y controlar la eliminación de proteínas por la orina. La enfermedad renal crónica aún puede empeorar con el tiempo y llegar a necesitar diálisis o un trasplante de riñón.

Por lo tanto, es importante que acuda a las consultas programadas tanto con su doctor o doctora, como con enfermería. En ellas será adecuado que aporte anotados los controles de la tensión arterial y actualizados los cambios de su medicación.

Cuidados generales:

- Elija alimentos con menos sal (sodio)
- Controle su presión arterial.
- Si tiene diabetes, mantenga su nivel de azúcar en la sangre bajo control
- Limite la cantidad de alcohol que bebe
- Elija alimentos saludables: Frutas, verduras, granos integrales y productos lácteos bajos en grasa
- Evite el sobrepeso
- Manténgase físicamente activo
- No fume

Si tiene alguna duda o precisa alguna aclaración, no dude en consultárnoslo.

Contactos de referencia:

C/Gladiolo s/n- 28933 Móstoles, Madrid

Teléfono: 91.4816225. Extensión unidad ERCA 50284

Horario de lunes a viernes de 8-14 hr.

Supervisora: Dolores Piña Simón.

Responsables médicos: María López Picasso y Aida Frías.

Enfermeras unidad ERCA: Aitana Hernández Pérez e Irene Granados Corchado.